



Høgskulen  
på Vestlandet

# MASTEROPPGAVE

Mette Eskeland

**Prøver å gjøre publikum fornøyd** – En kvalitativ studie om hvordan kroppsøvingslærere reflekterer rundt ungdomsskoleelevers kroppspress i faget og fra sosiale medier.

**Trying to make the audience happy** – A qualitative study of how PE teachers at junior high school level are reflecting on the students' pressure on body image in PE lectures and from social media.

Master i fysisk aktivitet og kosthold i et skolemiljø  
Institutt for idrett, kosthold og naturfag  
Avdeling Bergen  
Veiledere: Ove Olsen Sæle og Åse Nylenna Akslen  
14.05.2021

Jeg bekrefter at arbeidet er selvstendig utarbeidet, og at referanser/kildehenvisninger til alle kilder som er brukt i arbeidet er oppgitt, jf. Forskrift om studium og eksamen ved Høgskulen på Vestlandet, § 12-1.

## Forord

Det er med stor lettelse og glede at jeg nå leverer masteroppgaven. Etter seks år på Høgskulen på Vestlandet, har jeg med denne masteroppgaven avsluttet utdanningsløpet. Jeg gleder meg til å komme ut i yrket for å anvende all lærdom og utvikle meg som lærer. Året har vært lærerikt, krevende og spennende. Det har vært en prøvelse, i en følelsesmessig berg- og dalbane, men oppgaven er nå skrevet og levert.

Det er litt vemodig at studietiden er over. For studenttilværelsen har vært fantastisk med flotte medstudenter og en allsidig hverdag. Jeg vil takke alle jeg har delt dette siste året med. Det har vært godt å ha medstudenter rundt seg for å diskutere faglige og ikke faglige emner, med gode og latterfulle, og til tider frustrerende stunder. Jeg vil også takke alle dere som har lest gjennom oppgaven min. Dere har gitt konstruktive og gode tilbakemeldinger, som har kommet godt med, når en selv ser seg blind på teksten. Venner og familie har vært støttende gjennom hele prosessen og jeg setter stor pris på å ha så mange fine folk rundt meg.

Gjennom hele prosjektet har veilederne mine, Ove Olsen Sæle og Åse Nylenna Akslen, gitt gode og kunnskapsrike bidrag. Vi har hatt gode samtaler og jeg har lært mye av dere. Uten dere hadde ikke denne oppgaven blitt til, så takk for samarbeidet.

Til slutt vil jeg takke informantene som har deltatt i studien. Dere har delt gode refleksjoner, og det har vært spennende å se nærmere på deres erfaringer rundt tema kroppspress.

Håper du som leser denne oppgaven finner den interessant, og at den kan bidra til videre refleksjoner rundt tematikken. God lesing.

Bergen

Mette Eskeland

## Sammendrag

Studien gir et innblikk i seks kroppsøvingslæreres refleksjoner rundt kroppspress i kroppsøvingsfaget og fra sosiale medier. Problemstillingen er som følger: *Hvilke refleksjoner gjør et utvalg kroppsøvingslærere i ungdomsskolen seg om elevers kroppspress i undervisningen og fra sosiale medier, og hvordan arbeider de pedagogisk med denne tematikken i faget?* Studien tar for seg lærernes refleksjoner knyttet til forestillinger de har omkring elevers kroppsforståelse, og fanger ikke opp hvorvidt det samsvarer med elevenes autentiske oppfatninger.

Det er gjort lite forskning på tematikken om elevers kroppspress sett fra et lærerperspektiv. Tidligere forskning viser at det eksisterer et kroppspress blant ungdom, og at jenter opplever dette i større grad enn gutter. Noen studier kan også vise til at enkelte elever kan oppleve kroppspress i kroppsøvingsfaget, og at en del elever ikke lenger dusjer. Oppgavens teorigrunnlag bygger på Descartes' objektive, Merleau-Pontys subjektive og Foucaults samfunnskritiske kroppssyn, for å belyse lærernes refleksjoner.

For å få et innblikk i kroppsøvingslæreres refleksjoner, ble det benyttet en kvalitativ forskningsmetode. Kvalitativ metode gir oss et innblikk i kroppsøvingslærernes tanker, fortolkninger erfaringer og refleksjoner rundt oppgavens avgrenset fenomen, kroppspress. Datamaterialet består av individuelle dybdeintervju. Studien har en fenomenologisk-hermeneutisk tilnærming, for å tolke og diskutere kroppsøvingslærernes fortolkninger, refleksjoner og erfaringer knyttet til kroppsproblematikken i faget.

Funnene fra denne studien viser at kroppsøvingslærerne oppfatter at elevene bryr seg om kroppen, både hvordan de kler seg og hvordan de oppfører seg i undervisningen. Med et oppfattet kroppspress hos elevene, nevner lærerne garderobesituasjonen og svømmeundervisningen, hvor flere elever ikke ønsker å dusje eller å delta, fordi de ikke ønsker å eksponere kroppen. Deler av undervisningen til informantene bærer preg av en objektiv tilnærming til elevkroppen, med en idretts- og prestasjonsorientert fokus, selv om informantene reflekterer over at dette står i strid med fagets formål. Kroppsøvingslærerne anser at sosiale medier er med på å skape et kroppspress blant elevene med redigerte bilder, uoppnåelige kroppsidealiser og et jag etter likes på bilder som legges ut. I det pedagogiske arbeid for bevisstgjøring av kropp hos elevene, hadde lærerne samtaler med elevene. Arbeidet

rundt kroppstematikken ga flere utfordringer for lærerne, blant annet mangel på kunnskap og vanskeligheter med å ordlegge seg riktig om kropp og kroppspress.

Studien viser generelt at lærerne opplever et kroppspress blant sine elever både i kroppsøvingsundervisningen og fra sosiale medier. Det pedagogiske arbeidet rettet mot kroppspress var samtaler med elevene. Lærerne oppfattet kroppstematikken som et vanskelig tema å ta opp med elevene.

**Nøkkelord:** kroppsøvlingslærere, ungdomsskoleelever, kroppssyn, kroppspress, kroppsideal, sosiale medier

## Abstract

This study provides an insight into the reflections, thoughts, and experiences of six junior high school teachers regarding student pressure on body image in physical education (PE) and from social media. The study is based on the following thesis statement: *What reflections do a selection of physical education teachers at junior high school level have on students' pressure on body image in PE and from social media, and how do they work pedagogically with this topic?* It is important to point out that this study is about the teachers' reflections, not the students', even though it is the students who are experiencing pressure on body image.

There is a lack of research regarding pressure on body image from a teachers' point of view. Previous research shows that students do experience pressure on body image, and that girls are more prone to it than boys. Some studies indicate that students experience pressure on body image in school, especially during PE, and that some students no longer shower after class. To present the teachers' reflections and work around the subject, three known views of perception on the body will be used: Descartes' views and objective knowledge around the body, Merleau-Ponty's subjective knowledge, and Foucault socially critical body view.

A qualitative methodological approach has been used to collect data material for this study. This approach gives an insight into the reflections, thoughts and experiences the teachers have around pressure on body image. The data was collected using individual interviews. The research is rooted in a phenomenological-hermeneutic approach, making it possible to elucidate the results based on earlier research and current theory in the field.

The results of this study indicate that the teachers notice that their students care about their body image by the way they dress and act. It is assumed that pressure on body image among the students increases in the wardrobe and swimming pool during PE, as there were several students who would not participate in PE or take a shower after. Parts of the content in PE has an objective approach to the student body, with performance orientated content such as timing on the students running skills. Even though the teachers seemed to reflect around how such practice goes against the purpose of making pleasure around being active, they still practicing performance orientated content. The teachers consider that social media is involved in creating pressure on body image among students, with the students' unattainable body ideals, retouching images, and obsession to get likes on their pictures on social media. In PE, the

teachers used conversations with the students when they worked with pressure on body image. However, lack of knowledge and difficulties using the correct words made it challenging to work with the theme.

This study shows that these teachers experience pressure on body image among their students in PE and from social media. Even though PE has a focus on the theme, it seems that it is difficult for the teachers to work with pressure on body image.

**Keywords:** physical education teachers, junior high school students, body perspectives, pressure on body image, body image, social media

## Innholdsfortegnelse

<b>Innledning</b> .....	<b>9</b>
<i>Bakgrunn</i> .....	9
Aktualisering med politiske føringer .....	9
Læreplan i kroppsøving .....	10
Kroppsidentitet, kroppspress og kroppsidealene .....	11
<i>Tidligere forskning</i> .....	15
Kroppspress blant ungdom .....	15
Kroppspress i kroppsøving- garderoben .....	16
Bruk av digital aktivitet hos ungdom .....	18
Kroppspress på sosiale medier .....	18
<i>Avgrensning og problemstilling</i> .....	19
<b>Teoretisk grunnlag</b> .....	<b>21</b>
<i>Foucault</i> .....	21
Den disiplinerte og føyelige kroppen .....	21
Kroppsdisipliner i skolen .....	22
Panoptikon .....	22
Styringsmentalitet .....	23
Makt .....	23
Normalitet .....	24
<i>Descartes</i> .....	25
Kartesianske, objektivt kroppsperspektiv .....	25
Cogito, ergo sum .....	26
Prestasjonskroppen .....	27
<i>Merleau-Ponty</i> .....	28
Fenomenologiske, subjektivt kroppsperspektiv .....	28
Den levde kroppen .....	29
Levd erfaringer .....	29
<i>Oppsummering av teori</i> .....	30
<b>Metode</b> .....	<b>31</b>
<i>Valg av metode</i> .....	31
Kvalitativ forskningsmetode og fenomenologi .....	31
Dybdeintervju .....	32
<i>Utvalg</i> .....	32
Utvalgsriterier .....	32
Rekruttering .....	33
Prestasjon av informantene .....	33
<i>Gjennomføring</i> .....	33
Intervjuguide og pilotintervju .....	33
Datainnsamling .....	34
<i>Dataanalyse</i> .....	36
Hermeneutikk og forskerrollen .....	36
Tematisk innholdsanalyse .....	37
<i>Etiske overveielser</i> .....	38
Relabilitet .....	39
Validitet .....	40
Overførbarhet .....	40

<b>Presentasjon av funn .....</b>	<b>41</b>
<i>Kroppspress i kroppsøvfingsfaget</i> .....	41
Kroppsidealer .....	41
Kroppsøvfingsundervisning .....	42
Kroppsforestillinger om hvordan kroppen er iscenesatt .....	44
Kroppsidealer .....	47
<i>Kroppspress fra sosiale medier</i> .....	49
Finmaler virkeligheten .....	49
<i>Pedagogisk arbeid rundt kroppspress</i> .....	51
Spesifikt arbeid rettet mot kropp .....	51
Samtaler .....	52
<i>Oppsummering av funn</i> .....	55
<b>Drøfting .....</b>	<b>56</b>
<i>Forholdet til kropp i kroppsøvfingsfaget</i> .....	56
Kroppsidealer .....	56
Kroppslige prestasjoner i undervisningen .....	57
Eksponering av kropp i kroppsøvfingsfaget .....	59
<i>Sosiale medier</i> .....	63
Uoppnåelige og livsfarlige kroppsidealer .....	64
Retusjerte bilder .....	66
Jag etter 'likes' .....	67
<i>Pedagogisk arbeid rundt kroppspress</i> .....	68
Skolens ansvar .....	68
Samtaler rundt kroppspress .....	69
<b>Oppsummering med konklusjon .....</b>	<b>72</b>
<i>Veien videre</i> .....	74
<b>Kildehenvisning .....</b>	<b>76</b>
<b>Vedlegg 1 - Intervjuguide .....</b>	<b>84</b>
<b>Vedlegg 2 - Godkjenning fra NSD .....</b>	<b>87</b>
<b>Vedlegg 3 - Informasjonsskriv og samtykkeerklæring .....</b>	<b>90</b>



## Innledning

I denne masteroppgaven ser jeg nærmere på fenomenet kroppspress. Det er kroppsøvlingslærers refleksjoner knyttet til forestillinger de har omkring elevers kroppsforsståelse, både i faget og fra sosiale medier. Med problemstillingen: *Hvilke refleksjoner gjør et utvalg kroppsøvlingslærere i ungdomsskolen seg om elevers kroppspress i undervisningen og fra sosiale medier, og hvordan arbeider de pedagogisk med denne tematikken i faget*, vil jeg i bakgrunn for oppgaven vise til aktualiseringen av tematikken. Det er en pågående samfunnsdebatt rundt kroppspress. Regjeringen ønsker å sette inn tiltak for å forebygge kroppspress blant unge. Læreplan i kroppsøving har satt et fokus rettet mot påvirkninger fra sosiale medier og et ønske om mer kroppslig læring i faget. Jeg vil definere og gå nærmere inn på begrepene kroppsideitet, kroppspress og kroppsidealer, som er relevante for oppgavens diskusjon. De siste årene har det vært en god del forskning rundt barn og unges opplevelse av kroppspress, både i skolesammenheng og fra sosiale medier. Dette vil bli presentert under 'tidligere forskning'. Til slutt vil avgrensning til oppgaven bli presentert.

## Bakgrunn

Kroppspress er et aktuelt tema, som preger mange barn og unges hverdag. Påvirkningene elevene blir utsatt for på skolen, utenfor skolen og fra sosiale medier, er med på å forme deres kroppsforsståelse og deres kroppsideitet. Jeg ønsker å ha et fokus på kroppspress som lærer, og derfor har jeg undersøkt nærmere hvordan et utvalg kroppsøvlingslærere reflekterer og arbeider med tematikken. For ungdomsskoleelever er kropp et spennende, sårbart og en utforskende del av den kroppslige utviklingen. Det er derfor viktig å ha fokus rundt den kroppslige tematikken i skolen.

### Aktualisering med politiske føringer

I 2018 foreslo regjeringen at det skulle settes inn retningslinjer mot kroppspress fra sosiale medier. Daværende eldre- og folkehelseminister Åse Michaelsen uttalte seg om at flere unge sliter med psykiske problemer, og at mange utsettes for kroppspress fra sosiale medier, som fører til et usunt forhold til egen kropp, kosthold og trening (Regjeringen, 2018). For at barn og unge skulle bli i bedre stand til å forebygge kroppspress, var et av tiltakene at det skulle bli økt informasjon om kroppspress fra sosiale medier i skolen (Regjeringen, 2018). I forslag til utformingen av læreplan i kroppsøving, kom det flere innspill på hvilke kjerneelementer som

skulle stå sentralt i faget. Blant annet innspill om at kroppspress og mangfold knyttet til kropp og helse burde få en tydeligere plass i læreplanen (Utdanningsdirektoratet, 2018).

### Læreplan i kroppsøving

Læreplan i kroppsøving er delvis innført fra høsten 2020. Med Regjeringen (2019) og Utdanningsdirektoratet (2020) sine uttalelser om forslag til lærerplan, har det vært ønskelig med et større fokus rundt mangfold knyttet til kropp. Læreplanen legger vekt på at elevene i større grad skal utforske egen identitet og selvbilde (Utdanningsdirektoratet, 2019).

Kompetansemålet etter 10. trinn: «Mål for opplæringa er at eleven skal kunne reflektere over korleis ulike framstillingar av kropp i media og samfunnet påverkar bevegelsesaktivitet, kroppsidentitet og sjølvbilete» (Utdanningsdirektoratet, 2020, s. 8), tydeliggjør at faget skal bidra i barn og unges danning. I dette tilfelle deres kroppslige danning, og hjelpe dem til å bli bevisst over de kroppslige utfordringer de står overfor i møte med sosiale medier. I læreplanen står det under 'Fagrelevans og sentrale verdier' at faget skal bidra til kritisk tenkning som omhandler de kroppslige utfordringene elevene møter: «Kroppsøving fremjar kritisk tenking omkring kroppsideal som kan påverke sjølvkjensel, helse, trening og livsstil» (Utdanningsdirektoratet, 2020, s. 2).

I kroppsøvingfaget står kroppen sentralt. I læreplanen står det at: «Faget skal bidra til at elevane lærer, sansar, opplever og skaper med kroppen» (Utdanningsdirektoratet, 2020, s. 2). At elevene selv skal lære, sanse, oppleve og skape med kroppen, kan ses i sammenheng med kjerneelementet i faget 'Kroppslig læring'. Kroppslig læring innebærer at elevene ved hjelp av ulike bevegelsesaktiviteter skal bli kjent med egen kropp og erfare gjennom kroppen. I læreplanen står det: «Elevane utforskar eigen identitet og eige sjølvbilete, og reflekterer over og tenkjer kritisk om samhengane mellom bevegelse, kropp, trening og helse. [...] Kroppsleg læring handlar om allsidig motorisk læring, utvikling av kroppsmedvit og stimulering til bevegelsesglede» (Utdanningsdirektoratet, 2020, s. 2).

Formålet med kroppsøvingfaget er å stimulere til livslang bevegelsesglede og til en fysisk aktiv livsstil ut fra egne forutsetninger og motivere elevene til å opprettholde en fysisk aktiv livsstil i fremtiden (Utdanningsdirektoratet, 2020). Kroppsøvingfaget er et praktisk-estetisk fag som gjør at arbeid innen fysisk og psykisk aktivitet er essensielt, når faget både er et dannelsesfag og et læringsfag (Borge et al., 2017; Sæle, 2017b).

Øyvind Førland Standal (2019) har utforsket begrepet kroppslig læring og sett på begrepets rolle i kroppsøvingsfaget. I artikkelen *Kva kroppsleg læring egentleg er*, har han kommet frem til to vesentlige sider ved kroppslig læring, kroppen som kunnskapsobjekt og eleven som kroppslig subjekt. Han viser til at kroppen er et objekt for læring, med eksempel om å lære en dans. Ved innlæring av dans lærer elevene hvordan man beveger beina og armene, i forhold til hverandre og musikken (Standal, 2019). Her poengterer han at kroppslig læring handler om at eleven ser seg selv som objektet som utfører dansen, men at subjektet gjør utførelsen til refleksjon. Han skriver at bevegelsesglede er et godt eksempel på kroppslig læring, ved at elevene oppfatter den subjektive meningsdannelsen i ulike bevegelsesaktiviteter.

Kroppsidentitet, kroppspress og kroppsideal

### *Kroppsidentitet*

Gunn Imsen (2014) forklarer begrepet identitet som personens fornemmelse om hvordan man er og hvilke sosial og kulturell gruppe man tilhører. Hun skriver videre at forandringene som skjer med kroppen i pubertetsfasen kan være en vanskelig overgangsperiode. Når kroppen utvikles skjer det et 'hamskifte' med kroppen, som gjør at man befinner seg i en 'ny' kropp med en ny identitet (Imsen, 2014). Hun forklarer kroppsidentitet som tanker om egen kropp, en indre subjektiv følelse.

Wenche Bjørnebekk (2015) forteller at kroppspress er med på å påvirke vår kroppsoppfatning som påvirker vår kroppsidentitet, om hvilke tanker vi har om eget utseende og hvordan vi ønsker å framstå. Ove Olsen Sæle (2017a) viser til at kroppsidentitet formes i møte med andre. Han viser til at påvirkningene fra andre kan komme fra sosiale medier, som viser uoppnåelige kroppsideal, som kan ha en negativ påvirkning til egen kroppsidentitet. Gunn Engelsrud (2006) skriver om hvordan kroppsidentiteten ble utfordret av konsum, forbruk og teknologi. Hun forklarer hvordan forskere så en sammenheng mellom individualisering hos menneske og markedets massekonsum:

Det ble påpekt at det å bruke kroppen i identitetsmarkerende hensikt forutsetter et subjekt som er villig til å agere på kroppen som et objekt, og som – bevisst eller ubevisst – er villig til å la seg forme ut fra et idealisert bilde av hva en kropp skal være og skal kunne uttrykke. (Engelsrud, 2006, s. 66)

### Skolesammenheng

Liv Sand (2019) sin definisjon på kroppspress vil bli anvendt i denne masteroppgaven. Hun har skrevet kapittelet *Kroppspress som kilde til stress i skolen*, der hun definerer kroppspress som «.. krav om å se ut på bestemte måter, og kravene defineres gjerne i lys av rådende idealer for skjønnhet og attraktivitet» (Sand, 2019, s.170). Kravene som definerer hvordan en bør se ut kan skape bekymring rundt eget utseende. Påvirkningene kan komme fra flere hold. Hun nevner TV-programmer, reklame, sosiale medier og nære relasjoner som kan påvirke til kroppspress. Hun forklarer at den sosiokulturelle konteksten ungdom er en del av stammer fra ulike kilder i barn og unges hverdag. Selv om det viser seg at jenter i større grad blir påvirket av kroppspress, har man fått en større forståelse av at kroppspress kan oppleves av begge kjønn (Sand, 2019). Hun forklarer at ungdom ofte kan være selvkritiske til egen kropp og har et ønske om å skjule seg for andre, her nevnes garderoben som en ekstra påtrengende situasjon ungdom står ovenfor.

Gunn Engelsrud og Birgit Nordtug har skrevet kronikkene *La oss glemme kroppen!* (2015) og *Vi må slutte å prate om kroppspresset* (2016). I begge kronikkene poengterer de at kroppspress er et selvskapt fenomen, og at media, kommersielle aktører og forskere forsterker problemet, og at tiltakene som blir satt i verk medfører næring til fenomenet. De skriver at det å endre på skolesvømmingen grunnet risiko for at elevene skal oppleve kroppspress, gjør at det isteden blir økt risiko for at elevene blir opptatt av utseende og kroppens form, som går i mot sin hensikt (2016). De ønsker heller å rette fokuset mot gode relasjoner. De poengterer at kroppsovingsfaget kan gi grunnlag for kroppslig trygghet, ved å støtte elevene og gi verdi, slik at elevene selv sanser og erfarer den kroppslige verden de er en del av (2015).

Bjørnebekk (2015) har med utgangspunkt i boken *Påkledd i dusjen: om ungdom og kroppspress*, intervjuet 30 ungdommer om deres opplevelser i kroppsovingsundervisningen. Det viser seg at kroppspress var en av forklaringene til at ungdommene følte det ubehagelig å kle av seg i garderoben. Kroppspresset ungdommene følte på handlet om å ha den perfekte kroppen i form av å være trent, sminket og utseende generelt, skriver Bjørnebekk (2015). Her viste det seg at jentene snakket mer om kroppspress enn guttene, og guttene brukte aldri begrepet kroppspress når de snakket om seg selv eller andre.

Sæle (2018) påpeker i sin kronikk *Læreren må ta garderoben tilbake*, at mange elever ikke dusjer etter kroppsøvningsundervisningen, og at elevene mister en viktig lærings- og dannelsesarena for kroppslig bevisstgjøring og identitetsutvikling. Han skriver at elevene kan gjennom å dusje og delta i garderobekulturen, lære og erfare hverandres nakenhet og blyghet på en naturlig måte. Dette er en viktig del av den naturlige kroppslige identitetsdannelsen, som er en viktig prioriteringsområdet når barn og unge opplever et kroppspress fra sosiale medier, skriver han.

### Sosiale medier

Nylig hadde Debatten på NRK (Solvang, 2021) et innslag om hva kroppspress gjør med unge. Her aktualiseres problemet kroppspress og påvirkninger fra sosiale medier. Christine Sundgot-Borgen, som er gjest på Debatten, uttalte seg om at skolen må ta tak å lære barn og unge om kritiske evne til å bruke sosiale medier. Hun forteller at brukerne av ulike sosiale medier er med på å fremme hva som blir i fokus, ved at vi velger hva vi kommenterer, liker og legger ut på sosiale medier.

Barneombudet kom ut med rapporten *Ungdom om digitale medier* i 2019, der ungdommer i alderen 13-17 år, la frem en rekke anbefalinger til myndighetene for en tryggere digital hverdag. I rapporten legger ungdommene frem stress og press i sosiale medier. Presset kommer fra flere faktorer, de skriver at presset skapes av hverandre om hvordan en bør være og se ut. I rapporten står det at mange er opptatt av å vise seg frem på sosiale medier, og at en negativ følge av sosiale medier er at ting fremstilles mer perfekt enn i virkeligheten (Torjussen et al., 2019). Ungdommene forteller hvilke bilder som blir lagt ut på sosiale medier: «I mange tilfeller er det sånn at det vi viser frem i sosiale medier ikke er sånn vi er i virkeligheten. Det vi viser skaper urealistiske forventninger og viser falske liv. Noe som handler om 'likes'» (Torjussen et al., 2019, s. 17). Rapporten legger frem hvordan influensere er med på å påvirke til kroppspress ved å dele tips til slanking og trening, legge ut retusjerte bilder og skaper en forestilling om hvordan ungdom bør se ut (Torjussen et al., 2019). Det står i rapporten at sosiale medier ikke er skylden for presset ungdom opplever, men at sosiale medier er med på å forsterke noe som allerede er der. Ungdommene legger frem vurderinger og forslag i rapporten for en tryggere digital hverdag. To av forslagene går på skolens ansvar. Det første forslaget handler om at skolen må ha bedre kunnskap om ungdom og sosiale medier, slik at skolen kan hjelpe og følge opp de som trenger det. Det andre forslaget er at skolen må gi elevene opplæring om ulike sider ved bruk av digitale medier. Her påpekes det

at det er nær sammenheng mellom det som skjer på nett og utenfor, og at skolen derfor må ta ansvar.

Flere hevder at mange i dag opplever kroppspress fra sosiale medier, og at barn og unge særlige er utsatt. Anders Bakken, Mira Aaboen Sletten og Ingunn Marie Eriksen (2018) skriver i sin artikkel *Generasjon Prestasjon? Ungdoms opplevelse av press og stress*, at ungdom i dag ofte blir presentert som 'generasjon prestasjon'. De skriver at ungdom har et press for å prestere kroppslig på ulike plattformer som skole, idrettssammenheng, sosialt og sosiale medier. De mener at dagens ungdom er en mer individualisert ungdomsgenerasjon enn tidligere, med tydelige forventninger om å prestere på flere områder. Videre skriver de at ungdom vokser opp med internett og sosiale medier, som gir mulighet for selvpresentasjon på en annen måte enn før.

Det er ulike syn på hvorvidt, og i hvilken grad, de unge står overfor et kroppspress fra sosiale medier. Sæle (2017a) skriver i boken *Danningsperspektiver i kroppsøvingfaget*, at mediasamfunnet formidler idealiserte kroppsbilder som er uoppnåelige for mange, og at mediene er med på å skape et kroppspress. Karl Henrik Aanesen (2020) skriver i sin artikkel *Skaper sosiale medier press og stress?*, at det ikke er sosiale medier i seg selv som skaper presset, men forbrukerne. Videre skriver han at de som opplever press og stress oppsøker sosiale medier i større grad. Han viser til at sosiale medier både kan gi økt selvtillit, men også bidra til et økt kroppsfokus i negativ forstand. I boken *Generasjon prestasjon: hva er det som feiler oss?*, skriver Ole Jacob Madsen (2018) at sosial sammenheng kan være med på å påvirke ungdom på sosiale medier. Fordi mennesker er tilbøyelige til å sammenligne seg med andre. Her nevner han at bilder på Facebook og Instagram kan gi et forvrengt bilde, fordi brukerne ofte legger ut bilder av positive livshendelser.

### *Kroppsidealer*

I boken *Påkledd i dusjen: om ungdom og kroppspress*, forklarer Bjørnebekk (2015) at kroppspress blir preget av kroppsidealer: «Det handler om hvilke kroppsidealer jeg har, hvilke bilde eller oppfatning jeg har av kroppen min, og hvilke avstand det er mellom kroppsidealene og slik jeg ser min egen kropp.» (s.65). Kroppspresset oppstår når avstanden mellom kroppsidealene vi har og vår egen kropp blir for stor, forklarer hun. Videre skriver hun at kroppspress blir formet ut fra våre individuelle forestillinger og følelser om vår egen kropp, og idealer som ligger i den kulturen vi er en del av. Hun skriver at de sosiokulturelle

påvirkningene har stor påvirkning for kroppsoppfatningen, og at foreldre, venner og media er de som har størst påvirkning på kroppsoppfattelse.

Engelsrud (2006) skriver i sin bok *Hva er kropp?*, at kroppen er et fenomen for samfunnskapt konstruksjon, som eksempel viser hun til at det å forandre på kroppen for å oppnå tidens skjønnhetsidealer er et like gammelt fenomen som menneske. Sand (2019) forklarer at ungdom er i en pubertetsfase der kroppen er i utvikling, som gjør at de er enda mer sårbare for de rådende kroppsidealene. Hun påpeker at idealene har blitt strengere de siste generasjonene, som kan føre til slanking hos jenter og trening for gutter, for å oppnå et slikt ideal.

Sigmund Loland (2000) skriver i sin artikkel *Kroppssyn, idrett og mosjon*, at kroppsidealene kan ha problematiske konsekvenser, fordi kampen om å oppnå de sosiokulturelle normene som imageindustrien fremstiller er en kamp mot de biologiske prosessene. Han skriver videre at imageindustrien viser teknikker og metoder for å kunne endre kroppen. Endringer som slanking og generell endring på utseende som farging av hår hos frisøren og på kroppen i solarium. Endringene er med på tingliggjøring av kroppen, som er underlagt strenge idealnormer (Loland, 2000). På denne måten skriver han at kroppen har blitt et sosialt symbol og at kroppen er et middel i konstruksjon av vår identitet.

### Tidligere forskning

Forskningsfeltet rundt kroppspress er stort, både internasjonalt og nasjonalt. Under vil relevant forskning til studien bli presentert. Tidligere forskning er delt i fire kategorier: *kroppspress blant ungdom, kroppspress i kroppsøving - garderoben, bruk av digital aktivitet hos ungdom og kroppspress på sosiale medier.*

#### Kroppspress blant ungdom

Anders Bakken (2020) legger frem resultatene fra spørreundersøkelsen til velferdsforskningsinstituttet NOVA (Norsk institutt for forskning om oppvekst, velferd og aldring) i rapporten *Ungdata 2020 - Nasjonale resultater*. Under spørsmålet «Press om å se bra ut eller ha en fin kropp» svarer 22 % 'mye press' og 'svært mye press', her er ikke resultatet kjønnsdelt. Bakken (2020) påpeker at press kan være positivt, men dersom presset oppstår over tid med en tydelig ubalanse mellom utfordringene ungdom står overfor, kan stresset i verste fall være helsefarlig. NOVA har gjennomført nasjonale undersøkelser blant

ungdom i mange år. Bakken (2019) viser resultatene i rapporten *Ungdata 2019 - Nasjonale resultater*, her svarte 35% av jenter og 10% av gutter at de opplevde mye eller svært mye press på 'Press om å se bra ut eller ha en fin kropp'. Selv om det er et mindre flertall som opplever svært mye press, er dette noe ungdom sliter med i hverdagen som kan være utfordrende og gi begrenset livskvalitet, og som kan være starten på mer langvarige psykiske helseutfordringer, skriver Bakken (2019). I forbindelse med undersøkelsen fra 2019, kom artikkelen *Stress, press og psykiske plager blant unge* (Ungdata, 2020). Artikkelen skriver at ungdom har et ambivalent forhold til kroppspress, fordi kroppspress henger sammen med positive elementer i unges liv, som sosiale medier og trening.

Christine Sundgot-Borgen (2020) gjennomførte en intervensjonsstudie blant videregående elever, i forbindelse med sin doktorgradsavhandling *The Healthy Body Image intervention*. Hensikten var å fremme positivt kroppsbilde og helse relatert livskvalitet blant ungdom. Hun gjennomførte tre ulike workshops etterfulgt av spørreundersøkelse, ved 30 videregående skoler. Intervensjonen fremmet en positiv kroppsopplevelse og helse relatert livskvalitet blant jenter, men med en mindre effekt hos guttene i deltakelsen (Sundgot-Borgen, 2020).

Ursula Kenny, Mary-Pat Malley-Keighran, Michal Molcho og Corlette Kelly (2017) skriver i sin artikkel *Peer influences on adolescent body image: friends or foes?*, om hvordan jevnaldrende påvirker ungdoms kroppsbilde. Gjennom fokusgruppeintervju tok studien for seg irske ungdommer i alderen 13-18 år (N=111). Funn fra studien viser at jevnaldrende har en negativ innvirkning på ungdommens kroppsbilde. Både jenter og gutter i studien uttrykte et negativt press om å se bra ut. De populære ungdommene som hadde høy status, var som oftest pene og i god form. De som ikke oppnådde et slikt ideal ble utsatt for mobbing og ekskludering. Funnene viser at ungdommene brukte redigering av bilder på sosiale medier, for å oppnå en tynn figur som ville øke sjansen for likes og kommentarer. Jentene sammenlignet seg med kroppsvekt og kroppsform, og oppmuntret hverandre til å slanke seg, spesielt til store begivenheter. Guttene sammenlignet muskler og sportslige ferdigheter. Kroppsfokuserte samtaler påvirket ungdommene om hvordan de så på seg selv, og opplevde frykt for å bli snakket om, som ga et ytterligere press for å ha et akseptabelt utseende.

Kroppspress i kroppsøving- garderoben

Kjersti Mordal Moen, Knut Westli og Eivind Skille (2017) gjennomførte en studie i 2014 blant barne- og ungdomsskoleelever om deres forhold til skifting og dusjing relatert til



kroppsøvningsundervisningen (N=751). Studien viser at de aller fleste dusjer uten klær (96,5 %) og at de fleste er innforstått med at de skal dusje og skifte i forbindelse med kroppsøvningsundervisningen. Likevel var det 17,5 % jenter og 10,5 % gutter som ikke syntes det var greit å dusje. Studien viser at det var en økning på 5% blant jenter fra barneskolen til ungdomsskolen som ikke syntes det var greit å dusje, mens hos guttene var ikke økningen like markant. Et annet funn fra studien viser at 13 % av elevene var redd for at noen skulle ta bilder av dem i dusjen. Studien var et pilotprosjekt til den nasjonale kartleggingsstudien i kroppsøvningsfaget blant barne- og ungdomsskoler.

Den nasjonale kartleggingsstudien (N=3226) ledet av Kjersti Mordal Moen, Knut Westli, Lars Brattli og Vidar Hammer (2018), viser at de fleste elever skifter og dusjer uten klær i forbindelse med kroppsøvningsundervisning. Likevel svarte 2 av 10 at de ikke liker å være nakne sammen med andre. Her påpekes det at utsagnet er sterkt formulert, som en feilkilde til funnet. Studien viser at 2 av 10 er misfornøyde med kroppen sin, og at det er en økning jo lengre elevene har kommet i skoleløpet. Studien viser at det er flere jenter enn gutter som er misfornøyd med eget utseende. Studien har tatt målinger av andre affekter ved kroppsøvningsundervisningen. På spørsmålet 'jeg er misfornøyd med kroppen min', svarte 22% at de var 'helt enig' eller 'enig', der størst andel var jenter på ungdomsskolen.

En dansk studie av Stine Frydendal og Lone Friis Thing (2019), undersøkte ungdomsskoleelevers opplevelse av garderobe- og dusjkulturen i kroppsøvningsfaget. Artikkelen *A shameful affair? A figurational study of the change room and showering culture connected to physical education in Danish upper secondary schools*, viser funn fra studiene med 8 fokusgruppeintervju (N=64). Ungdommene forteller at det å vise frem kroppen til medelever oppleves som skam, og de er bekymret for at de andre elevene skal snakke om kroppen i en senere anledning. Flere av ungdommene forteller at de blir tatt bilder av i garderoben, som er med i vurderingen om de ønsker å dusje eller ikke, i frykt om å bli tatt bilde av. Et annet funn fra studien viser at ungdommene er konsekvente i aktivitetsnivået i undervisningen for å unngå å bli svette, slik at de slipper å dusje.

Det er flere masteroppgaver som tar for seg temaet kropp og kroppspress i garderoben (Mæhle, 2016; Oland, 2016; Wabakken, 2010), i drøftelsen vil masteroppgavene bli nærmere presisert.

## Bruk av digital aktivitet hos ungdom

Medietilsynet og NOVA gjennomfører store undersøkelser der de kartlegger ungdommens mediebruk. Medietilsynets undersøkelse fra 2020, viser 9-18 åringers bruk av sosiale medier. De vanligste sosiale mediene ungdommene i studien brukte var Snapchat (80%), Instagram (65%), TikTok (65%), Facebook (51%) og YouTube (95%) (Velsand, 2020). Rapporten fra NOVA *Ungdata 2020 – Nasjonale resultater*, viser en økende tidsbruk foran skjermen, og at 4% av ungdom i Norge bruker mindre enn en time på digitale aktiviteter utenom skolen (Bakken, 2020). Siden 2015 har andel ungdom som bruker minst 3 timer foran skjermen økt, og i 2020 brukte 14 % mer enn 6 timer daglig på digitale aktiviteter (Bakken, 2020).

Ingunn Marie Eriksen, Mira Aaboen Sletten, Anders Bakken og Tilmann Von Soest (2017) skriver i rapporten fra NOVA *Stress og press blant ungdom: Erfaringer, årsaker og utbredelse av psykiske helseplager*, at det er sammenheng mellom stress på skolen, kroppsbilde, bruk av sosiale medier og psykisk helse blant ungdom. De skriver at ungdom med moderat bruk av sosiale medier rapporterer gjennomsnittlig om mindre psykiske helseplager, enn de som bruker mer enn 3 timer på sosiale medier daglig. Ungdata (2020) forklarer at det statistisk sett er en sammenheng mellom de som opplever psykiske helseplager og de som er misfornøyd med eget utseende, dette gjelder spesielt jenter.

## Kroppspress på sosiale medier

Lisbeth Elvebakk, Berit Engebretsen og Kristin Walseth (2018) skriver om sin forskning i artikkelen *Kroppen på Instagram*. Med fokusgruppeintervju, tok forskningsprosjektet for seg Instagram og kroppsidealer på 10. trinn. Funnene fra studien viste at både jenter og gutter ble i større grad påvirket av venner på sosiale medier enn kjendiser, når det gjaldt kroppsmisnøye. Ungdommene opplevde et økt kroppsfokus i garderoben, der de passivt observerte medelevers kropper og kommenterte andre sine kropper. Det viste seg at guttene kommenterte i hovedsak jenter sine kropper. Både guttene og jentene var enige at jentene ble i større grad påvirket av kropp i sosiale medier enn guttene. Jentene følte seg både inspirert og undertrykt av bildene på sosiale medier. Guttene ble ikke påvirket i like stor grad, men ønsket seg likevel større muskler (Elvebakk et al., 2018).

Karoline Steen Nylander (2018) gjennomførte en kvantitativ undersøkelse (N=1900) med elever på ungdomsskolen og videregående skole. I rapporten *Prosjekt perfekt* legger Press

frem funnene fra studien om kroppspress blant unge. Et av funnene fra studien viser at 94 % av guttene og 72 % av jentene er 'helt uenig' eller 'litt uenig' om å ha negative tanker om seg selv etter å ha brukt sosiale medier. Likevel mener 30 % at de var 'enig' eller 'litt enig' om at Instagram ga et ønske om å se annerledes ut. I rapportens oppsummering står det at de som opplever negative tanker om seg selv etter å ha brukt sosiale medier, er ofte misfornøyd med eget utseende (Nylander, 2018).

Kristin Walseth og Thea Tidslevold (2020) har undersøkt hvordan unge kvinnelige idrettsutøvere på ungdomskolen, forstår og gir mening til bilder på sosiale medier, og hva de verdsetter som idealkroppen. I artikkelen *Young women's constructions of valued bodies: Healthy, athletic, beautiful and dieting bodies*, viser funnene fra studien at de unge jentene verdsetter kropper som uttrykker helse, skjønnhet og slanking. Artikkelen viser til bilder jentene i studien verdsetter på sosiale medier. Bildene er preget av et tynt og seksuelt attraktivt utseende, men også kropper av idrettsutøvere med en muskuløs kropp.

Amy Orben, Tobias Dienlin og Andrew Przybylski (2019) skriver i sin rapport om studien *Social media's enduring effect on adolescent life satisfaction*, som viser at sosiale medier påvirker unges trivsel lite. Studien tar utgangspunkt i briter mellom 10-15 år (N= 12 000), og undersøkelsen varte fra 2009 til 2016. Studien undersøkte sammenhengen mellom ungdoms selvrapporterte bruk av sosiale medier og hvor tilfreds de var med seg selv, og om det var noen forskjell på de som brukte mye eller lite tid på sosiale medier, om hvor fornøyd de var med seg selv (Orben et al., 2019). Et av funnene var at gutter ble mindre negativt påvirket av sosiale medier enn jenter. Studien viser et mer nyansert bilde av påvirkning fra sosiale medier enn tidligere antatt, noe betinget av kjønn, men generell lav påvirkning, konkluderer Orben et al. (2019).

### Avgrensning og problemstilling

Kroppsøvfaget handler om å bruke og lære, med og om kroppen. Samtidig vet vi at sosiale medier påvirker elevene med sin kroppsformidling. Gjennom intervjuer med et utvalg kroppsøvlærere, rettes fokuset mot lærernes stemmer og hvilke refleksjoner de gjør seg omkring elevenes forhold til kropp, både i kroppsøvfaget og slik kropp blir fremstilt i sosiale medier og hvordan dette kommer til uttrykk. Ved å undersøke hvordan lærerne reflekterer rundt elevenes påvirkning, gir dette oss et innblikk i hvordan elevene blir oppfattet

av lærerne på skolen. Med denne studien har jeg med andre ord et lærerperspektiv på elevenes opplevelse av fenomenet kroppspress, og hvordan lærerne jobber med elevenes kroppsforhold i kroppsøvningsfaget. Problemstillingen er følgende:

Hvilke refleksjoner gjør et utvalg kroppsøvningslærere i ungdomsskolen seg om elevers kroppspress i undervisningen og fra sosiale medier, og hvordan arbeider de pedagogisk med denne tematikken i faget?

## Teoretisk grunnlag

I dette kapittelet vil det teoretiske grunnlaget for oppgaven bli presentert. Oppgaven handler om hvordan kroppen kommer til uttrykk, hvordan vi viser oss med kropp og påvirkes av kropp. Det finnes mange ulike måter å forstå kropp, denne oppgaven vil ta for seg tre ulike kroppsforståelser: den disiplinerte kroppen (Foucault), kropp som et objekt (Descartes) og kropp som en levd erfaring (Merleau-Ponty). Drøftelsen vil med andre ord bli vinklet i lys av de tre kroppsforståelsene. Jeg vil mene at dette er tre kroppsforståelse som vil kunne utgjøre en fruktbar linse som kroppstematikken kan drøftes gjennom.

### Foucault

#### Den disiplinerte og føyelige kroppen

Michel Foucault (1926-84) var en fransk filosof og idéhistoriker, som fortsatt er en del av dagens akademiske debatt med sine ideer om makt, disiplin og seksualitet. Han representerer et sosiokulturelt syn på kropp, ved at kroppen formes i sosial praksis. Foucault (2008) skriver om den 'føyelige' kroppen, der kroppen er en gjenstand for tvang, forbud og plikter under streng kontroll i ethvert samfunn. Helt tilbake til begynnelsen av det 17. århundre viser han til at soldatens kropp ble brukt som våpenskjold, og at soldaten som idealbilde ble uttrykt med kraft og mot. Foucault (2008) forklarer at i løpet av overgangen fra 17. århundre til 18. århundre, blir kroppen for alvor oppdaget som gjenstand for maktutøvelse, ved at kroppen kunne manipuleres, formes og dresseres.

For å kunne kontrollere kroppens bevegelser, ble det skrevet ned reglementer for militærvæsenet, skolene og sykehuset, for å holde disiplin i samfunnet. På slikt vis ble kroppen føyelig, ved at den lot seg underkaste, brukes, forvandles og perfektioneres (Foucault, 2008). Foucault (2008) viser hvordan dette forklares som uttrykk for kroppslig disiplin: «Disse metoder, som muliggjør en omhyggelig kontroll av kroppens operasjoner og sørger for at kroppens krefter stadig underskues og tvinges til å være føyelige og nyttige – dette er det som kalles å holde disiplin» (s. 123).

Den kroppslige disiplinen begynner tidlig i høyere undervisning og senere i elementærskolen (Foucault, 2008). Kontroll over virksomheten kunne kontrolleres i form av tid. I elementærskolene ble tiden inndelt mer nøyaktig og ordrer skulle adlydes. En slik disiplin illustrerer han med at elevene skulle stå ved siden av pulten til en viss tid og gjengi en bønn.

## Kroppsdisipliner i skolen

Ifølge Foucault (2008) står diskursbegrepet sentralt i kartleggingen av sammenhengen mellom kroppen og maktens innflytelse på kroppen. Med diskurs mente Foucault (1999) det som sies og skrives, og som direkte eller indirekte er knyttet til en bestemt vitendisiplin, som ulike kunnskapsområder. Gjennom kroppsøvingsfagets historie har ulike diskurser preget opplæringen og formålet med faget. Ann Elise Rønbeck og Nils-Fredrik Rønbeck (2012) har i kapittelet *Disiplinering av kropp og sinn i kroppsøvingsfaget*, anvendt Foucault sin teori om hvordan disiplinering av ulike diskurser har preget kroppen i kroppsøvingsfaget. Flere av diskursene som finnes i skolesammenheng og i kroppsøvingsfaget har røtter tilbake til antikken. De henviser til grekerne som brukte både lek og idrettskonkurranser til opptrening av kroppen, til olympiske leker. En slik lek- og idrettsdiskurs kan kjennes igjen i skolen. En av de første disiplinene som preget kroppen i kroppsøvingundervisningen var disiplineringdiskursen, med bruk av oppstilling, kommando, marsjering og øvelser knyttet til militæret (Rønbeck & Rønbeck, 2012).

Pål Augestad (2003) sin doktorgradsavhandling *Skolering av kroppen: om kunnskap og makt i kroppsøvingsfaget*, tar for seg disiplinenes påvirkning til kroppen i kroppsøvingsfaget. Han ser nærmere på helsediskursen som i 1930-tallet tok tak i allmennhetens manglende renslighet, og innførte dusjer og svømmeanlegg for å forbedre hygienestandarden til det norske folk (Augestad, 2003). I forbindelse med innføring av helsediskursen ble det tatt i bruk ulike overvåkningsteknikker for å se til at dusjingen ble opprettholdt. For å kontrollere at elevene vasket seg, måtte læreren følge med om alle dusjet etter gymtimen, etter retningslinjer fra myndighetene. For å kunne kontrollere elevenes dusjing, ble det laget et kikkhull for at lærerne skulle ha kontroll over elevenes dusjing (Augestad, 2003). Vissheten om at man kunne bli kontrollert av læreren gjorde at elevene dusjet, slik Foucault forklarer panoptikons virkning. En slik anordning viser hvordan Foucaults disiplin og kontroll over elevenes kropp ble gjennom diskurser, her helsediskurs, styrt med makt av både myndighetene og læreren.

## Panoptikon

Foucault ble inspirert av Bentham's fengselskonstruksjon, det såkalte 'panoptikon', for å illustrere hvordan maktstrukturene virker overfor samfunnsborgerne. I den forbindelse utviklet Foucault tanken om panoptikon som 'det altseende øye' (Rønbeck & Rønbeck, 2012).

I Benthams arkitektoniske fremstilling av panoptikonet står fangevokteren i tårnet og har mulighet til å overvåke fangene. Han ser dem, men de ser ikke ham. På grunn av tårnets konstruksjon vil motlysvirkningen gjøre at tårnet ikke har innsyn, men er synlig for alle: «Slik oppnås den panoptiske hovedvirkningen: at den innsatte stadig skal være og vite seg synbar – for dermed fungerer makten automatisk» (Foucault, 2008, s.175). Foucault mente at det primære målet var å gjøre de innsatte bevisst på at de hele tiden kunne bli overvåket, selv om de ikke nøyaktig visste når overvåkningen skjedde. Overvåkningen skaper en illusjon hos fangene som skaper en indre kontroll, som gjør ytre kontroll overflødig (Rønbeck & Rønbeck, 2012). Panoptikons arkitektoniske skikkelse skulle fremstille maktmekanismenes overtak: «Panoptikon må oppfattes som en allmenn modell av myndighetenes forhold til menneskenes daglige liv. Panoptikon må imidlertid ikke forstås som et drømmeaktig byggverk, men som det ideelle diagrammet over en maktmekanisme» (Foucault, 2008, s. 179).

#### Styringsmentalitet

Fra kroppsøvningsfagets opprinnelse i 1848 til i dag har ulike diskurser preget undervisningens intensjoner fra myndighetenes hold, med ulike styringer av diskurser som vist ovenfor. Diskursene har preget fagets innhold og har blitt brukt som et maktpolitisk middel for å disiplinere elevenes kropp og sinn, fra øverste hold (Rønbeck & Rønbeck, 2012). Foucaults begrep 'styringsmentalitet', har som mål om å styre objektet ved å forme, lede og påvirke menneskers atferd, slik at de oppfatter at de når sine mål med livet (Rønbeck & Rønbeck, 2012). Diskursbegrepet fremhever at det er maktinstanser fra ulike samfunnssystemer som styrer over borgerne. Ulike diskurser har vært med på å legge sterke føringer for hvordan kroppsøvningsfaget har blitt organisert og formidlet. Læreplaner i kroppsøvningsfaget har blitt utformet av myndighetene, med innhold i fagenes måloppnåelse og formål. I dag styres undervisningen etter kompetansemål i læreplanen. Myndighetene styrer oppdragelsen og dannelsesprosessen til elevene, og dermed utviklingen av samfunnsborgere (Rønbeck & Rønbeck, 2012).

#### Makt

Foucault viser til makt på ulike måter. Han argumenterer for at makten kan være en produktiv effekt som produserer kunnskap og subjekter, og at maktens virkning kan påvirke adferdsmønster, begjær og kroppsoppfatning (Rønbeck & Rønbeck, 2012). Foucault (1999) forklarer at makten er allestedsnærværende, ved at makten oppstår i hvert øyeblikk. Makt er et

komplekst begrep. Han beskriver makt begrepet: «Det er navnet man setter på en kompleks strategisk situasjon i et gitt samfunn» (Foucault, 1999, s.104).

Augestad (2003) forklarer Foucault sine maktanalyser som praksisformer og det materialistiske for maktteknologiene. En slik teknologi handler om en bestemt handlingsmåte med mønstre og hjelpemidler. I skolesammenheng setter Augestad (2003) maktteknologiene opp mot tidtaking. Med tidtaking benyttes stoppeklokke og målebånd som bestemte hjelpemiddelet for å kunne sette rekorder, se fremgang eller rangering av den raske kroppen. Her oppstår makten mellom mennesker, som er rettet mot menneskets kropp og sjel (Rønbeck & Rønbeck, 2012).

### Normalitet

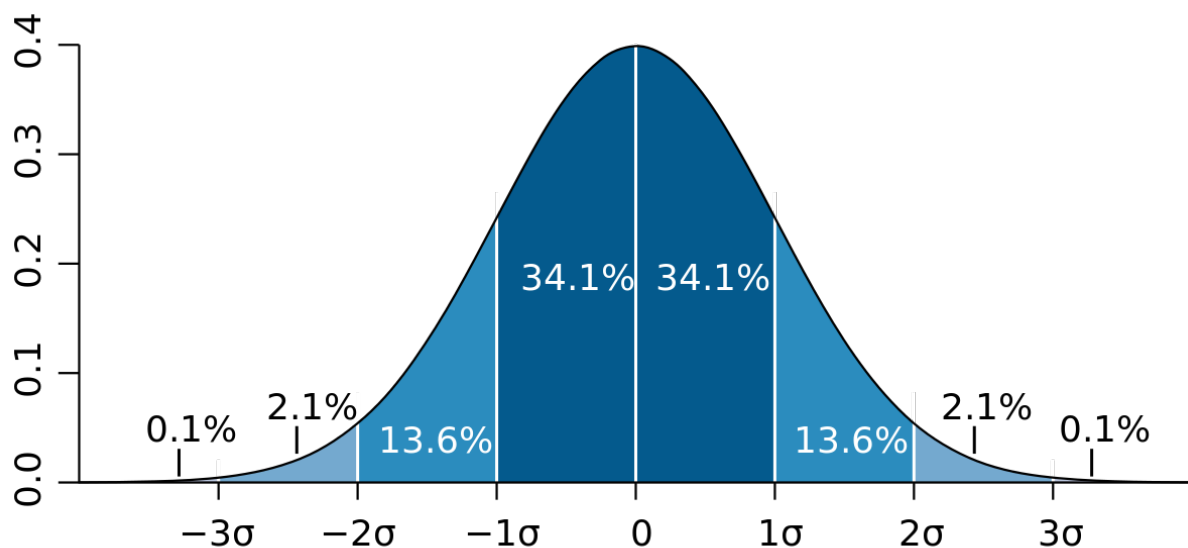
Foucault uttrykker at sjelen er kroppens fengsel, ved at makten retter seg mot sjelen i form av regler, restriksjoner og begrensninger for å normaliseres (Rønbeck & Rønbeck, 2012). Med normalisering måles menneske ut fra en individualiserende målestokk, med vurderinger av måleprosedyrer, der den enkelte blir bedømt ut fra hvilken grad den avviker fra det 'normale' (Rønbeck & Rønbeck, 2012). Foucault mener normen tilhører den disiplinære formen for makt, ved at vi skal innordne oss det normale og det som forventes av oss i ulike situasjoner. For å kunne forholde oss til normen, finnes det klare grenser mellom det 'normale' og 'ikke normale'. Normalisering betyr at man forholder seg til hva som oppfattes som korrekt i en gitt sammenheng.

Normalitetstenkningens historie har utviklet seg videre fra Foucault sine tanker om normalisering. I boken *Normalitet* forklarer Lars Grue (2016) innledningsvis at alle samfunn har visse forventninger, lover og normer om hva som er akseptabelt, både når det gjelder oppførsel, atferd og utseende. Det har dannet seg en felles fortolknings- og forståelsesramme som vi mennesker forholder oss til, for å holde oss innenfor hva som er akseptabelt, eller normalt. Normaliteten påvirker avgrensningene for de fysiske egenskapene, som normal høyde og vekt, men også hva som blir betraktet som et ønskelig utseende, et ideal (Grue, 2016). Idealkroppen er ikke et nytt fenomen, helt tilbake til 1789 malte kunstneren François-André Vincent maleriet om den guddommelige vakre Helena, *Zeuxis et les filles de Cratone*. For å fremstille henne som en overjordisk skjønnhet, samlet Vincent vakre kvinner for å plukke ut ulike kroppsdelene han kunne male, for å manipulere bildet til å fremstille Helena på



vakrest mulig måte (Grue, 2016). Fra den gang til i dag, presenteres skjønnhet som et ideal og en norm som vi måler oss opp mot, et ideal som ikke finnes, forklarer Grue (2016).

For å kunne måle normalitet refererer Grue (2016) til Quetelet som utformet Gauss-kurven. Gauss-kurven er en kurve med menneskers gjennomsnitt av høyde og vekt. I senere tid har en slik beregning utgjort BMI (Body Mass Index), hvor idealet og den teoretiske størrelsen ligger innenfor gjennomsnittsverdien, og avvikene utgjør enten overvekt eller undervekt, som skiller seg fra det normale (Grue, 2016). Quetelet hevdet at gjennomsnittsmennesket eller idealmennesket, som han omtalte *I'homme moyen*, var en uoppnåelig størrelse og kun var guddommelig. Figur 1 viser normalfordelingskurven. Gjennomsnittsverdien ligger på 0, hvor det uoppnåelige idealet ligger. Det 'normale' for menneskets BMI er å holde seg innenfor det mørkeblå skraverte området. Mens de lyseblå ytterkantene viser avvikene fra det normale.



Figur 1 – Normalfordelingskurven (Sundseth, u.å).

## Descartes

Kartesianske, objektivt kroppsperspektiv

René Descartes (1596-1650) er kjent for sin dualistiske teori, med sitt kartesianske kroppsperspektiv. Han hevdet at virkeligheten var delt i to deler. Den ene delen av virkeligheten bestod av sinnet (res cogitans), der tanker og ideer oppstod. Res cogitans kjennetegner det subjektive og det psykiske hos mennesket. Den andre delen av virkeligheten bestod av kroppen (res extensa). Kroppen ble kjennetegnet av utstrekning og romslighet, noe

som fylte rommet som objekt (Engelsrud, 2006). Menneske ble, som andre objekter, satt i et mekanisk koordinatsystem, fordi kroppen kunne observeres og måles i kvantifiserbare mål som masse, form, størrelse og bevegelse. Slik forklarer Descartes hvordan kroppen er noe han har: «Det var heller ikke uten grunn at jeg mente at denne kropp, som jeg ved en egen rett kalte min, tilhørte meg mer direkte og nært enn noe annet legeme. For jeg kunne aldri skilles fra den som andre legemer» (Descartes, 1998, s. 71).

Selve kroppen opererer uten refleksjon og blir sett på med lik linje som andre levende organismer, en maskin (Engelsrud, 2010). En skildring Descartes viser til er sammenligningen mellom menneskekroppen og uret. Både kroppen og uret er maskiner som kan plukkes fra hverandre. Kroppen kan skifte hofteprotese og uret kan fikses ved å skifte en skrue. Han skildrer:

Det er som med et ur som er laget av hjul og lodd. Det adlyder ikke mindre naturens lover om det er dårlig laget og ikke viser riktig tid, enn om uret i alle deler tilfredsstillende oppfyller urmakerens ønske. På samme vis også når jeg betrakter menneskekroppen som en maskin, sammensatt av ben, nerver, muskler, årer, blod og hud og slik innrettet at den – selv om det ikke var noen ånd i den, ville utføre nøyaktig de samme bevegelsene som den utfører nu, også når min vilje ikke styrer den, og den følgelig er uten åndens hjelp. (Descartes, 1998, s. 77)

Cogito, ergo sum

Descartes dualistiske teori deler virkeligheten i to, bestående av kroppen og sinnet. De to virkelighetene var to adskilte deler, men virket på hverandre. Descartes argumenterte for at det som skiller mennesket fra andre levende organismer er at objektene først får mening i en levende menneskelig kropp (Engelsrud, 2010). Det er sjelen som er menneskets bevisstform ved innlæring av språk og begreper, noe som skiller mennesket fra andre legemer, som dyrene. Poenget til Descartes var at hvis kroppen kun er noe materielt viser det ikke fullt hva menneske er. Slik forklarer han sjelen: «Følgelig, av det at jeg vet jeg eksisterer, og opprinnelig ikke la merke til at noe annet tilhørte min natur eller mitt vesen enn dette ene at jeg er et tenkende, slutter jeg med rette at mitt vesen alene består i at jeg er et tenkende» (Descartes, 1998, s. 73).

For det er sjelen som skiller menneskene fra andre objekter. Sjelen er det som oppfatter, sanser og erfarer, mens kroppen er et åsted for forvirring og uklarhet (Engelsrud, 2010). Med uttrykket 'Cogito, ergo sum' som tyder 'jeg tenker, derfor er jeg', skiller Descartes menneske fra andre objekter. Slik beskriver han skille mellom kropp og sjel:

Og siden jeg kanskje (eller *sikkert*, som jeg snart skulle si) har en kropp som er nøye forbundet med, og fordi jeg ikke desto mindre, på den ene side, har en klar og tydelig forestilling om meg selv som noe tenkende og ikke utstrakt, og på den annen side har en tydelig forestilling om kroppen som noe utstrakt, ikke-tenkende, er så meget sikkert at jeg er forskjellig fra min kropp, og at jeg kan eksistere uten den (Descartes, 1998, s. 73).

Descartes mente at sansene bedrar oss. Han viser til sin egen opplevelse av å se et rundt tårn i det fjerne, men når han nærmer seg tårnet har det en firkantet form (Descartes, 1998). Videre viser han til personer med amputert ben som fremdeles kjenner smerter i benet. Med dette mener Descartes at sanseopplevelsene er upålitelige og at de ikke kan karakteriseres som klare eller distinkte (Descartes, 1998).

### Prestasjonskroppen

Descartes dualistiske synspunkt har satt sine spor. I dag brukes fortsatt hans teori i dagligtalen, vi henvender oss til 'det psykiske' og 'det fysiske', det blir brukt i medisin, idrettssammenheng og forskning. Et kartesiansk kroppssyn fokuserer på den målbare og effektive prestasjonskroppen, som ikke tar stilling til de følelsene og opplevelsene som idrettslige prestasjoner også innebærer (Sæle, 2014). Engelsrud (2006) viser til at dansere og idrettsutøvere blir fortalt at kroppene er deres instrument, og at de må holde instrumentet ved like for å utøve kroppslige prestasjoner. I kroppsøvfaget vil innlæringen av teknikk og lære om bevegelse, gjøre at vi forholder oss til kroppen som noe vi har, et objekt og et maskineri, som innlæres til å utøve en bestemt bevegelse. Fordi når vi lærer om bevegelse eller teknikk, handler det om at vi tilegner oss teoretisk kunnskap om bevegelse og kropp (Sæle, 2017a).

## Merleau-Ponty

Fenomenologiske, subjektivt kroppsperspektiv

Maurice Merleau-Ponty (1906-1962) er kjent som kroppens filosof, og var en av de første vestlige filosofene som presenterte en selvstendig kroppsteori. Hans fenomenologiske kroppsperspektiv er bygd på Edmund Husserl sin fenomenologiske tenkning om at våre sanseerfaringer og sansefortolkninger er knyttet opp til menneskekroppens erfaringer (Sæle, 2014). I motsetning til Descartes forståelse om at kroppen og sjelen var to adskillige virkeligheter, forstod Merleau-Ponty kroppen og sjelen som inngikk i et samvirke (Engelsrud, 2006). Kroppen er noe vi er, og ikke noe vi har, slik Descartes tenkte.

Merleau-Ponty sammenligner kroppen med et kunstverk: «Men jeg står ikke overfor min krop, jeg er i min krop, eller rettere sagt jeg er min krop [...] Kroppen kan ikke sammenlignes med en fysisk genstand, men snarere med et kunstværk» (Merleau-Ponty, 1994, s. 107). Hans sammenligning viser at et kunstverk er et individ, fordi man ikke kan adskille uttrykket fra det utrykte, ved å kun se på den enkelte fargen, men forstå maleriet ut i fra sin helhet (Merleau-Ponty, 1994). Han skriver at dette et knutepunkt av en levende betydning, slik sammenligner han kroppen med et kunstverk. Her er det ikke kroppens anatomi i form av ledd, men kroppens funksjon, ved at den ene armen kan berøre den andre og tilsammen utfører de en bevegelse. Dermed må man se helheten for å forstå deres primære betydning, i form av maleriet og kroppen som helhet (Merleau-Ponty, 1994).

Kroppen er ifølge Merleau-Ponty både seende som et subjekt og synlig som et objekt (Sæle, 2014). Ved at man kan se hånden som et objekt, er den samtidig en del av ditt subjekt. Med dette henviser Merleau-Ponty til fantomsmerter, ved at man fortsatt kan kjenne og erfare det amputerte lemmet selv om armen er borte (Merleau-Ponty, 1994). Derfor er kroppen et subjektivt fremleggende ifølge Merleau-Ponty, han forklarer kroppens subjektivitet:

Uanset om det drejer sig om den andens krop eller min egen krop, kan jeg kun lære menneskets krop at kende ved at leve den, dvs. ved at overtage det drama, der gennemtrænger den, og smelter sammen med det. Derfor er jeg min krop, i hvert fald for så vidt som jeg har en erfaring, og omvendt er min krop så at sige et naturligt subjekt, en foreløbig skitse til min totale væren (Merleau-Ponty, 1994, s. 169).

## Den levde kroppen

Det fenomenologiske perspektivet skaper mening i interaksjon med omverden. Merleau-Ponty uttalte seg om den levde kroppen, ved at livet leves og uttrykkes gjennom kroppen, fordi erfaringene av å eksistere i verden er noe mennesket har, gjør og er som kropp (Engelsrud, 2006). Kroppen og sjelen utgjør til sammen den levde kroppen, og kroppen er tilgang til verden med sin eksistens. Med uttrykket 'fainomai' oversatt til 'det som viser seg, kommer til syne', viser hvordan Merleau-Ponty forstod menneskekroppen som trer frem og viser seg med en fysisk virkelighetserkjennelse, ved at vi erfarer verden med både kropp og sjel (Sæle, 2014). Kroppen retter seg mot verden og kroppen blir rettet av verden, som menes med at vi retter oss ut mot verden, og tilpasser oss i møte med andre (Engelsrud, 2006). Merleau-Ponty viser at subjektet i 'væren-i-verden', er en relasjonell væren, som igjen og igjen blir formet gjennom forholdet med verden (Engelsrud, 2006). Engelsrud (2006) forklarer at et slikt kroppssubjekt både skaper og skapes i en historisk, kulturell og situasjonell verden. Her er subjektet, altså kroppen, aktiv skapende - og samtidig formet av omverden.

## Levd erfaringer

Merleau-Ponty mente at de levde erfaringene var det som formet oss. Kroppen blir sett på som en synligseer, ved at kroppen blir synlig for andre som et objekt, og en kan se sin kropp som et objekt i verden som den levde kroppen. Likevel er det et viktig poeng hos Merleau-Ponty at en kan se seg selv og andre som intersubjektive objekter, som er tilgjengelig for hverandre (Engelsrud, 2010). Engelsrud (2010) forklarer dette med at alle mennesker lever i en felles verden, men alle lever på sin egen måte og har ulike erfaringer ved å leve i den samme verden, den subjektive opplevelsen av å leve. De levde erfaringene skapes i kommunikasjon med andre, og i de nevnte prosessene historisk, kulturell og situasjonelle opplevelsene. Erfaringene oppstår alltid i konkrete situasjoner gjennom omgang med omverdenen (Engelsrud, 2010). Kroppens kompetanse til å innrette seg i daglige situasjoner er en del av Merleau-Ponty sitt begrep om levd erfaring (Engelsrud, 2010). Ifølge Merleau-Ponty (1994) opplever vi verden gjennom våre sanser. Han illustrerer dette med hvordan vi tilegner oss erfaringer, som eksempel viser han til hvordan vi ut fra et ståsted ser et tårn. Gjennom gjentatte erfaringer vet vi at tårnet har fler sider, men i øyeblikket kan vi bare se tårnet ut fra våre gitte kroppslige posisjoner og tilstedeværelse i verden (Merleau-Ponty, 1994). Poenget til Merleau-Ponty er at vi inntar oss et gitt perspektiv når vi fortolker noe i verden, ved at vi fortolker det på en subjektiv måte.

## Oppsummering av teori

I oppgavens teoretiske grunnlag, gis et innblikk i tre store teoretikere. Foucault snakker om den føyelige kroppen som er under streng kontroll i form av tvang, forbud og plikter. En slik disiplin begynte tidlig i høyere utdanning og i elementærskolen, som kjennes igjen fra soldatene på 1700-tallet. Foucault viser til diskurser som viser en sammenheng mellom kroppen og maktens innflytelse på kroppen. Overført til skolen, tenker man seg da at elevene er blitt underlagt maktdisiplinerende strategier og tiltak som har bidratt til å styre elevenes tilnærming og tenkning om kropp. Noe Augestad viser i sin forskning på kroppsøvningsfaget, med helsediskursen og strukturen på garderobene som ble laget slik at lærerne skulle ha kontroll over elevene. Strukturen på garderoben viser Foucault sin panoptikon, som illustrerer maktstrukturen, man vet hele tiden at man kan bli sett, men ikke når. Foucault viser til styringsmaktene, som kontrollerer innbyggerne. I skolesammenheng, blir læreplanen brukt for å disiplinere elevene, gjennom læreplanens formål og kompetansemål. For Foucault var normalitet den disiplinære form for makt, og at man skulle innordne seg normalen og det som var forventet av en, som den føyelige kroppen han beskriver.

Descartes er kjent for sin dualistiske teori. Han skiller kroppen fra sjelen, og forklarer kroppen som noe vi har. Han sammenligner kroppen med et ur, for å vise til den mekaniske, objektive kroppen. Kroppen blir sett på som et objekt, men det som skiller menneske fra andre levende organismer er sjelen. Hans objektive syn på kroppen kan gjenkjennes i dagens idrett, med en kropp som skal prestere. En slik fremstilling kan kjennes igjen i kroppsøvningsfaget ved innlæring av teknikk.

I motsetning til Descartes så Merleau-Ponty på kroppen og sjelen som et samvirke, med at kroppen er noe vi er. Han snakker om den levde kropp, ved at vi lever og eksisterer gjennom kroppen, og at vi er en væren-i-verden med vår eksistens. Gjennom levde erfaringer opplever vi og formes vi i historiske, kulturelle og situasjonelle prosesser. En slik fenomenologisk kroppsforståelse står sentralt inn mot kroppslig læring i kroppsøvningsfaget, ved at elevene selv er med på å utforske egen kroppsbevissthet gjennom ulike idrettsaktiviteter.

## Metode

Formålet med studien er å svare på problemstillingen: *Hvilke refleksjoner gjør et utvalg kroppsøvingslærere i ungdomsskolen seg om elevers kroppspress i undervisningen og fra sosiale medier, og hvordan arbeider de pedagogisk med denne tematikken i faget?* I dette kapitlet inngår valg underveis i prosessen som besvares på bakgrunn av metodiske begrunnelser. Metodekapitlet er delt i fem deler. Først presenteres valg av metode, deretter utvalgsprosessen til informantene i studien. Videre vil gjennomføringen av datainnsamlingen bli presentert, med intervjuguide, pilotintervju og selve datainnsamlingen. Deretter beskrives gjennomføringen av dataanalysen med innhold av hermeneutikk, forskerblikket og analyseprosessen. Til slutt vil de etiske overveielsene blir presentert, samt reliabilitet, validitet og overførbarhet i relevans til oppgaven.

### Valg av metode

#### Kvalitativ forskningsmetode og fenomenologi

For å undersøke informantenes refleksjoner og arbeid rundt kroppspress, var det hensiktsmessig å benytte seg av kvalitativ metode. Kvalitativ metode gir mulighet til å søke innsikt i fenomenet kroppspress og skape en forståelse av hva informantene uttrykker, som støtter oppgavens hensikt i å finne ut hvilke refleksjoner informantene har rundt fenomenet (Tjora, 2017). Karakteristisk for kvalitativ metode er at vi søker en forståelse rundt sosiale fenomener, i denne studien søkes forståelse rundt kroppspress og videre utføres det en intensiv analyse av funnene (Thagaard, 2018). Det er informantenes perspektiv, og deres oppfatning av virkeligheten som søkes i kvalitativ metode. I denne oppgaven er det kroppsøvingslæreres perspektiv som studeres, og deres tanker, refleksjoner og tolkninger av elevene.

Fenomenologi tar utgangspunkt i den subjektive opplevelsen, på en slik måte som intensjonen for studien er, ved å oppnå en forståelse rundt informantenes erfaringer, refleksjon og arbeid (Thagaard, 2018). I de innsamlede dataene blir det viktig å skille mellom virkeligheten og den opplevde virkeligheten. Det er kroppsøvingslæreres erfaringer og refleksjoner av den opplevde virkeligheten, ikke elevenes virkelighet. Det er kroppsøvingslærernes opplevde virkelighet som står i fokus, som gir et grunnlag for å utvikle en forståelse fra et lærerperspektiv på fenomenet. Fenomenologi handler om å forstå de sosiale fenomenene ut

fra aktørens egne perspektiver, for å beskrive verden slik de opplever den opplevde virkeligheten (Kvale & Brinkmann, 2015).

### Dybdeintervju

Formålet med studien var å forstå informantenes erfaringer og refleksjoner rundt det sosiale fenomenet kroppspress. For å kunne få tilgang til denne informasjonen ble det benyttet individuelle dybdeintervju. Dybdeintervju er basert på et fenomenologisk perspektiv som har som formål å få frem betydningen av folks subjektive erfaringer, og for å avdekke deres opplevelse av verden (Kvale & Brinkmann, 2015; Thagaard, 2018). På bakgrunn av dette var det hensiktsmessig å benytte seg av kvalitativt forskningsintervju som metode, siden formålet med studien var å oppnå økt innsikt hos kroppsøvlingslæreres refleksjoner. For å forstå informantenes perspektiv bidro dybdeintervju til å skape kunnskap i møte med informantene. Målet var å innhente beskrivelser om informantens livsverden for å så fortolke betydningen av fenomenet kroppspress videre i drøftelsen (Kvale & Brinkmann, 2015).

### Utvalg

#### Utvalgskriterier

På bakgrunn av fokuset rundt kroppspress knyttet til ungdomsskolealder og den kroppslige utviklingen som skjer med ungdom, ønsket jeg å intervju kroppsøvlingslærere som jobbet aktivt på ungdomsskolen. Det var viktig at informantene hadde erfaringer fra kroppsøvlingsfaget, derimot var det ikke spesifisert at informantene måtte ha erfaringer knyttet til arbeid rundt kroppspress i utvelgelsesprosessen. Ved bruk av kvalitativ metode går man i dybden av relativt få utvalgte enheter (Tjora, 2017), derfor ble det inkludert 6 informanter til denne studien. Ved å ha et relativt lite utvalg, er det spesielt viktig å anvende en utvelgelsesprosess som var dekkende for oppgavens problemstilling, slik at analysen av den samlede dataen kan gi en forståelse av det fenomenet som studeres (Thagaard, 2018). Tidligere forskning viser at det er et større antatt kroppspress blant jenter enn gutter (Bakken, 2019; Elvebakk et al., 2018; Orben et al., 2019). Ved å intervju begge kjønn var det interessant å se om det var ulikt fokus blant mannlige og kvinnelige kroppsøvlingslærere knyttet til arbeid og refleksjon rundt kroppspress. Det å ha ulik aldersspredning på informantene ga mulighet til et bredere spekter av flere generasjoner, som kan ha ulike oppfatninger omkring tematikken.



## Rekruttering

For å rekruttere informanter ble snøballmetoden benyttet. Ved å benytte seg av snøballmetoden kontaktet jeg tre førstekontakter som jobbet på tre ulike skoler. Ved å kontakte ulike skoler fra ulike kommuner, unngikk jeg at alle informantene kom fra samme nettverk, som gir en mer allsidig forskning (Thagaard, 2018). Ingen av førstekontaktene jobbet som kroppsøvlingslærere, men tok kontakt med kroppsøvlingslærere på skolene sine. På denne måten ga førstekontaktene meg tips til informanter som passet utvalgsriteriene (Tjora, 2017). Denne utvalgsmetodikken var effektiv og jeg fikk 6 informanter på kort tid som var interessert i å stille som informanter. Aksel Hagen Tjora (2017) påpeker at det kan føles ubehagelig for førstekontaktene å opptre som 'dørselgere', ved å oppgi forslag til informanter. Førstekontaktene som ble kontaktet var interesserte i å hjelpe, og stilte spørsmål dersom noe var uklart. De spurte om det var viktig hvilke trinn kroppsøvlingslærerne jobbet på, og hvilke kontaktinformasjon jeg ønsket å nå informantene på.

## Prestasjon av informantene

Under vises en tabell med oversikt over informantene som deltok i studien. Informantene har fått fiktive navn, slik at anonymitet ivaretas.

<b>Kroppsøvlingslærer</b>	<b>Alder</b>	<b>Antall år i skolen</b>	<b>Studiepoeng i kroppsøving / idrett</b>	<b>Klassetrinn i kroppsøving</b>
Even	25 år	1 år	165	8, 9 og 10. trinn
Ole	25 år	1 år	300	9. trinn
Sara	27 år	2 år	300	8. trinn
Mikkel	29 år	5 år	60	9. trinn
Arne	51 år	23 år	60	8, 9 og 10. trinn
Hilde	58 år	30 år	30	9. trinn

## Gjennomføring

### Intervjuguide og pilotintervju

I forkant av intervjuene ble det laget en semi-strukturert intervjuguide (se vedlegg 1). For å få frem informantenes refleksjoner, erfaringer og arbeid rundt tematikken kroppspress, ble

intervjuguiden laget på bakgrunn av tidligere forskning, det teoretiske grunnlaget og i relevans til problemstillingen (Dalen, 2011). Jeg benyttet meg av traktprinsippet i utformingen av intervjuguiden, med innledning, hoveddel og avslutning (Dalen, 2011). Starten av intervjuet ble laget med noen enkle spørsmål, som informantens alder, utdanning og undervisningssituasjon i kroppsøving. Deretter ble spørsmål som omhandlet tematikken sentrale (Dalland, 2017). For å kunne svare på oppgavens problemstilling, ble det laget fire kategorier: *kroppsidentitet*, *kroppspress*, *sosiale medier* og *kroppsøvingsfaget*. Alle kategoriene inneholdt hovedspørsmål og oppfølgingsspørsmål. Til slutt ble det utformet spørsmål som inneholdt generelle forhold. Her ble det laget et spørsmål om informanten hadde noe å tilføye, etterfulgt av en avklaring for videre behandling av data.

For å teste intervjuguiden, det digitale utstyret og meg selv som intervjuer, ble det utført to pilotintervjuer, noe som anbefales i kvalitative intervjustudier (Dalen, 2011). Det ble gjennomført to pilotintervjuer. Først med en medstudent, deretter med en bekjent som jobber som kroppsøvingslærer på 7. trinn og har utdanning fra 5-10. trinn. Det ble på bakgrunn av pilotintervjuene gjort noen endringer og avklaringer i intervjuguiden. I intervjuguiden brukes begreper som objektiv- og subjektiv kroppstilnærming og kjerneelementet kroppslig læring, som var ukjente begreper for prøveinformantene. Derfor var det viktig å lage en definisjon klar på forhånd, slik at informantene til studien kunne få tilstrekkelig med kunnskap for å kunne svare på spørsmålene. Under pilotintervjuene ble det tekniske utstyret testet. Opptaksutstyret ble testet under pilotintervjuene og fungerte bra. Grunnet restriksjonene angående Covid-19, ble pilotintervjuene og selve intervjuene gjennomført digitalt, gjennom det digitale programvare Zoom. En av prøveinformantene hadde ikke lastet ned programvaren, og åpnet Zoom i nettleseren, som ga en skurrete lyd og gjorde det vanskelig å kommunisere. På bakgrunn av dette var det viktig å informere informantene om at de måtte laste ned Zoom i forkant av intervjuet.

#### Datainnsamling

I forkant av intervjuet ble det sendt ut mail dagen før, med informasjon om intervjuet, link til nedlastning av Zoom og link til selve intervjuet. Samtykkeerklæringen (se vedlegg 3), ble sendt til informantene før intervjuet, slik at de kunne lese gjennom og skrive under.

Før intervjustart var det viktig å etablere god kontakt med informantene, for å skape en tillitsfull og fortrolig atmosfære. Steinar Kvale og Svend Brinkmann (2015) forklarer at de første minuttene i intervjusituasjonen er avgjørende, fordi informantene ønsker en klar oppfatning av hvordan intervjuet skal foregå, før de begynner å snakke om sine opplevelser og refleksjoner til en fremmed. Jeg hadde en felles bekjent med alle informantene, som ga et felles referansepunkt vi kunne ta utgangspunkt i. Det ble gitt informasjon om konfidensiell behandling av data, bruk av lydopptaker, minne om taushetsplikt ovenfor elever og frivillig deltakelse. Med tanke på at det var uttrykk som kunne være ukjente for informantene, var det viktig å si at dersom informantene ønsket en avklaring av begreper eller omformulering av spørsmål, var dette mulig.

Selv om intervjuene ble gjennomført digitalt, var det mulig å se hverandre gjennom kamera. Her ble kroppsspråk, ansiktsuttrykk, gester og blick synlig både for informant og forsker. På denne måten opprettholdes samhandling mellom informant og forsker, som det gode intervjuet er avhengig av (Tjora, 2017). Ved å gjennomføre intervjuene digitalt, medførte det noen utfordringer. En av informantene forsvant stadig vekk fra kamera og kun pannen ble synlig. Dette ga inntrykk av hvor viktig det var å kunne se ansiktet til personen man snakket med..

Intervjuguiden var ikke kjent for informantene på forhånd, på denne måten ble det en naturlig samtale som kretset rundt intervjuguiden. Ved å ha en relativt fri samtale som kretset rundt bestemte temaer, var det mulig for informantene å reflektere over egne erfaringer og meninger (Tjora, 2017). Underveis i intervjuene var det viktig å respondere til hva informantene sa, og koble uttalelsene opp mot spørsmålene i intervjuguiden. Ved å være en aktiv lytter, kunne jeg stille oppfølgingsspørsmål for å lede informantene inn på relevante spørsmål knyttet til problemstillingen (Kvale & Brinkmann, 2015). Spesielt den ene informantene snakket seg naturlig inn på neste spørsmål, og var hele tiden i forkant med oppfølgingsspørsmålene. Dette viser at intervjuguiden var gjennomtenkt og relevant til hva informantene ønsket å fortelle. Som en debrifing ble det avslutningsvis spurt om informantene hadde noe å tilføye. Her var det tre informanter som hadde noe mer å tilføye. Det ble gitt informasjon om vider behandling av data og påminnelse om at man kunne trekke seg når som helst, også etter intervju slutt.

I utgangspunktet ble det beregnet 45-60 minutter til hvert intervju. Det lengste intervjuet varte i 1 timer og 14 minutter, og det korteste varte i 40 minutter. Det var tydelig at informantenes

erfaring i skolen ga utslag for lengde og mengde informasjon i intervjuet. Til tross for variasjon i intervjuenes lengde, kom alle informantene med nyttig informasjon om egne refleksjoner, erfaringer og arbeid rundt kroppspress.

## Dataanalyse

### Hermeneutikk og forskerrollen

I henholdt til fenomenologisk- hermeneutisk tilnærming er målet å forstå informantenes erfaringer gjennom dypere mening, ved å fortolke datamaterialet og finne et dypere meningsinnhold av informantenes uttalelser (Thagaard, 2018). Oppgaven tar for seg et slikt fenomenologisk- hermeneutisk tilnærming ved å studere det sosiale fenomenet kroppspress, for å så fortolke dette videre i drøftelsen. Målet for dataanalysen var å danne en gyldig forståelse av intervjuetekstene, og videre studere hvilke mening dette ga i henholdt til oppgavens problemstilling (Postholm et al., 2018).

En grunntanke i hermeneutikken er at en møter og forstår verden med egne forutsetninger, og forutsetningene bestemmer hva som er forståelig og ikke forståelig (Gilje & Grimen, 1992). Min forskerrolle består av forforståelse og fordommer, som er nødvendig for å skape forståelse og gi mening til intervjuetekstene. Tove Thagaard (2018) forklarer at forskerens forståelse er preget av den faglige bakgrunnen, som fører til at forskeren har et annet perspektiv enn informantene. I denne studien blir informantenes uttalelser drøftet opp mot tre ulike kroppsforståelser, som er det teoretiske grunnlaget for studien. Informantene i denne studien har sin egen forståelse av elevenes opplevelse av kroppspress. Det vil derfor skje en dobbelfortolkning i analysen av intervjuetekstene, ved at funnene allerede er fortolket. Tydeliggjøring, det er lærernes fortolkning av elevene som blir intervjuet, altså andrehåndsinformasjon av elevene, og dermed fortolket igjen i analysen av meg som forsker.

Jeg har en egen forforståelse i prosjektet, når det gjelder utforming av intervjuguide, analyseprosessen og drøftingen. Det er derfor viktig å være klar over sine egne tolkningsmønstre, slik at det er plass til informantenes meninger og refleksjoner, som er oppgavens intensjon. Tilsammen utgjør forskerens forforståelse, fortolkningen av meningsinnholdet til informantene og konteksten meningsinnholdet tolkes i, den hermeneutiske sirkelen (Gilje & Grimen, 1992). Derfor var det viktig å være klar over sin rolle som forsker og sin egen forforståelse når analysen ble igangsatt.

## Tematisk innholdsanalyse

Dataanalysen ble gjennomført med en tematisk innholdsanalyse, som legger hovedvekten på innholdet i datamaterialet, med en empirinær strategi (Anker, 2020). Tematisk innholdsanalyse ble valgt på bakgrunn av oppgavens intensjon om å fremheve informantenes opplevelser av fenomenet. Det er Trine Anker (2020) sin tematiske innholdsanalyse som har blitt benyttet i oppgavens analyseprosess. Analyseprosessen er delt i fire hovedfaser. Under beskrives analysefasene i kronologisk rekkefølge. Rekkefølgen på selve analysen har vært rokerende, for underveis i prosessen har jeg gått tilbake til de ulike fasene, eksempelvis for å lage nye koder slik at problemstillingen har blitt besvart.

Den første fasen i analyseprosessen begynte allerede ved innsamling av datamaterialet. For å kunne få et helhetsinntrykk av informantenes uttalelser var det å transkribere hele intervjuet med på å begynne tankeprosessen om ulike temaer som var sentrale for oppgaven. Det viktigste tapet av å transkribere intervjuet er de visuelle ledetrådene og stemningen i løpet av intervjuet (Tjora, 2017). For å kunne skrive ned de visuelle trådene i form av tonefall, gester og ansiktsuttrykk ble transkripsjonen gjort tett opp mot intervjuene. Alle transkripsjonene ble lest nøye gjennom, og det ble laget et eget dokument for hver av tekstene hvor jeg noterte uttalelser som var interessante, og ideer til videre arbeid med tekstene, som Anker (2020) kaller tankenotat. På denne måten ble de første tankene og ideene skrevet ned, denne delen av analysen var tilfeldig og usystematisk.

I den andre fasen begynte det strukturerte arbeidet med analysen av det empiriske materialet, med en mer grundig og mer systematisk fremgangsmåte. Jeg benyttet meg av NVivo12, som er et digitalt hjelpemiddel for koding av datamaterialet. Programvaren gjorde det oversiktlig å lage koder og kategorier. Det ble benyttet en empirinær og induktiv koding av materialet, ved å ta utgangspunkt i det empiriske materialet (Anker, 2020). Det ble laget mange koder, som videre ble satt sammen til overordnede kategorier i sammenheng med problemstillingen: *kroppspress i faget, kroppspress fra sosiale medier og pedagogisk arbeid/utfordringer*. I tillegg ble det laget to kategorier: *annet* for koder som kanskje kunne brukes, og *ikke relevant*, for koder som ikke var relevante for oppgaven.

I analysefase tre ble funnene fra datamaterialet skrevet. For å skrive frem funnene på en troverdig måte var det viktig med transparens, også kalt gjennomsiktighet, som handler om at du viser til hva du gjør (Anker, 2020). Derfor er kategoriene i intervjuguiden noe bevart i

inndeling av resultatene i kapittelet *Presentasjon av funn*. For å bevare transparensen og at tolkningene fremstår som rimelige (Anker, 2020), har det i analysen blitt brukt sitater fra informantene. Ved å analysere kodene var det oversiktlig å kunne sammenligne og sammenstille utsagnene til informantene. Ved å utforsket de felles erfaringene kroppsøvingslærerne har, forklarer Thagaard (2018) at den fenomenologiske orienterte forsker kan utvikle en forståelse av essensen av det pedagogiske arbeidet de gjør. Denne studien gir derfor en forståelse av et utvalg av kroppsøvingslæreres arbeid og refleksjoner rundt kroppspress.

I den siste delen av analyseprosessen ble hovedfunnene fra studien drøftet i lys av det teoretiske grunnlaget, med Foucault, Descartes og Merleau-Ponty sine ulike kroppsforståelser, og fag- og forsknings feltet, for å svare på problemstillingen.

### Etiske overveielser

I tråd med de forskningsetiske retningslinjene som er utarbeidet av Den norske forskningsetiske komité for samfunnsvitenskap og humaniora (NESH), er det foretatt noen forskningsetiske hensyn. De etiske overveielserne som er tatt i betraktning i denne masteroppgaven er i henholdt til forskningsetikken, for å avdekke sannheten (Sæle & Hallås, 2020). De etiske overveielserne består både av de formelle rammeverkene som omhandler regler for å sikre personvernet og informantens anonymitet, men også de skjønsmessige vurderingene om hvordan man behandler informanten (Anker, 2020).

Etter godkjenning av Norsk senter for forskningsdata (se vedlegg 2), ble det sendt ut informasjonsbrev med samtykkeerklæring til informantene (se vedlegg 3). Informasjonsbrevet inneholdt informasjon om studiens formål og hva den innhentede dataen skulle brukes til. Det var kun to av informantene som hadde skrevet under samtykkeerklæringen, og sendt denne til meg på e-post før intervjustart. Jeg måtte minne de andre informantene på å skrive under samtykkeerklæring i ettertid. Dette var en av de negative følgene av å gjennomføre intervjuene digitalt. Det krevde mer arbeid for informantene, og jeg måtte purre for å få underskrift på dokumentet, noe som føltes ubehagelig. Her opprettholdes ikke de skjønsmessige vurderingene om hvordan man behandler informanten (Anker, 2020). Studien krevde ingen sensitive personopplysninger. Deltakelsen til studien var frivillig og det ble informert om i informasjonsskrivet, fortalt før, under og etter intervjuet at informanten

kunne trekke seg uten konsekvenser. Ved å informere informantene om deres muligheter, ivaretas Anker (2020) sitt poeng om hvordan man behandler informantene. De skjønnsmessige vurderingene Anker (2020) tar opp handler om at informantene skal føle seg trygg på at uttalelser som blir sagt blir korrekt fremstilt. Som forsker vil dette medvirke hvordan man fremstiller informantene i form av sitatbruk og presentasjon av informantens uttalelser i oppgaven. Derfor var det viktig å få frem konteksten i uttalelser til informantene, slik at sitatene og andre uttalelser ble satt i sammenheng med informantens mening. For å sikre informantenes anonymitet, ble transkripsjonen skrevet på bokmål og ikke på dialekter. Dette kan fungere som en anonymisering i de tilfeller der enkeltindivider kan være lett identifiserbare (Tjora, 2017). Det ble brukt fiktive navn i oppgaven, som står i tråd med personvernet til retningslinjene til NESH (2016).

Ved å forholde seg til de etiske overveielserne i form av lovverk, retningslinjer og prosedyrer i tråd med NESH, har denne studien tatt hensyn til informantenes deltakelse i form av konfidensialitet, informert samtykke og respekt som er en del av de forskningsetiske normene som er utarbeidet av NESH (2016). Under vil validitet, reliabilitet og troverdighet av studien bli presenter, som også er en del av de forskningsetiske normene.

### Relabilitet

Relabilitet handler om hvor pålitelig og tillitsvekkende forskningen er utført. Et spørsmål Thagaard (2018) stiller til relabilitet er om en annen forsker som anvender samme metode vil komme frem til samme resultat. Denne studien har tatt i bruk en fenomenologisk-hermeneutisk tilnærming som ser på informantenes forståelser og fortolkninger av fenomenet kroppspress. Det er informantenes subjektive meninger som forskes på, som vil gi ulike oppfatninger av fenomenet, utelukkende hvem du spør (Postholm et al., 2018). Derfor vil ikke svarene bli like dersom man intervjuer andre kroppsovingslærere, men det vil være ulike tolkninger som kommer frem. Det settes spørsmålsteget over hvorvidt atferds- og samfunnsvitenskap kan reprodusere resultatene til den sosiale og menneskeskapte virkeligheten, også når det gjelder at fenomenet kan endre seg relativt raskt over tid (Postholm et al., 2018). Når det gjelder fenomenet kroppspress, vil kroppen alltid være en sentral del av menneskers liv. Hvordan sosiale medier endres over tid er vanskelig å si, men så lenge det er tilgjengelig på ulike digitale uttrykksplattformer, vil tematikken være tilstede.

## Validitet

For å styrke validiteten til oppgaven, var det viktig å undersøke det fenomenet som faktisk skulle undersøkes. Ved å utvikle en intervjuguide med utgangspunkt i tidligere forskning, det teoretiske grunnlaget i oppgaven og i relevans til problemstillingen, gikk intervjuet i retning av det fenomenet som skulle undersøkes. Validitet handler om gyldigheten av de tolkningene som blir gjort, og legger vekt på oppgavens teoretiske gjennomsiktighet, også kalt transparens (Thagaard, 2018). For å bevare transparensen til informantene, er uttalelsene gjengitt i sitater. Dette gjorde at transparenten ble opprettholdt og at egne tolkninger og forforståelse ikke skulle true validiteten til funnene fra informantens egne beskrivelser.

For å bevare validitet i oppgaven, har det blitt tatt gjennomtenkte valg i løpet av forskningsprosessen. Metodekapittelet forsøker å vise til valg som har blitt gjort underveis i forskningsprosessen, slik at leseren kan ta kritisk stilling til studiens metodiske valg (Tjora, 2017). For å vise en sammenheng i valgene som har blitt tatt underveis i studien, er de ulike delene i masteroppgaven i sammenheng med hverandre. Intervjuguiden er utformet med utgangspunkt i det teoretiske grunnlaget, fag- og forskningsfeltet og i tråd med oppgavens problemstilling. Med utgangspunkt i svarene fra intervjuene, er funnene drøftet i lys av teori og fag- og forskningsfeltet. På denne måten er det bevisst en sammenheng i oppgaven.

## Overførbarhet

I kvalitativ forskning er det for få informanter til at resultatene fra denne studien kan generaliseres. Resultatene kan ikke generaliseres globalt, men kunnskapen som blir lagt frem i oppgaven, kan overføres til andre relevante situasjoner (Kvale & Brinkmann, 2015). I relevans til denne studien, kan andre kroppsøvingslærere lære av informantenes refleksjoner og praksis rundt kroppspress. Dette kalles for naturalistisk generalisering, der overføringen er knyttet til hvorvidt en beskrivelse er gjenkjennbar for leseren (Postholm et al., 2018). Det var derfor viktig å få frem informantenes subjektive opplevelse i presentasjon av funn og videre i drøftelsen, slik at leseren kan kjenne seg igjen i opplevelsene og refleksjonene til kroppsøvingslærerne, for å så kunne overføre dette til egne situasjoner.



## Presentasjon av funn

I dette kapitlet vil de relevante funnene fra studien bli presentert. Resultatene er presentert i henhold til kategoriene som ble utarbeidet i analysefase to. Kategoriene er følgende: kroppspress i kroppsøvningsfaget, sosiale medier og pedagogisk arbeid. Kategoriene ble laget med utgangspunkt i problemstillingen, for så å kunne besvares videre i drøftetekapitlet. Kategoriene er også gjenkjennbare fra intervjuguiden.

### Kroppspress i kroppsøvningsfaget

I denne delen vil informantenes refleksjoner om hvorvidt elevene utsettes for, og uttrykker et kroppspress i kroppsøvningsfaget bli presentert. Kroppsidentitet er en subjektiv følelse som vi alle har, og kroppspress er med på å påvirke vår kroppsidentitet. Derfor vil lærernes refleksjoner rundt elevenes kroppsidentitet bli presentert. Deretter vil informantenes refleksjoner rundt hvorvidt undervisningen i kroppsøvningsfaget er med på å bidra til kroppspress bli lagt fram. Videre presenteres refleksjoner rundt elevenes kroppsforestillinger, med iscenesettelse av klær, i svømmeundervisning og i garderoben. Til slutt presenteres informantenes tanker rundt elevenes kroppsideal.

### Kroppsidentitet

Informantene har ulike oppfatninger av kroppsidentitet, her viser jeg til to ulike oppfatninger. Arne forklarer kroppsidentitet som tanker den enkelte har om sin egen kropp og hvordan andre oppfatter den samme personen:

Det [kroppsidentitet] er hvordan den enkelte ser på sin kropp og hvordan andre ser på den andres kropp. La oss si du har jente X som tenker sitt om sin egen kropp, så er det også sånn at andre mennesker av og til kan tenke om hennes kropp, utseende, hvordan hun er, personlighet og sånne ting. Av og til er det avvik mellom hva den enkelte tenker om seg selv og hva andre tenker om en gutt eller jente. (Arne)

Angående denne forskjellen mellom hvordan den enkelte tenker og hvordan andre opplever den enkeltes kropp, snakker han eksempelvis om elever som har spisevegring. Even forklarer kroppsidentitet som:

.. hvordan man bruker kroppen og på hvordan man viser seg frem til andre både med bekledding, og egentlig hvordan man bruker kroppen generelt, om man er veldig fysisk eller om man blir tilbaketrucken og sitter stille, alt som har med bevegelse å gjøre. Hvordan man viser seg frem til andre, forskjellige ting man gjør, for eksempel i friminuttene. (Even)

Even forteller videre at det varierer ut fra modningsalderen til elevene hvor mye de tenker over egen kropp. I ungdomsskolealder er kropp et veldig ømtålig tema for mange, forteller Sara. Hun påpeker både hvordan man ser ut og hvordan man vil se ut. Under spørsmålet om hvordan elevene reflekterer over egen kropp, sier hun: «Spesielt blant jenter, jeg vet ikke om det er et faktum, men det er fort en sånn ting jenter kan overtenke, men det blir jo mer og mer vanlig at gutter også har kropp som de bryr seg om».

#### Kroppsøvingsundervisning

##### *Prestasjon*

Under spørsmålet 'Tror du det er et kroppspress blant dine elever? Hvordan kommer eventuelt dette til uttrykk blant elevene dine i kroppsøvfaget?', snakker flere av informantene om kroppslige prestasjoner. Hilde og Arne forteller om elevenes konkurranseinstinkt og at flere av elevene ønsker å bli testet i løping på 60 m og 3000 m. Arne forteller at han er tilbøyelig til å gjennomføre dette med ønske fra elevene, men han påpeker at slike konkurranser kan ødelegge bevegelse- og idrettsgleden i faget, fordi fokuset blir på stoppeklokken. Selv om intensjonen til Hilde er på egen fremgang hos den enkelte, er fokus til elevene på hverandre:

Vi prøver å snakke om egen fremgang, men hele tiden skal de vite resultater fra andre «hvor mye klarte du?». Guttene er veldig opptatt av prestasjoner og de ser på kroppene til andre gutter som de beundrer som har kommet lengre i utviklingen. (Hilde)

Det er flere av informantene som forteller at guttene opplever et press for å mestre. Mikkel forteller: «Det er som regel guttene som snakker om muskler og sånn. Vil jo helst si det er prestasjoner som de er mest opptatt av, at de er redd for å ikke få til ting». Sara reflekterer rundt hvordan elevene opplever å ikke prestere:

Noen føler på et kroppspress i forhold til det man klarer og ikke klarer i timen. Da går det i utgangspunktet ut på ferdigheter og ikke på kropp. Mange [elever] kan tenke at det er på grunn av hvordan jeg ser ut, eller hvor stor eller liten jeg er i forhold til at jeg ikke klarer noe. (Sara)

Selv om noen av informantene har en prestasjonsorientert undervisning, er alle informantene opptatt av å skape mestring blant elevene, og ønsker å ha et mestringsorientert læringsklima. Mikkel forklarer at han ønsker å ha variert opplegg, slik at elevene får et variert innhold i undervisningen. Han forteller hva han liker best med faget:

Det handler rett og slett å finne noe man er god i, det beste og målet med faget er når noen kommer å sier: «jeg har begynt å volleyball», «hvorfor har du begynt på volleyball?», «jo, jeg prøvde det på skolen og det var kult». Ikke sant, da har vi lykket, tenker jeg. (Mikkel)

#### *Kroppsfokus i kroppsøvingsundervisningen*

Informantene forteller at det er et kroppsfokus blant elevene. Arne forteller at noen elever har et fokus på å vise frem kroppen til de andre elevene. Han forteller:

Jeg ser det enkelte ganger når vi har bevegelsestrening, turn eller dans, at noen av jentene er veldig opptatt av å vise kropp. De tar utslag med uttøying for å vise hvor myk og atletisk de er, og da hender det at de har altfor lite klær på seg, og da er det ikke til å legge skjul på at de gir et signal til omgivelsene, og det signalet er ikke alltid like positivt. (Arne)

Mikkel opplever også et kroppsfokus blant elevene sine. Han nevner en episode der de har hatt turn i kroppsøvingsundervisningen, og guttene kommenterte når jentene holdt hverandre på en spesiell måte, og kom med 'slimerikommentar'.

Selv om kroppsøvingsfaget kan være med på å bidra til kroppspress, forteller Even at det er et viktig fag fordi elevene kan lære å akseptere andre sine kroppar på en annen måte enn de andre fagene. Han forteller:

Kroppsøvningsfaget er jo med på å bidra til kroppspress, men hvis vi ser det den andre siden kan elevene lære å akseptere andre sine kropp, så er det viktig med kroppsøving, isteden for å sitte inne i klasserommet hele tiden. (Even)

Kroppsforestillinger om hvordan kroppen er iscenesatt

Under spørsmålene rundt kroppspress og kroppsidentitet kommer informantene inn på hvordan elevene kler seg og oppfører seg i kroppsøvningsfaget. I de neste avsnittene vil refleksjoner rundt elevenes iscenesettelse av kroppsforestillinger bli presentert. Funnene er delt i tre deler: klær, garderobesituasjon og svømming.

### *Klær*

Informantene reflekterer rundt elevenes klesvalg i kroppsøvningsfaget. Noen av informantene har inntrykk av at enkelte jenter viser frem kroppen ved å gå i tettsittende og utringede klær. Even forteller om det er noe klesproblematikk i klassen sin:

Spesielt på jentesiden, er det noe press for å vise kroppen frem på en mest mulig seksuell måte, hvert fall innad i noen av miljøene i klassen. De skal vise kroppen sin på en finest mulig måte ved å ha trange tilsittende klær, ofte er det det. (Even)

Arne ser at elever som eksponerer kroppen ofte har lav fettprosent og en muskuløs kroppsbygning. Han forteller at guttene som trener styrke og har markerte muskler bruker singlet for å vise seg frem, og jentene som er trent bruker ettersittende og utringende klær for å vise frem kroppen sin. Dette syntes han er trist og at det skaper en dårlig stemning. Han forteller videre at han ikke dømmer noen ut ifra hvordan de kler seg, men at han oppmuntrer og veileder elevene så godt han kan når det gjelder klesvalg. Mikkel deler jentene i tre typer, den første typen er jenter som kler seg for å eksponere kroppen og som viser at de er fornøyd med kroppen sin, også har du jentene som går med `vanlige` treningsklær og til slutt jenter som har på seg for mye klær for å skjule kroppen sin, forteller han. Hilde opplever at elevene oppfører seg ulikt på hvordan de kler seg etter størrelse på kropp:

Elever som er kraftige drar seg i klærne og du ser at de trekker seg litt unna. Men det er veldig forskjell - noen bryr seg ikke i det hele tatt og går i trange klær selv om de er overvektige. Så det er veldig forskjell på elevene, noen er veldig bevisste og andre er

veldig åpne, og da kan man jo lure på hvorfor det er sånn, men vi er jo alle forskjellige. (Hilde)

### *Garderobesituasjon*

Even forteller at han opplever at de fleste elevene dusjer, mens Ole forteller at halvparten av elevene dusjer. Garderoben og påfølgende dusjing er et sted man eksponerer kroppen, forteller Ole:

Man blir jo ekstremt eksponert i dusjen, der er man kliss naken og alle ser deg for den du er. Elevene er jo i puberteten der man utvikler seg forskjellig og det gjør at mange kvier seg for å åpne seg å være hundre prosent i en garderobe. (Ole)

På spørsmålet om informantene hadde noe garderobe- eller dusjproblematikk i klassen, var det flere av informantene som fortalte at det var flere elever som ikke dusjet. Dette var det flere grunner til. Even forteller at elevene kommer med unnskyldninger, med eksempel om at de ikke er svette og dermed ikke trenger å dusje. Til dette sier han «Men det er mest sannsynlig at de er redd for å dusje sammen med de andre». Arne forteller at elevene under elevsamtaler har fortalt at de dusjer med bokseren på, fordi de ikke vil vise seg naken foran medelevene. Ingen av informantene krevde at elevene dusjet etter timen, men oppfordret sterkt til at elevene skulle dusje. Hilde hadde tidligere vært med på tvungen dusjing, noe som opplevdes negativt:

Hvis du begynner å sette fokus på det å dusje, begynner elevene å stille spørsmål og kaste bemerkninger. Det var det jeg opplevde i gamle dager, «å, den dusjer ikke, den er uhygienisk, den lukter vondt», og begynte å henge seg opp i det. (Hilde)

Skolen til Ole er mobilfri. Likevel har det hendt at mobilene har blitt tatt frem i garderoben, og skapt situasjoner hvor elevene ikke har ønsket å dusje. I likhet med Ole, samler Arne inn mobiltelefonene før timen. Han gjør dette som et pedagogisk grep:

Vi pleier å samle inn mobiltelefonene før timen og låse de inn i et skap, sånn at vi prøver å ta pedagogiske grep, slik at elevene ikke skal oppleve at de skal bli filmet eller bli tatt bilde av i garderoben. I alle de årene jeg har jobbet kan jeg ikke telle på en

hånd en gang, hvor det har vært elever som har tatt bilder av hverandre i garderoben, så det respekterer de. (Arne)

Hele dusjsituasjonen ser Arne på som et rart paradoks, at noe så naturlig som å dusje naken kan oppleves så vanskelig, forteller han. Det virker å stå i stor kontrast til andre situasjoner, for eksempel når elevene kommer på ball på skolen i utfordrende kjoler, da er de ikke sjenerte i det hele tatt, legger han til. Han forteller at på sosiale medier legger enkelte ut bilder som viser mye naken hud og kropp, men noe så naturlig som å dusje har blitt tabu. Han forstår at det er en identitetsdannelse og at noen er trygge på seg selv, mens andre ikke er det. Han forklarer vanskeligheten rundt dette:

..vanskeligheten består kort sagt av at noen har en mindreverdighetsfølelse i forhold til sin egen kropp. Hvordan den har utviklet seg, det kan være i forhold til kjønnsorganet, bryst og muskler og det kan være noen føler at de er litt overvektige og det kan være komplekser generelt. (Arne)

### *Svømming*

Flere av informantene forteller at noen elever føler på et kroppspress i forhold til svømmeundervisningen. Her forteller informantene at det som oftest er jentene som kvier seg for svømmingen:

Vi har jo hatt litt svømming, og der var det 2-3 jenter som ikke ville svømme, på grunn av at de ikke ville ha på badetøy. Da vil jeg tro at det er på grunn av at de følte det ubehagelig fordi de er redd for at folk skal se på dem, eller at de føle på et slags kroppspress i forhold til det. (Hilde)

Vi kan ta et eksempel på jenter i 10. klasse som er veldig redde for å starte med svømming. Noen av jentene fortalte at de var redde og ikke ville ha svømming, med tanke på hvor mye de viste kroppen sin. (Even)

Arne forteller om elever som vegrer seg for svømming fordi elevene eksponerer kroppene sine i badedrakt eller badebukse. Han forklarer at svømming kan være vanskelig for noen av jentene å være med på, fordi da kan det fargede håret bli misfarget av klor og at vannfast

mascara er viktig for jentene i svømmingen. I møte med problemene forklarte Arne til elevene at de ikke måtte ta svømmingen så høytidelig, ved at de ikke skulle gå mannekeng som noen supermodeller. Likevel kan det å gå ut i svømmehallen oppleves slik. Mikkel forteller om et problem som har oppstått i svømmingen blant elevene sine. Guttene kom først ut av garderoben og ble sittende å kommentere jentene når de kom ut. De ga jentene vurdering med tall fra 1-10, ut fra hvor pene de var. Dette var noe jentene ikke fant seg i og tok dermed dette opp med guttene, noe som Mikkel forklarer er «drittøft» gjort.

#### Kroppsidealer

Når informantene ble spurt om hvilke kroppsidealer elevene var opptatt av, forklarer Even at jentene er opptatt av en slank kropp med store bryster og rumpe, og at elevene kan bli påvirket dersom de ikke oppnår et slikt kroppsideal. Han forteller:

Hvis man ikke har disse tingene, kan man jo bli litt mer tilbaketrukket, også er det nok de som har dette idealet hos jentene, og hvis de er fåtall så kan de trekke seg tilbake, fordi de har kommet litt lengre i puberteten enn de andre. (Even)

Når det gjelder guttene snakker han om at det er idrettskroppen guttene er opptatt av, at den skal være slank, men muskuløs. Både Mikkel og Arne snakker om at guttenes kroppsideale er en muskuløs kropp med sixpack, flat mage og minst mulig fett. Arne forteller om hvilke kroppsidealer guttene og jentene er opptatt av:

Guttene er opptatt av å ha litt definerte muskler, mens jentene er veldig opptatt av at de skal ha tydelig utforma bryster og hofteparti med et feminint utseende. Så noen fellestrekk finnes det jo selvfølgelig. Jenter er mer opptatt av sminke og hår, men guttene henger ikke langt etter nå med all den voksen. Så de møtes på mange måter med dette fokuset. (Arne)

I klassen til Hilde er det guttene som er mest opptatt av kropp. Hun forteller at noen av guttene er veldig opptatt av å vise muskler og kan lyve om prestasjoner innen styrketrening. Mikkel forteller at han også har gutter som er opptatt av muskler, og at guttene spør han om tips til trening. På spørsmålet om hvem de tror elevene sammenligner seg med på sosiale medier er det delte meninger om det er kjendiser eller venner. Flere av informantene antar at det er både kjendiser og venner. Sara forklarer: «Jeg tror det er mye venner, så jeg tenker de

sannsynligvis måler seg opp mot hverandre hele tiden, enten om det er utseende, karakterer eller sosial omkrets». Hun forteller at elevene også har kjendiser som kroppsideal, og at elevene kan bli påvirket til å kjøpe klær som annonseres av kjendisene. Hun forteller at klærne ikke alltid sitter like fint som på annonsen, som gjør at man kan føle et misnøye rundt egen kropp.

Når Mikkel snakker om elevenes kroppsideal, forteller han: «Jeg har hørt at elevene snakker om Eddie Hall, når du sammenligner deg med verdens sterkeste mann, da blir jeg litt.. nei..». Han nevner videre at elevene også har sunne idealer som fotballspillere og andre idrettsutøvere. Når Mikkel snakker om idealer til guttene og jentene forteller han:

Idealet til jenter kan gå mye verre enn det kan med gutter. I bunn og grunn hvis du trener mye og bygger mye muskler er det kanskje ikke psykisk bra, men i teorien er det ikke farlig å ha mye muskler. Mens for jentene som opplever at de må bli tynnere er det jo faktisk livsfarlig, hvis de ikke klarer å se at de har en sykdom. (Mikkel)

I likhet med Mikkel, forklarer Arne at elevene sammenligner seg med forbildene sine. Her nevner han at interesser spiller inn for hvem man sammenligner seg med, som fotballspillere, musikkartister og realitydeltakere. Han forteller videre sin frustrasjon rundt realitydeltakeres fremtoning:

Jeg pleier å tulle med elevene, og si, helt på alvor, at jeg syntes det er fantastisk å se på Lars Monsen når han var på programmet ut i naturen med de som var handicapet fra halsen og ned. Også sier jeg at de trenger ikke se på Temptation Island eller Paradise Hotel og alt hva det der freset heter, men det sier jeg litt spøkefullt, men samtidig er det fint at de som er lamme fra halsen og opp har fått sitt eget program. (Arne)

Det er stor enighet blant informantene at elevene opplever et kroppspress. Mikkel forteller «Det er rart å ikke svare ja liksom, det er et kroppspress, men om det er mer nå enn tidligere er vanskelig å svare på». Det er flere som deler dette synet om at det alltid har vært et kroppspress. Hilde og Arne forteller at før var det påvirkning fra ukeblader og skuespillere. Likevel syntes Arne at ungdommen i dag har et stort press på seg:



Jeg syntes veldig synd på ungdommen i dag, de river og slites av så vanvittig mye forventinger. Forventinger som å ha gode karakterer, ha mange likes på sosiale medier, trene, være sunne og de skal se så vanvittig bra ut. Så jeg bruker meg selv som eksempel når jeg var på deres alder, da eksisterte ikke sosiale medier eller internett, vi kunne selvfølgelig se på filmer å se på fotomodeller eller skuespiller som var veltrente, så kroppspresset har jo alltid eksistert. Men jeg pleier å være solidarisk å si at «jeg syntes synd på dere». Det er fordi jeg vil signalisere det idealet som man finner i dag, er ikke bra og fører ikke noe godt med seg i det totale bilde. (Arne)

### Kroppspress fra sosiale medier

Av sosiale medier nevner Informantene Instagram, Snapchat og TikTok som elevene bruker mest tid på. Sara forklarer at på Instagram har det vært en økende trend av lettkledde bilder og treningsvideoer av jenter som trener for å bli tynne. Videre forteller hun: «til og med jeg blir påvirket, ikke i sånn kjempestor grad, for jeg har lært meg å ignorere det, men blir jo påvirket og det tror jeg absolutt de [elevene] også blir».

Ole forteller at det er et kroppspress blant elevene sine, og at dette skjer både i skolegården, i klasserommet, på fritidsaktiviteter og på sosiale medier. Han forteller videre: «Jeg tror mange blir så ekstremt påvirket av det de ser og hører, spesielt fra Instagram, det skader nok mer enn det gir nytte». Presset om å vise seg frem på sosiale medier kommer også frem i skolegården. Even nevner 'TikTok-danser', der de som er usikre på seg selv ikke ønsker å eksponere kroppen sin trekker seg unna, og de som er trygge på seg selv tar stor plass i dansen:

Det er et kroppspress blant elevene. Jeg ser det mellom elevene, og hva de gjør i friminuttene. De bruker mye mobil for å se på TikTok, og Instagram, hvor de ser på videoer som er rettet mot kroppspress. Jeg ser jo hvem som trekker seg tilbake når de skal eksponere kroppen når de danser TikTok-danser, og hvem som er trygge på seg selv og mener 'at jeg har en fin kropp', og går enda mer frem, sånn er det et kroppspress. Det er det ikke å legge skjul på. (Even)

### Finmaler virkeligheten

Arne syntes Instagram bidrar til uoppnåelige kroppsidealer, og at mange influensere bruker filter og redigerer bildene sine. Ole forklarer at på Instagram skal man vise en perfekt og

bedre versjon av seg selv, noe han tror elevene ikke tenker over hva som er riktig og hva som ikke er riktig i forhold til virkeligheten. Med dette forteller han at bildene kan være retusjerte og at det brukes filter for å finmale virkeligheten, som blir lagt ut som en fasade. Bloggere er et typisk eksempel på dette forklarer Arne. Han forteller at elevene reagerer ulikt på hvordan Mats Hansen fremstiller influensere og kjendiser på sosiale medier. Mats Hansen som er samfunnsdebattant, og med sin Instagram-profil legger han ut bilder som viser at influensere og kjendiser har redigert og fikset på bildene sine. Noen av jentene i klassen til Arne mener at Mats Hansen pirker bortfor bildene deres, mens flere av guttene og jenter som er oppfattet av feminisme digger han. Det er flere av informantene som reflekterer rundt hvorvidt elevene er klar over at bilder på sosiale medier kan være redigerte. Even forteller: «Det tror jeg de er klar over, men at de tenker over det, det tror jeg ikke alle gjør. Kanskje de er usikre hvem personen er, de ser jo bare hvordan de er ut fra mediene og bildene de legger ut». I samtalen rundt det å endre på bildene, kommer Mikkel inn på om elevene er klar over at bildene blir endret:

Det er veldig mange influensere som retusjerer bildene sine, de fleste i hvert fall når det gjelder kropp. Det har vi sett om du følger Mats Hansen, så det veit jeg. Du spurte kanskje ikke om dette, men om elevene er klar over at bildene er reelle eller ordentlig, jeg tror kanskje de er klar over det, samtidig er det en del som sier: 'men det burde være ordentlig'. (Mikkel)

Arne syntes det er et voldsomt press på å vise seg frem hvor vakker man er, og at grensene blir flyttet på for hva som er greit å dele på sosiale medier. Han forklarer videre at ungdom alltid har testet ut grenser, som nærmest ligger i vår natur når du går fra å være barn til voksen. Likevel tøyer ungdom strikken litt for langt:

Litt for ofte ser man at det blir en usunnhet i dette her, at antall likes blir altoppklukende, og for å få de antall likes må man bryte noen barrierer ved å utfordre eller vise en dristighet som andre ikke har gjort før. (Arne)

Det er flere som er enige med Arne. Sara forklarer hvordan antall likes styrer hva elevene legger ut av bilder på sosiale medier:

Vi kan kalle det 'hvis jeg legger ut dette bildet her så får jeg ikke nok likes'-problematikken. At de [elevene] velger de bildene de får likes på, ikke nødvendigvis de bildene de helst vil legge ut. For å på en måte gjøre publikum fornøyd og seg selv i form av at folk skal like bildet som legges ut. (Sara)

## Pedagogisk arbeid rundt kroppspress

Spesifikt arbeid rettet mot kropp

### *Ernæring*

Når Hilde snakker med elevene har hun fokus på ernæring i forhold til at elevene skal prestere og bruke kroppen i kroppsøvfaget. Fokuset hennes er at det generelt er viktig for kroppen å få i seg næring. Her snakker hun både om undervektige og overvektige elever hun prøver å nå ut til:

Jeg har sett flere ungdommer som sulter seg og får spiseforstyrrelser, fordi de føler at de ikke ser bra ut. Derfor har jeg hatt fokus på at mat er viktig, fordi med trening alene klarer vi ikke prestere. Jeg har lagt fokus på at mat generelt er viktig for kroppen, fordi du har også de elevene som er mer kraftige som gjemmer seg bort og ikke får i seg riktig næring. (Hilde)

### *Myter*

Mikkel forteller at han har hatt teoritimer der han snakker om myter i forhold til trening og de personene som viser seg frem som treningsguruer. Her nevner han myter om proteinpulver. Han forteller at guttene i klassen har mange formeninger om at proteinpulver er nødvendig, og at de tror de er toppidrettsutøvere når de trener. Han har likevel en forståelse for hvorfor elevene tar proteinpulver:

Guttene tror jo at de har behov for proteinshake, men det gjør jo alle. Jeg vet jo at jeg ikke trenger det, men har tatt det selv. Det er et eller annet rart oppi hodet vårt, man prøver å etterligne de som har lyktes. (Mikkel)

Han forteller videre at han snakker med elevene om nettopp de som lykkes, at toppidrettsutøvere og treningsguruer har en annen hverdag enn folk flest. Med dette ønsker

han å få frem at det er vanskelig å oppnå en slik kropp med en hverdag fylt med jobb, familie og venner.

### Samtaler

Informantene nevner lite spesifikt arbeid rettet mot kroppspress i kroppsøvningsundervisningen. De fleste informantene forteller at andre fag som mat og helse, KRLE, samfunnsfag og norsk tar opp tematikken rundt kroppspress, med opplegg rundt bildedeling i sosiale medier og ernæring. Ole forteller at han ønsker å ha teoretiske timer rundt kritisk tenkning over hva man ser av bilder på sosiale medier, men har ikke fått gjennomført dette. I det pedagogiske arbeidet i kroppsøving var samtale med elevene det informantene benyttet seg av. Noen av informantene valgte å snakke med enkelt elever om tematikken, mens andre snakket med hele klassen.

Hilde syntes det er viktig å snakke med elevene, men opplever at tiden ikke strekker til. Hun forteller: «De er ofte veldig pratsomme og må begrense dem, og si at nå har jeg neste time og ikke tid til å snakke lenger, dessverre. Det er viktig å ha tid til å snakke med dem». Even syntes at det er et vanskelig tema å snakke om, og er usikker hvordan han best skal oppføre seg foran hele klassen, fordi noen trekker seg unna og han ser det er et vanskelig og tungt tema for dem å snakke om. Arne opplever det problematisk å skulle snakke med enkelte jenter om deres kropper. Responsen av at han snakket med dem om klesvalg, kunne føre til at jentene opplevde at han kikket på dem. Derfor snakket han i fredstid med hele klassen om hvordan han ønsket å ha det i forhold til klær, kropp og kommunikasjon mellom elevene. Han bruker helsesøster og den kvinnelige kollegaen når det gjelder samtaler med jentene i klassen:

Hvis man skal snakke med noen individuelt er det veldig smart å snakke med helsesøster, og så har jeg et samarbeid med hun andre kontaktlæreren som kan snakke med jentene. Det er veldig mye bedre at en kvinnelig lærer snakker med jentene, for de kan være mer 'straight to the point'. Det er strategien. (Arne)

Det er flere som bruker andre instanser som helsesøster, sosialarbeider og foredragsholder rundt tema kroppspress som elevene kan få informasjon av og snakke med. Hilde forteller: «Det er et veldig sårbart tema og det er kjempevanskelig, så det overlater jeg til ekspertene». Hun savner et opplegg hun kan ha med elevene, derfor blir det helsesøster som underviser

elevene rundt tematikken kropp. Det at kroppspress er et vanskelig tema å snakke om er noe flere av informantene er enige i. Sara forklarer:

Utfordringen å ta opp et slikt sensitivt og personlig tema, gjør at må man trå varsomt og se hvem som vil snakke om det og ikke. For noen [elever] kan det være vanskelig å snakke om kropp og kroppspress foran hele klassen. (Sara)

Puberteten er et faktum på ungdomsskolen og elevene utvikler seg ulikt. Dette syntes Even er utfordrende i samtaler med elevene, fordi noen vet godt hva du snakker om, mens andre har ikke kommet til den fasen enda og klarer ikke assosiere til det som blir fortalt. Hilde er enig i dette og tror det kun er halvparten som vil skjønne hva hun mener dersom hun tar opp tema som kropp og kroppspress.

Arne forteller at det er viktig med gjensidig respekt og tillit. For å kunne skape trygge rammer for å snakke om temaer som kroppspress, er det viktig med god relasjon mellom lærer og elev. Han forteller:

Nøkkelen er at man må ha gjensidig respekt og tillit som går begge veier. Det betyr ikke at det er fritt fram, det er noen absolutte grenser både som kvinnelig- og mannlig lærer. For det kan være touchy dette her. Man må respektere hverandre og tenke på hvordan man ordlegger seg, ikke være vulgær og holde avstand på intimsone. Man må opptre på en ordentlig måte, så pleier dette å gå veldig greit. (Arne)

### *Ordlegge seg*

Mikkel føler seg usikker på hvilke konsekvenser det kan få når han snakker med elevene rundt kropp, fordi han ikke vet hvordan han skal ordlegge seg. Utfordringen er at han ikke vet hvilke triggere de med spiseforstyrrelser har, dersom han snakker med kropp til elevene. Han forteller hvor mye som kreves av han som lærer:

Det er egentlig helt utrolig hva de har pålagt oss å fremme, jeg syntes noen ganger de krever litt mye, som i mange andre fag også, for mye psykologi, som vi egentlig ikke har noe grunnlag for å kunne jobbe med. (Mikkel)

Det å ordlegge seg kan være krevende, syntes Ole. Han syntes det er vanskelig å snakke om kroppspress, for hvis man skal snakke om at det ikke er bra å være stor, men viktig å være i fysisk aktivitet, kan noen bli såret. Han syntes derfor det er viktig med kunnskap og kjennskap til elevene sine, for å kunne ordlegge seg riktig. Å skulle snakke om kroppsfasonger syntes Mikkel er utfordrende, fordi faget kroppsøving har et helsefremmende formål og at en sunn kropp er viktig, men dagens kroppspositivisme gjør dette komplisert:

Det er det som er vanskelig at på en måte er faget vårt helsefremmende, vi skal oppmuntre til sunne kropper, men så er synet på hva en sunn kropp er har skiftet betraktelig, det er kroppspositivisme og sånne ting. Jeg sier ikke at man skal være syltynn eller topp trent, men hvor går grensa og hva skal man gjøre som lærer når du ser det går feil vei? (Mikkel)

#### *Snakk om kroppspress kan føre til ytterligere kroppspress*

I det pedagogiske arbeidet rundt kroppspress er det flere av informantene som forteller at det å ha et fokus på kroppspress fører til ytterligere kroppspress. Mikkel forklarer at samfunnets fokus på kroppspress fører til at vi gjør oss selv en bjørnetjeneste ved å bevisstgjøre folk på dette, som kun fører til mer fokus på kropp. Han forteller:

Jeg tror mye av poenget er at vi snakker mye om kroppspress, vi gjør oss selv en bjørnetjeneste ved å bevisstgjøre folk så fælt om kroppspress at noen til slutt sier 'hvorfor føler ikke jeg et kroppspress, alle andre føler det, jeg må jo også føle det', du får følelse at hvis du ikke føler et kroppspress er det noe galt med deg. (Mikkel)

Ved å ha fokus på kroppspress er det flere av informantene som er enig i at dette skaper mer motstridene utfall enn sin hensikten. Hilde forteller at det å fokusere på kroppspress kan føre til at elevene blir mer opptatt av kropp og kroppspress. Det samme skjedde når de hadde om psykisk helse på skolen, da var det plutselig flere av elevene som hadde problemene som ble undervist om. I likhet med Hilde, forteller Ole at om vi fokuserer for mye på kroppspress vil dette føre til at elevene begynner å se etter feil. Han mener derfor at det må være en balansegang i hvor mye man tar tak i tematikken.

## Oppsummering av funn

Informantene reflekterer rundt tanker elevene har rundt egen kropp. Noen av funnene var at dette varierer med modningsalderen. Det kom frem at jenter er mer opptatt av kropp enn gutter. Likevel forteller flere av informantene at guttene i deres klasse bryr seg om kropp, spesielt muskler. Informantene kommer inn på idealene til elevene, her nevner de idrettsutøvere, realitydeltakere og venner. Informantene reflekterer rundt elevenes iscenesettelse av kroppen, i form av klesvalg. De forteller om elever som er fornøyd med egen kropp og at de ofte går med tettsittende klær, mens de som er mindre fornøyd skjuler seg i større klær. I garderobe- og dusjsituasjon er det flere av informantene som opplever at elevene ikke vil dusje, fordi de eksponerer kroppen sin for medelevene. Ingen av informantene tvinger elevene til å dusje. Ei av informantene har tidligere hatt tvungen dusjing med restriksjoner ovenfra, noe som opplevdes negativt for elevene.

Flere av informantene er enig i at sosiale medier fører til kroppspress. Spesielt nevnes Instagram som en påvirkningskanal, med redigerte bilder som finmaler virkeligheten. Informantene er usikre på om elevene skjønner at bildene kan være fikset på. Ifølge informantene er elevene opptatt av å få likes på Instagram. Her forteller informantene at elevene ofte kan tøyse grensene for hva de legger ut av bilder og videoer, for å få likes.

I det pedagogiske arbeidet rundt kroppspress, opplever flere av informantene det utfordrende å snakke med elevene om kropp og kroppspress. Informantene forteller at det var vanskelig å ordlegge seg riktig, at de opplevde mangel på kunnskap og at det ble krevd for mye av dem som lærere. Mange av informantene brukte andre instanser som helsesøster, sosiallærer og andre tjenester til undervisningsopplegg eller samtalepartnere for elevene, når det gjaldt kropp og kroppspress. Ifølge noen av informantene var det å sette et for stort fokus på kroppspress med på å skape et ytterligere kroppspress.

## Drøfting

I dette kapittelet vil funn fra intervjuene bli drøftet i lys av det teoretiske grunnlaget, med Foucault, Descartes og Merleau-Ponty sine ulike kroppsforståelser, og fag- og forskningsfeltet, for å svare på problemstillingen:

Hvilke refleksjoner gjør et utvalg kroppsøvingslærere i ungdomsskolen seg om elevers kroppspress i undervisningen og fra sosiale medier, og hvordan arbeider de pedagogisk med denne tematikken i faget?

Drøftingen er delt i tre deler. Den første delen handler om forholdet til kropp i kroppsøvingsfaget, deretter diskuteres det hvordan sosiale medier er med på å skape et kroppspress blant elevene og til slutt vil det pedagogiske arbeidet rundt tematikken i faget bli drøftet.

### Forholdet til kropp i kroppsøvingsfaget

Kroppspress blant ungdom har fått en økende oppmerksomhet i offentligheten de siste årene. Utsagnet 'generasjon prestasjon', har blitt stadfestet om dagens ungdom, noe Madsen (2018) problematiserer i sin bok *Generasjon prestasjon – hva er det som feiler oss?* Han påpeker at det er en økning av press, stress og helseplager, spesielt blant unge jenter. I tillegg trekker han fram at denne økningen kun blir snakket om, men ikke blir tatt tak i. Med bakgrunn i problematikken knyttet til psykiske problemer blant unge, ønsket regjeringen (2018) å få et større søkelys på arbeid rettet mot reduksjon av kroppspress i skolen. I den nye lærerplan for kroppsøving har det blitt satt et større fokus rundt kroppspress. Blant annet er kritisk tenkning omkring kroppsideal og refleksjoner over hvordan kropp blir fremstilt i media, blitt inkludert i læreplanen (Utdanningsdirektoratet, 2020).

### Kroppsidentitet

I kompetansemålet etter 10. trinn, står det at elevene skal kunne reflektere over hvordan ulike fremstillinger i media og samfunnet er med på å påvirke kroppsidentitet (Utdanningsdirektoratet, 2020). Informantenes svar på kroppsidentitet viser en delt forståelse rundt begrepet. Enkelte informanter snakket om tanker og følelser rundt egen kropp, mens andre snakket om hvordan man viser seg frem med kroppen i form av bekledning. I motsetning til dette var det noen av informantene som også trakk fram hvordan man oppfører



seg i kroppsøvningsfaget, for eksempel om man er fysisk aktiv eller sitter på benken. Her oppfatter enkelte informanter begrepet på en mer objektiv måte, ved å forstå elevenes kroppsidentitet som bekledning og væremåte i undervisningen. Imsen (2014) forklarer identitet som en persons fornemmelse. Hun påpeker at identitet er knyttet til den enkeltes selvforståelse, noe som også vil gjelde på kroppens område, forstått som deres kroppslige identitet.

Den subjektive følelsen er vanskelig å oppfatte hos andre. Det som informantene kan observere hos elevene er deres oppførsel, språk, kroppsspråk og bekledning, som er synlige komponenter. Med de synlige komponentene oppfatter informantene elevenes fremtoning. Selv om det var flere av informantene som nevnte at kroppsidentiteten til elevene omhandlet deres følelser og tanker rundt egen kropp, var det likevel gjennom observasjon av elevene informantene fikk tanker rundt elevenes forhold til kropp. Funnene og videre diskusjon i drøftingen antyder at informantene observerer elevene med hvordan de kler seg, oppfører seg i forhold til garderobesituasjon og et press for å prestere kroppslig i undervisningen. Informantenes observasjoner gir dem et grunnlag for å forstå elevene, men likevel er kroppsidentitet en subjektiv følelse. Den subjektive opplevelsen og følelsen gjør det vanskelig for informantene, og lærere generelt, å vite hvordan elevene har det med seg selv. Det vi erfarer med kropp og hvordan vi forstår oss selv i verden, skapes i den kulturen og de omgivelsene vi er omgitt av. Slik påvirkes vår subjektivitet i alt vi gjør, som den væren-i-verden vi er, som Merleau-Ponty beskriver.

#### Kroppslige prestasjoner i undervisningen

Informantene uttalte seg om at noen elever viser frem kroppen og har et kroppsfokus i undervisningen. Bjørnebekk (2015) skriver at skolen er en viktig arena for å fremme kunnskap, nye holdninger og kritiske måter å tenke på, for å forebygge et kroppspress blant elevene. Hun forteller at kroppsøvingstimene kan bidra til at vi bruker og ser funksjonaliteten til kroppen, og ikke bare en kropp som kan vises frem. I kroppsøvingstimene opplever flere av informantene at enkelte elever ønsker å ha prestasjonsorientert opplegg, for eksempel tidtaking av løping. Fokuset her blir på stoppeklokken, og elevene er opptatt av andre elevers kroppslige prestasjoner. På denne måten blir kroppen som et objekt i fokus. Descartes dualistiske kroppssyn kan ses i sammenheng med at kroppen blir sett på som en målbar prestasjonskropp. Sæle (2017a) peker på at kroppsøvningsfagets praksis ligner et idrettsfag med innhold, metoder og vurderingsformer, som bærer preg av en dualistisk tenkning. Han

påpeker at det fortsatt praktiseres fysiske tester og prestasjonsmål, til tross for at læreplanen vektlegger idrettsferdigheter fra et lærings- og mestringsperspektiv. Et slikt objektivt kroppssyn syntes å underkommunisere eller ikke ta høyde for kroppen som en subjektiv størrelse. Det vil derfor være viktig for en lærer å fokusere på kroppslig læring, som har fokus på elevenes subjektive kroppsopplevelse, der eleven lærer, sanser, opplever og skaper med kroppen (Utdanningsdirektoratet, 2020). For noen elever vil en slik prestasjonsorientert undervisning med tidtaking skape mestring, men som informantene fortalte så er det noen elever som er redd for å ikke prestere. Her vil den prestasjonsorienterte undervisningen kunne påvirke enkelte elever negativt, slik at stimulering av bevegelsesglede uteblir. Sæle (2017a) forklarer at et prestasjonsfokus i skolen bidrar til kroppslig dannings og læring, men et ensidig fokus på prestasjoner og målinger vil bidra til at noen elever mistrives i faget. En av årsakene kan være at søkelyset blir tatt vekk fra andre målsettinger og dannelses kvaliteter ved faget, som de kroppslige, mentale, emosjonelle og sosiale aspektene (Sæle, 2017a).

Informantene fortalte at de ønsket et mestringsorientert læringsklima i kroppsøvningsfaget, men at det også praktiseres et prestasjonsorientert læringsklima. Descartes dualistiske kroppssyn fokuserer på den målbare og effektive prestasjonskroppen, som ikke tar stilling til de følelsene og opplevelsene som idrettslige prestasjoner også innebærer (Sæle, 2014). Med tidtaking av elevene bruker informantene stoppeklokke som hjelpemiddel. Ifølge Foucault skapes makt mellom mennesker i sosial praksis. Augestad (2003) viser at stoppeklokke som hjelpemiddel er med på å produsere makt over kroppen. Lærerne har dermed en viss makt over elevene ved å ta tiden, som både rettes mot elevens kropp og sjel, i form av prestasjoner med skuffelse eller mestring. Informantene fortalte at elevene var opptatt av hverandres resultater. Det skapes et prestasjonsfokus, og den slags praksisform er en form for makt.

En av informantene påpekte at tidtaking kan ødelegge bevegelsesgleden med faget. Gjennom prestasjonsorientert undervisning, fortalte informantene at elevene sammenligner seg med hverandre, og beundrer guttene som har kommet lenger i den kroppslige utviklingen. I likhet med informantenes refleksjoner, viser funn fra studien til Kenny et al. (2017), at guttene sammenlignet seg med hverandre, både når det gjaldt muskler og sportslige ferdigheter. En slik sammenligning kan føre til et kroppslig fokus, og et kroppspress for noen elever. Med et prestasjonsorientert læringsklima berører kroppsøvningsfaget et kartesiansk paradigme med et dualistisk kroppssyn, med fokus på prestasjonskroppen. Et dualistisk syn på kroppen inn mot

kroppsøvningsfaget er med på å øke kroppsfokus, og miste subjektet (eleven) som er i fokus for læringen.

Eksposering av kropp i kroppsøvningsfaget

### *Klær*

Informantene fortalte om elever som brukte klær for å fremtone kroppen sin, og ofte var dette elever som virket fornøyd med eget utseende. En kropp som beskrives som muskuløs og med lav fettprosent, ifølge informantene. En slik kropp beskrives av informantene som idealkroppen, som elevene er opptatt av. Når det oppstår et avvik fra idealkroppen og egen kropp, forteller Bjørnebekk (2015) at det oppstår et kroppspress. Det er de individuelle forestillingene om idealkroppen og våre følelser rundt egen kropp, og en slik subjektiv følelse er vanskelig å si noe om fra informantenes side. Likevel opplever informantene at elever som er overvektige ofte trekker seg tilbake i undervisningen og skjuler kroppen i form av store klær. Her oppfatter informantene elevene som skiller seg fra gjennomsnittet i form av vekt. Grue (2016) viser til normalfordelingen i Gausskurven hvor de fysiske egenskapene, som høyde og vekt, avgrenser det normale og hva som blir betraktet som et ønskelig ideal. Avvikene fra idealkroppen skiller seg fra det normale og anses som en unormal kropp. Foucault mente at normen tilhørte den disiplinære formen for makt, ved at vi skal innordne oss det normale (Rønbeck & Rønbeck, 2012).

Informantene har observert elevene sine og sett at elever som ikke innordner seg det normale, skjuler dette avviket med å gå i store klær. Idar Lyngstad (2013) skriver i sin doktorgradsavhandling *Profesjonell kunnskap i skolens kroppsøvningsfag*, om ulike tolkningsprosesser lærere bruker for å vurdere og forstå elevene. Han forklarer at noen ganger kan det være enkelt å tolke elevenes opplevelse og deres subjektive erfaring. Dette samsvarer med hva informantene fortalte om elevene, hvor enkelte tydelig dro i klærne og viste misnøye over egen kropp. Andre ganger kan det være vanskelig å tolke elevene, fordi elevene skjuler sin opplevelse med ulike skjuleteknikker (Lyngstad, 2013). Maren Vistnes Rekve (2019) har intervjuet videregående elevs erfaringer med kroppsbylde og kroppspress i kroppsøvningsundervisningen. I masteroppgave *Kroppsbylde, kroppspress og kroppsøving; en kvalitativ analyse av videregående-elevs erfaringer*, var det flere av hennes informanter som brukte skjuleteknikker ved å dra seg i klærne og bruk av store klær for å skjule kroppen. I tillegg brukte de også skjuleteknikker for å holde igjen på innsatsen og for å unngå situasjoner

som de opplevde problematisk. Fra et elevperspektiv vises det at skjuleteknikker brukes med ulike formål. Dette gjør det utfordrende for lærere å vite hvordan elevene har det med sin egen kropp, og eventuelt om elevene opplever kroppspress.

### *Dusjing og svømming*

Flere av informantene fortalte at de hadde problematikk i garderoben med dusjing og i svømmeundervisningen. Kroppsøvingsundervisningen innebærer at man skifter før og dusjer etter undervisning. Utdanningsdirektoratet (2014) presiserer at skolen ikke kan pålegge elevene til å dusje, i henhold til opplæringsloven § 9A-2, som skal fremme barn og unges helse, trivsel og læring (Opplæringslova, 1998). Ingen av informantene krevde at elevene dusjet etter undervisningen, men oppfordret sterkt til å gjøre dette. Ulike diskurser har blitt satt i skolen for å styre fagets fokus. Helsekursen ble innført i skolen for å forbedre folkehelsen med tiltak som dusjanlegg og svømmeundervisning. Det ble satt inn kikhull inn til garderoben, slik at lærerne kunne ha kontroll over at alle dusjet (Augestad, 2003). En av informantene hadde tidligere vært med på tvungen dusjing, noe som opplevdes negativt for noen av hennes tidligere elever. Den negative siden med dette var at det ble et større fokus på hvem som dusjet og hvem som ikke dusjet, som førte til negative kommentarer blant elevene. Her vises det hvordan maktens innflytelse fra retningslinjer og øverste hånd, kontrollerer elevene. Foucault sin sosiale kontroll og disiplinering kjennes igjen, ved at myndighetene styrer kroppen til elevene, med diskurser som helsekursen.

En av informantene påpeker at kroppsøvfagets egenart handler om å lære og å akseptere andre sine kropper på en annen måte enn i andre fag. Å akseptere andre sine kropper kan gjenkjennes i læreplanen, hvor det står at faget skal fremme forståelse og respekt for andre (Utdanningsdirektoratet, 2020). I dag, som nevnt over, er det ikke lov å tvinge elevene til å dusje for å fremme helse, trivsel og læring blant elevene. Moen et al. (2017) påpeker at selv om skifting og dusjing ikke står eksplisitt i læreplanen, kommer det fram gjennom fagets mål som allmenndannende. Moen et al. (2017) skriver at kroppsøvfaget er i en særskilt posisjon til å gi mulighet til allmenndanning og kroppskultur, sammenlignet med andre fag. I likhet med Moen et al. (2017), argumenterer Sæle (2018) for at dusjing kan bidra til en viktig lærings- og dannelsesprosess, med kroppslig bevisstgjøring og identitetsutvikling. Han nevner at det er viktig for elevene å se naturlige nakne kropper, når sosiale medier er med på å påvirke elevenes kroppssyn. I læreplan for kroppsøving står det at svømming er en del av den felles danningen og identitetsskapingen i samfunnet (Utdanningsdirektoratet, 2020). Gjennom

dusjing og skifting i forbindelse med undervisning, kan elevene få en forståelse av at man har forskjellige kropper og at man er på forskjellige faser i den kroppslige utviklingen.

Informantene opplevde at flertallet dusjet, men fortalte også at de hadde dusjproblematikk i klassene sine. Moen et al. (2017; 2018) viser i sine studier blant ungdom, at de aller fleste syntes det er greit å dusje etter timen, men likevel er det noen som føler på et ubehag av å være nakne sammen med medelever. En av informantene reflekterte over hvorfor elevene ikke ønsket å dusje etter undervisningen, og fortalte at elevene kunne ha mindreverdighetsfølelse mot sin egen kropp og hvordan den utvikler seg. Sand (2019) forklarer at ungdom ofte kan være selvkritiske til egen kropp, og at de har et ønske om å skjule seg for andre. Her nevner hun garderoben som en ekstra påtrengende situasjon ungdom står ovenfor. Informantene fortalte at noen elever unngår å dusje. Elevene unnskylder seg med at de ikke er svette, og andre elever dusjer med bokseren på. Like funn har både Trine Våle Wabakken (2010), Øyvind Oland (2016) og Martine Mæhle (2016) funnet i sine masteroppgaver, fra et elevperspektiv på garderobesituasjon. Studiene viser at elevene opplevde frykt for eksponering av kropp og sammenlignet kroppen med medelevers kropper. Garderoben er utformet med en åpen løsning, slik at elevene hele tiden kan bli overvåket av hverandre, som kan føre til ubehag og en følelse av å bli kikket på. Informantene fortalte om ulike teknikker elevene brukte i dusjsammenheng, som å dusje med bokseren på for å skjule seg i den åpne løsningen. På en slik måte skapes ubehag i en sosial setting, hvor en type makt blir rettet mot kropp og hverandre. Foucault mente at makten kunne være en effekt som produserte subjekter, og at maktens virkning kunne påvirke kroppssoppfatning (Rønbeck & Rønbeck, 2012).

Informantene fortalte at noen elever har fått inn mobiltelefoner i garderoben, som har ført til ubehag hos elevene. Ikke er du bare synlig for medelevene, men potensielt 'hele' verden, dersom bildet blir lagt ut på sosiale medier. Frydendal og Thing (2019) undersøkte danske ungdomsskoleelevers opplevelse av garderobe- og dusjkulturen i kroppsøvfaget. I likhet med informantenes uttalelser om mobiltelefon i garderoben, opplevde ungdommene i studien å bli tatt bilde av i garderoben, som gjorde at flere ikke dusjet etter undervisningen (Frydendal & Thing, 2019). En slik makt telefonen har, kan knyttes opp til Foucault sin maktbeskrivelse i Panoptikon. Du vet aldri når du kan bli tatt bilde av, men det kan skje. På denne måten kan elevene føle en makt som gjør det ubehagelig å være naken. Informantene fortalte at de

prøvde å samle inn telefonene for å unngå en slik situasjon, men det har skjedd at telefonene har vært til stede i garderoben.

Et av funnene fra studien til Oland (2016) viser at guttene syntes overgangen fra barneskolen til ungdomsskolen skapte utfordringer i forhold til å dusje med medelevene. Utfordringen var at elevene var ubekvemme med den raske forandringen av kroppen, som førte til sjenanse og ubehag. En slik forståelse ser vi igjen hos informantenes oppfattelse av hvordan elevene opplever garderobesituasjonen, forskjellig utvikling av kropp og sammenligning av kropper med medelever. Imsen (2014) forklarer at pubertetsfasen kan være en vanskelig overgangsperiode for ungdom, fordi kroppsidentiteten formes på ny når kroppen er i forandring. Derfor er det ikke rart at mange ungdommer føler seg utilpass i en kropp som stadig er i utvikling. Forskning viser at kroppspresset øker fra barneskolen til ungdomsskolen (Moen et al., 2018). Bjørnebekk (2015) påpeker at endringene som skjer i utviklingen av kroppen gjør at man kan bli sjenert og i utakt med seg selv, som påvirker hvordan vi tilegner oss verden. Merleau-Ponty snakker om de levde erfaringene som påvirkes av det som skjer rundt oss. Her er det de kroppslige forandringene som kan påvirke vår væren-i-verden, på en slik måte at man blir tilbaketrukket, setter fokus over på andres kropper eller har funnet en ro i egen kropp og viser den frem. Informantene fortalte hvorvidt de opplevde elevenes kropper, at det var avhengig av modningsalderen på hvor mye elevene tenker over sin egen kropp. De påpekte at i ungdomsskolealder er kropp et ømtålig tema for mange. Derfor er det ikke rart at mange elever bryr seg om kroppen sin, med de store forandringene som skjer og en ny kroppsidentitet som utvikles.

En av informantene forklarer at det er paradoksalt at elevene kler seg utfordrende og har et stort fokus på kropp på utsiden av garderoben, men når det kommer til å være naken i dusjen er dette noe elevene opplever som vanskelig. Sæle (2018) mener også det er paradoksalt at stadig færre ikke viser seg nakne i garderoben, til tross for større åpenhet rundt kropp og seksualitet. Berit Skog (2015) har undersøkt 1142 ungdoms Snapchat vaner. Funn fra studien viser at 12 % av 13-14 åringer har sendt intime bilder, og 30 % av dem har mottatt intime eller seksuelt innhold på Snapchat (Skog, 2015). Her påpeker også informantene at unge viser naken hud og kropp på sosiale medier. Bjørnebekk (2015) blir bekymret når det ikke lenger er normalt å være naken når man vasker seg. Hun forteller at dette skjer samtidig som det er et stort press på å ha perfekte kropper og høy bevissthet om å iscenesette seg selv visuelt. Hennes informanter snakker om den perfekte kroppen som handler om trening, kosthold, hår

og utseende (Bjørnebekk, 2015). I forhold til utseende opplever en av informantene at elevene er bekymret over at klorvannet skal misfarge det fargede håret og at elevene bruker vannfast maskara i svømmeundervisningen. Det kan antydes at elevene føler på et press i forhold til å iscenesette seg selv, ved å være sminket, til og med i svømmeundervisningen.

I studien til Elvebakk et al. (2018) viser funn fra studien at ungdoms kroppsmisnøye påvirkes av medelever. Her forklares det at kommentarer og det å observere andre medelevers kropper i garderoben økte kroppsmisnøye. Kommentarer rundt kropp kan gjenkjennes fra informantens uttalelse om svømmesituasjonen, der jentene ble vurdert kroppslig av guttene. Med slike kommentarer objektiverer guttene jentene sine kropper, som er med på å skape et kroppsfokus i svømmeundervisningen. I studien til Kenny et al. (2017) ble de irske ungdommenes kroppsbilde påvirket negativt av medelever. Her forteller ungdommene at kroppsfokuserte samtaler påvirket hvordan de så på seg selv, og frykt for at medelevene skulle snakke negativt om deres utseende. Dette førte til bekymring rundt egen kropp. Descartes beskriver kroppen som den objektive delen som fyller rommet, som observeres og måles i kvantifiserbare mål som masse, form og størrelse. Informanten fortalte at guttene målte jentene med en skala fra 1-10 ut fra hvor pene kroppene var. På denne måten skapes et kroppspress i en sosial konstruksjon, slik Merleau-Ponty beskriver de levde erfaringene. Engelsrud (2006) forklarer at kroppssubjekt både skaper og skapes i en historisk, kulturell og situasjonell verden. I dette tilfellet skaper elevene sammen et kroppsfokus, som kan føre til kroppspress for noen elever.

## Sosiale medier

Informantene nevnte Instagram, Snapchat og TikTok av sosiale medier de tror elevene bruker mest tid på. Medietilsynet viser til at ungdom bruker de samme plattformene, men som ingen av informantene nevner, er YouTube den plattformen flest ungdommer bruker, ifølge deres studie (Velsand, 2020). Forskning viser en økende trend av bruk på digitale aktiviteter (Bakken, 2020), og at det er en statistisk sammenheng mellom de som opplever psykiske helseplager og bruk av sosiale medier (Eriksen et al., 2017). Både informantene og forskning (Bakken, 2019) viser at det er et kroppspress blant ungdom, og at ungdommen er særlig utsatt for påvirkninger fra sosiale medier. Forskning (Ungdata, 2020) viser at statistisk sett er det en sammenheng mellom de som opplever psykiske helseplager og de som er misfornøyd med eget utseende, spesielt blant jenter.

Aanesen (2020) setter spørsmålstegn ved hvorvidt sosiale medier skaper press og stress hos ungdom. Han uttaler seg om at sosiale medier ikke nødvendigvis er årsaken til problemet, men at ungdommer som opplever press og stress oppsøker sosiale medier i større grad. Ingen av informantene nevner eksplisitt at de tror jenter blir påvirket i større grad enn gutter av sosiale medier, men den yngste kvinnelige informanten fortalte at jenter ofte kan overtenke hva de ser på sosiale medier og dermed bli påvirket. Tidligere forskning (Elvebakk et al., 2018; Orben et al., 2019) viser at jenter i større grad blir påvirket av sosiale medier enn gutter. Orben et al. (2019) sin studie viser likevel et mer nyansert bilde rundt påvirkningen fra sosiale medier, ved at påvirkningene er generelt lav. Likevel kan det være en begrensning i studien da sosiale medier som Instagram, TikTok og Snapchat ikke var oppfunnet eller like mye i bruk da som nå. Informantene nevner spesifikt at Instagram er med på å skape uoppnåelige kroppsidealer og er med på å skape et kroppspress. Dette samsvarer med Madsen (2018) og Nylander (2018) som påpeker Instagram som påvirkningskanal til kroppspress.

TikTok-danser kan ses som å være et samlepunkt og et felleskap blant elevene. Likevel fortalte en av informantene at de som er usikre på egen kropp trekker seg unna og ikke deltar i dansen med de andre medelevene. Følgelig påvirkes de levde erfaringene, i et fellesskap med ulike subjektive opplevelser av TikTok-dansen. Her påvirkes elevenes være-i-verden, ved at subjektet formes i kulturen den er en del av. Ungdata (2020) viser til at ungdom har et ambivalent forhold til kroppspress, fordi mange av de positive elementene i livet til unge er på sosiale medier eller på trening. Likevel kan sosiale medier og trening føre med seg et kroppsfokus og et kroppspress blant unge. Her kan det trekkes paralleller til uttalelsen fra den ene informanten, som fortalte om elever som trekker seg unna TikTok-dansen. Dette kan være et godt eksempel på hvordan enkelte elever kan føle et ubehag av å bli eksponert på sosiale medier.

#### Uoppnåelige og livsfarlige kroppsidealer

Ifølge informantene er sosiale medier med på å vise frem uoppnåelige kroppsidealer og skape et press på å vise en bedre versjon av seg selv. Kroppsøvfaget skal bidra til kritisk tenking omkring kroppsideal, som påvirker selvfølelse, helse, trening og livsstil (Utdanningsdirektoratet, 2020). Det var delte meninger blant informantene når det kom til hvordan de fortolket om det var kjendiser eller venner elevene sammenlignet seg med når det gjaldt utseende. Kjendiser som ble nevnt av informantene var blant annet Paradise Hotel deltakere, fotballspillere og Eddie Hall (verdens sterkeste mann), hvorav alle hadde blitt



snakket om av elevene. Engelsrud (2006) og Sæle (2017a) viser til at de uopnåelige kroppsidealene på sosiale medier og markedets massekonsum, er med på å forme og utfordre kroppsidentiteten vår. Kroppen blir som et objekt for markedets massekonsum, ved å påvirke oss til å etterstrebe det idealiserte bilde om hvordan kropp bør være. Her fortalte den yngste kvinnelige informant om influensere som legger ut treningsvideoer og klesannonser, som er med på å påvirke hvordan man bør se ut. Hun fortalte videre at klærne ikke alltid ser like ut på seg selv, som på annonsen, noe som kan være med på å skape et misnøye rundt egen kropp. Loland (2000) forklarer at kroppen er underlagt strenge idealnормer som imageindustrien fremstiller, som er med på å konstruere kroppen, som har blitt et sosialt symbol.

Den yngste kvinnelige informant fortalte at sosiale medier viser en økende trend av lett-kledde bilder og treningsvideoer av jenter for å bli tynnere. I rapporten *Ungdom om digitale medier*, skriver ungdommene at influensere deler tips om slanking og trening, legger ut retusjerte bilder, og dermed skaper en forestilling om hvordan ungdom bør se ut (Torjussen et al., 2019). Sand (2019) forklarer at ungdom som er selvkritiske til egen kropp ofte kan være ekstra sensitive for kroppspress fra sosiale medier, fordi de søker rollemodeller som underbygger strenge idealer. Hun viser til i definisjonen av kroppspress at de rådenende idealene påvirker hva som definerer skjønnhet og attraktivitet, og dersom man ikke strekker til illusjonen om idealkroppen skapes det misnøye rundt egen kropp. Informanten, som fortalte om de lett-kledde bildene, tror at elevene blir påvirket av innholdet på sosiale medier, her hun nevner spesifikt Instagram.

Med informantenes uttalelser om et uopnåelig kroppsideal, fortalte også en av informantene at kroppsidealet som finnes i dag ikke fører noe bra med seg. Walseth og Tidslevold (2020) viser i sin studie at jenter på ungdomsskolen verdsetter en tynn, seksualisert og samtidig muskuløs kropp. Artikkelen viser til forskning som antyder at det har skjedd et skifte i hva som betraktes som idealkroppen, fra en tynn kropp til en muskuløs kropp (Walseth & Tidslevold, 2020). Engelsrud (2006) og Sand (2019) påpeker at kroppsidealene har blitt strengere de siste generasjonene, og med et søk på Google om 'dagens kroppsideal' kommer det overskrifter som: *Det livsfarlige kroppsideal*, *De farlige idealene* og *Livsfarlig kroppsfokus*. Med et livsfarlig kroppsideal forklarer en av informantene at han er engstelig for hvilke konsekvenser det kan få for jenter som slanker seg til et slikt ideal. Flere av informantene har opplevd spisevegring hos jentene og interesse for muskelvekst hos guttene.

Dette samsvarer med Sand (2019), som forteller at idealene kan medføre slanking hos jenter og ønske om muskler hos gutter.

Forskning viser at det er sammenheng mellom misnøye rundt eget utseende og de som opplever negative tanker fra sosiale medier (Eriksen et al., 2017; Nylander, 2018; Orben et al., 2019). Bakken et al. (2018) presenterer ungdom for 'generasjon prestasjon', fordi ungdom i dag har en forventning om å prestere på flere plattformer som skole, idrettssammenheng, sosialt, sosiale medier og kroppslig. Med alle plattformene og forventningene er det ikke uventet at det kan bygge seg opp et prestasjon- og kroppspress, for den såkalte generasjon prestasjon. En slik oppfatning kan kjennes igjen av tidligere forskning de siste årene og utsagnene fra informantene som er presentert over: med et ønske om å se bra ut, være muskuløs og sammenligne seg med uoppnåelige idealer.

#### Retusjerte bilder

Informantene nevnte særlig Instagram som påvirkning til uoppnåelige kroppsidealer, og at bildene ofte er redigerte og fokuset er å fremstille seg så perfekt som mulig. Informantene var usikre på om elevene klarte å skille hva som var endret på og hvordan menneskene bak bildene faktisk så ut uten retusjering, redigering og bruk av filter. Descartes kroppsperspektiv kan kobles opp mot hvordan vi som mennesker viser oss frem som objekter på sosiale medier. I likhet med uret, som Descartes sammenligner menneskekroppen med, kan kroppen fikses på. På sosiale medier kan bilder redigeres og finpusses slik et ur kan. Ved å objektiverer kroppen på sosiale medier skaper vi en illusjon om hvordan kroppen bør være, på jakt etter idealkroppen. Informantene fortalte om blogger som typiske eksempler, som legger ut retusjerte bilder og finmaler virkeligheten. Grue (2016) forklarer at vi mennesker helst vil holde oss i midten av Gausskurven for å ikke skille oss ut. For å skulle holde oss innenfor normalen kan det skapes et kroppspress for forbrukerne, fordi sosiale medier viser en illusjon av hvordan mennesker bør se ut. Å jakte et slikt ideal kan påvirke oss i negativ retning i form av kroppspress.

Informantene fortalte at bildene som legges ut på sosiale medier ofte er retusjerte og endret på. De fortalte at bildene ofte viser en bedre utgave av en persons liv, og dermed vises en falsk virkelighet på sosiale medier. Merleau-Ponty sammenligner kroppen med et kunstverk, ved å se helheten i bilde og ikke bare en farge. En slik oppfatning kan sees i sammenheng

med informantenes uttalelse om bilde av en finmalt virkelighet. Her vises ikke hele virkeligheten, men kun deler av den.

Jag etter 'likes'

Informantene opplevde at det var viktig for elevene å få 'likes' og kommentarer på bilder som legges ut på sosiale medier. Ungdommene i rapporten *Ungdom om digitale medier*, skriver at de legger ut bilder som viser et falskt liv, for å få likes og kommentarer på sosiale medier (Torjussen et.al, 2019). Bjørnebekk (2015) forteller at tilbakemeldinger og antall likes gir en økt selvfølelse og selvtillit, og dersom responsen uteblir kan det oppleves negativt. En av informantene fortalte at elevene legger ut bilder for å få likes, for å gjøre publikum fornøyd, og seg selv i form av respons på likes og kommentarer. En slik respons er en kortvarig følelse av aksept (Bjørnebekk, 2015). Bjørnebekk (2015) forteller at bekreftelse på kropp er med på å øke selvfølelsen vår. Hun forteller at ungdom legger ut bikinibilder i modellpositurer for å få likes og kommentarer på bildene sine, men dersom responsen uteblir kan dette oppfattes negativt på selvilde. En av informantene fortalte at elevene bryter barrierer ved å legge ut dristige bilder, slik som bikinibildene Bjørnebekk (2015) refererer til, fordi det å få likes på bildene har blitt altoppslukende for elevene. Med Foucault sin oppfattelse av panoptikon kan 'få se mange', illustrert med tårnet som overvåker fangene. En slik overvåkning kan sees igjen i media, med sin makt og innflytelse hos brukerne. Vi føyer oss etter hva som er 'normalt' å legge ut av bilder på ulike plattformer, slik informantene fortalte om elever som tøyser grenser for hva de legger ut på sosiale medier. Den føyelige kroppen som Foucault snakker om gjør at vi underlegger oss en disiplin i form av at vi forholder oss til restriksjoner og regler.

Informantene reflekterte rundt at elevene legger ut bilder av seg selv for å få nok likes og ikke nødvendigvis bilder de er fornøyd med. Grensene for det 'normale' blir testet ut for å gjøre publikum fornøyd. Slik Foucault beskriver at kroppen er sjelens fengsel, ved at makten er rettet mot sjelen i form av regler, restriksjoner og begrensinger for å normalisere (Rønbeck & Rønbeck, 2012). Med normalisering måles menneske ut fra en individualiserende målestokk for hvorvidt man avviker fra det normale. På sosiale medier viser ofte det 'normale' en annen virkelighet. Eksempelvis fortalte en av informantene at man på sosiale medier viser en bedre versjon av seg selv. Slik kan maktteknologiene som Foucault snakker om rettes mot menneskets sjel, ved å skape en slags 'normal' versjon av seg selv på sosiale medier, som egentlig ikke finnes. Slik kunstneren Vincent gjorde ved å manipulere bildet av den

guddommelige og vakre Helena. Ifølge informantene males et falskt bilde av virkeligheten på sosiale medier. Dette kan være for å ikke avvike fra det normale, når det normale har blitt preget av retusjering, filter og poseringer på sosiale medier.

## Pedagogisk arbeid rundt kroppspress

### Skolens ansvar

En av informantene syntes det er utrolig hvor mye myndighetene har pålagt lærere å fremme, og at han ikke har nok kompetanse til å møte utfordringene knyttet til kropp og kroppspress. Spesielt nevnte han manglende kunnskap om hvilke triggere elever med spiseforstyrrelser har. Spiseforstyrrelser er noe flere av informantene har opplevd blant sine elever, derfor er det viktig å snakke om kropp og kroppspress med elevene. Flere av informantene fortalte at ungdom er i en sårbar fase med en kropp i forandring. Dette viser at informantene har en gitt forståelse for at elever kan være usikre på egen kropp, og at påvirkninger fra medelever og sosiale medier kan medføre usikkerhet rundt kropp, som tidligere har blitt diskutert.

Kroppsøvfagets formål tydeliggjør skolens ansvar for å bidra til identitetsutviklingen ungdom står ovenfor. Med arbeid rundt kroppslig bevisstgjøring, skal elevene utforske egen identitet og selvbylde, med refleksjon og kritisk tenkning rundt sammenhengen mellom kropp, trening og helse (Utdanningsdirektoratet, 2020). Sæle (2017b) påpeker at skolen trenger lærere som utfordrer det kroppslige mangfoldet og som tørr å ta opp de sårbare emnene rundt kropp. Han skriver at det er under trygge rammer fagets danningspotensiale ligger, for at barn og unge skal kunne lære, utvikle og danne seg kroppslig. Foucault sin styringsmentalitet har som mål om å styre objektet ved å forme, lede og påvirke menneskers atferd, slik at de når sine mål i livet (Rønbeck & Rønbeck, 2012). For å styre elevenes utvikling og dannelse i skolen ønsket regjeringen (2018) å sette fokus på kroppspress i skolen. På en slik måte styrer myndighetene undervisningen, noe som oppleves overveldende og vanskelig for informantene, både med mangel på kunnskap og store krav.

En av informantene snakket med elevene sine om myter i forbindelse med kroppsideal og kroppspress på sosiale medier. Et av idealene til elevene var Eddie Hall, verdens sterkeste mann. Det han ønsket å få frem var at det ikke er enkelt å oppnå en kropp som treningsguruer og toppidrettsutøver har, i en hverdag preget av skole, jobb og venner. Regjeringen (2018), Torjussen et al. (2019) og Christine Sundgot-Borgen (Flekkøy, 2020) ønsker et større fokus på sosiale mediers påvirkning til kroppspress i skolen. Ifølge kompetansemålet etter 10. trinn

skal elevene lære å reflektere over hvordan ulike fremstillinger av kropp i media er med på å påvirke deres kroppsidentitet og selvbilde (Utdanningsdirektoratet, 2020). Informantene er klar over at bilder på sosiale medier kan være retusjerte og endret på, men de er usikre på om elevene er klar over omfanget av redigerte bilder. Utenom informantens pedagogiske arbeid rundt mytene og oppnåelse av en muskuløs kropp som fremstilles på sosiale medier, hadde ingen av de andre informantene snakket med elevene om påvirkning fra sosiale medier.

Det er flere av informantene som er enig i at fokus på kroppspress kan føre til uønsket oppmerksomhet. En av informantene fortalte at de tidligere har hatt fokus på psykisk helse, noe som førte til at mange elever ble observante på psykisk helse og seg selv. Her så hun en sammenheng med at fokus på kroppspress kan føre til et ytterligere kroppspress. Engelsrud og Nordtug (2016) forklarer at kroppspress er et selvskapt fenomen og at tiltakene som blir iverksatt gir næring til fenomenet. Et av tiltakene er mer fokus på kroppspress i skolen, med kompetansemålet som fokuserer på kroppspress fra sosiale medier, og idealenes påvirkning til selvfølelse, helse, trening og livsstil (Utdanningsdirektoratet, 2020).

Madsen (2018) setter spørsmålstegn ved hvilket fokus den såkalte generasjon prestasjon har fått gjennom medienes overrapportering, og at et slikt fokus kan få et uønsket utfall for unges psykiske helse. Han skriver: «Ergo kan medias overrapportering av negative trekk gitt tilgjengelighetsheuristikk være en paradoksalt bidragsyter til at unge reelt sett får det verre» (Madsen, 2018, s. 191). Han påpeker at det ikke hjelper at skolen skal lære elevene å håndtere stress og press, men at ungdom må bruke alternativer av representasjoner av seg selv for å vise et mangfold i samfunnet, slik at ikke fokuset kun blir på generasjon prestasjon. Sundgot-Borge (Solvang, 2021) er enig i dette, og viser til at skolen må lære elevene kritisk tenking rundt hva som fremmes på sosiale medier og av hva som legges ut, kommenteres og hva som likes av bilder. Aanesen (2020) påpeker at sosiale medier i utgangspunktet ikke skaper kroppspress, men at forbrukerne er med på å skape presset. Kritisk tenking rundt kroppsidealene er en del av læreplan, og sosiale mediers påvirkning har fått en større plass i faget. Et slikt fokus i skolen kan være med på å lære ungdom kritisk tenkning, som en del av dannelsesprosessen som kroppsøvfaget består av.

#### Samtaler rundt kroppspress

I det pedagogiske arbeidet rundt kroppspress var samtaler det informantene benyttet seg av. En av informantene fortalte at det var viktig med gode relasjoner i arbeidet rundt kroppspress,

for å skape tillit og trygghet. Engelsrud og Nordtug (2015) retter fokuset mot gode relasjoner, og poengterer at kroppsøvningsfaget kan gi grunnlag for kroppslig trygghet. Informantene fortalte at kropp og kroppspress er et sårbart tema for ungdommene, derfor kan gode relasjoner være med på å skape en kroppslig trygghet blant elevene. De nyutdannede lærerne gir uttrykk for at de syntes det er vanskelig å ordlegge seg, og snakke om tematikken med elevene sine. De mer erfarne lærerne virket mer fortrolig rundt samtale med elevene, men hadde ulike taktikker for å snakke med elevene. Den mannlige informant snakket med elevene i fellesskap, og brukte sin kvinnelige kollega og helsesøster dersom noen av jentene ønsket å snakke om kroppsrelaterte problemer. Den kvinnelige informant snakket i motsetning direkte med enkelt elever, og fortalte at spesielt jentene i klassen hennes hadde et ønske om å snakke med henne om problemer rettet rundt kroppen.

Flere av informantene syntes det var krevende å snakke om kropp og kroppspress, spesielt når det kom til det helsemessige aspektet i faget. Grensen rundt normalfordelingen i Gausskurven tilsier at det normale er å holde seg i midten av kurven, og at ytterkantene avviker fra det normale (Grue, 2016). Kurven viser til BMI som består av høyde og vekt, og at gjennomsnittet viser idealkroppen. Noen av informantene syntes det var utfordrende å fremme en sunn og fysisk aktiv kropp, når det var elever som var overvektige i klassen, og at noen kunne ta seg nær av dette. Her syntes en av informantene at det kunne være vanskelig å snakke om kropp, for han ville ikke gi inntrykk av at det var greit å være overvektig, sett fra et helsemessig aspekt. Informanten fortalte at samfunnets fokus på kroppspositivisme gjør det enda mer utfordrerne med at alle kroppstyper skal aksepteres. Kroppspositivisme kan ses på som et motangrep på normalisering, ved å flytte grensen for hva som er normalt.

I lærerplanen står det at kroppsøvningsfaget skal være med på å stimulere til livslang bevegelsesglede og til en fysisk aktiv livsstil ut fra egne forutsetninger (Utdanningsdirektoratet, 2020). Alle har ulike kroppslige forutsetninger, i et mangfold av elever. En av informantene fortalte om en elev som startet med volleyball fordi han hadde prøvd det på skolen. Her uttrykker informanten: «Da har vi lykket, tenker jeg» (Mikkel). Dette kan være med på å vise hvordan kroppsøvningsfaget er med på å skape bevegelsesglede blant elevene, slik Standal (2019) viser til at elevene kan finne en subjektiv meningsdannelse med bevegelsesaktivitet. Sundgot-Borgen (Flekkøy, 2020) mener at ungdom trenger å akseptere seg selv og andre, og få en sunnere oppfatning av hva trening og kosthold handler

om. Her legger hun frem at skolen må ta større ansvar ved å skape fokus på bevegelsesglede sammen med andre, fordi ungdoms fokus handler om å trene seg opp til idealkroppen.

Økt bruk av sosiale medier har ført til et usunt fokus på idealkroppen og et økende press for å passe inn i sosiale mediers fremstilling av den 'perfekte' kroppen, som er diskutert i 'jag etter likes'. Debatten på NRK (Solvang, 2021) aktualiserer problemet rundt kroppspress og påvirkning fra sosiale medier. Her poengterer gjest Sundgot-Borgen at skolen må lære barn kritisk bruk av sosiale medier. I rapporten *Ungdom om digitale medier* kommer ungdom ut med forslag om at skolen må ta mer ansvar, for å bedre kunnskap til ungdom om sosiale medier og følge opp elever som har blitt negativt påvirket (Torjussen et al., 2019). Flere av informantene syntes tematikken rundt kroppspress var et vanskelig tema å ta opp med klassen. De fortalte at de var usikre hvordan de skal oppføre seg, fordi elevene trekker seg unna og de merker det er et sårbart tema å snakke om for elevene. En av de mannlige informantene opplevde det vanskelig å snakke med jentene i klassen om kropp, fordi responsen om å si ifra om hvordan man kler seg, kan føre til at jentene opplever å bli kikket på. En av informantene savnet et opplegg som omhandlet tematikken, slik hun fortalte det, overlater hun arbeidet til ekspertene. Mange av informantene brukte andre instanser som helsesøster, sosialarbeidere og andre foredragsholdere i undervisningssammenheng. Dette kan være på grunn av manglende kunnskap. En annen faktor kan være tid. En av informantene fortalte at hun ikke hadde tid til å snakke med enkeltelever, fordi hun måtte videre til neste time. Det er få undervisningstimer i faget, og deler av faget går til skifting og dusjing (for de aller fleste).

## Oppsummering med konklusjon

Formålet med studien er å få et innblikk i kroppsøvlingslæreres refleksjoner og arbeid rundt kroppspress, samt å svare på oppgavens problemstilling: *Hvilke refleksjoner gjør et utvalg kroppsøvlingslærere i ungdomsskolen seg om elevers kroppspress i undervisningen og fra sosiale medier, og hvordan arbeider de pedagogisk med denne tematikken i faget?* Gjennom seks dybdeintervjuer utgjorde kroppsøvlingslærernes uttalelser det empiriske grunnlaget for studien. For å diskutere funnene har jeg anvendt tre ulike kroppsforståelser som det teoretiske grunnlaget for oppgaven. Etter min tolkning av funnene, anses det å være et kroppspress blant elevene, både i kroppsøvlingsundervisningen og fra sosiale medier. Det pedagogiske arbeidet rundt tematikken er begrenset i form av samtaler med elevene.

Noen av informantene praktiserer et prestasjonsorientert læringsklima, som bidrar til et kroppslig fokus blant elevene. Ifølge informantene måler elevene seg opp mot hverandre og føler dermed på et kroppspress i forhold til hva de klarer og ikke klarer å prestere. Der den målbare prestasjonskroppen blir en objektiv kropp i fokus. Informantene gir uttrykk for at elevene forholder seg til kropp i henholdt til hvordan de kler seg og oppfører seg i undervisningen. Informantene forteller om observasjoner av elevene sine, der de har sett elever bruker ulike skjuleteknikker som å dra seg i klærne eller bruke store klær for å skjule kroppen. Noen elever trekker seg unna i undervisningen og har et ønske om å ikke delta, som kan vise en usikkerhet rundt egen kropp.

En usikkerhet kommer også frem i svømmeundervisningen, hvor informantene merker et kroppspress blant elevene. Det er flere elever som ikke ønsker å delta i undervisningen, på grunn av at kroppen blir eksponert for de andre elevene. En av informantene forteller om gutter som gir vurdering på jentenes kropp, i form av tall 1-10, ut fra hvor pene jentene er. Dette skaper et objektiverende kroppsfokus ved tingliggjøring av kroppen. Selv om hverken informantene eller læreplanen tilsier at elevene må dusje, kan dusjing være med på allmenndanningen hos elevene. Som en av informantene påpeker, kan elevene gjennom å bli eksponert for andre sine kropp og se andre elevers kropp i utvikling, gi en forståelse av at alle kropp er forskjellige og lære å respektere hverandre, som er et av fagets sentrale verdier – å lære å respektere hverandre.



Med en økende trend av digital bruk, er ungdom særlig utsatt for påvirkning fra sosiale medier. Informantene nevner spesifikt at Instagram er med på å skape et uoppnåelig kroppsideal og et kroppsfokus, som igjen er med på å skape et kroppspress blant elevene. Spesielt nevner informantene at kroppsidealene kan være helsefarlig for jenter, flere av informantene har hatt elever som sliter med spiseforstyrrelser. Ifølge informantene sammenligner elevene seg blant annet med fotballspillere, realitydeltakere og Eddie Hall, verdens sterkeste mann, på sosiale medier. Det nevnes av informantene at særlig gutter er opptatt av å få en muskuløs kropp. På denne måten kan sosiale medier være en påvirkningskilde hos elevene. Informantene forteller at bilder som legges ut på sosiale medier ofte er retusjerte, redigerte eller endret ved bruk av filter, og dette finmaler virkeligheten. For å ikke skille oss ut fra normalen, følgelig legges det ut bilder som aksepteres av andre i form av likes og kommentarer. Informantene forteller at elevene strekker seg langt for å få denne typen respons, ved å legge ut dristige bilder. Som dog er en kortvarig selvfølelse av aksept.

Ifølge forskning og informantene bruker elevene mye tid på TikTok. I skolegården har en av informantene observert elever som ikke våger å være med på TikTok-dansen. Han forteller at han ser elever som er usikre på seg selv ikke ønsker å bli med i dansen, og han mener dette er med på å skape et kroppspress. Ved å ikke være en del av den kulturen som ungdommen er i, kan dette få et negativt utfall for enkelte elever. Her påvirkes elevenes væren-i-verden, ved å ikke være en del av Tik-Tok samholdet.

Informantene benyttet seg av samtaler med eleven når de snakket om kropp og kroppspress. Flere av informantene fant det utfordrende å snakke om tematikken. De syntes det var vanskelig å ordlegge seg, fare for å såre elever og de merket at elevene syntes kroppspress var et vanskelig tema å snakke om. På bakgrunn av disse utfordringene var det flertall av informantene som benytte seg av andre instanser som helsesøster og sosiallærer i undervisningssammenheng om kropp og kroppspress. Et opplegg rundt tematikken var ønskelig fra informantene. Det ble poengtert at det var store krav fra myndighetenes side, og at det ble krevd mye av informantene som lærere.

Det er ikke store alders- og kjønnsforskjeller blant informantene hvordan de reflekterer og arbeider rundt tematikken, men noe kommer frem i materialet. Den mannlige eldre informanten opplevde det ubehagelig å snakke direkte med jentene i klassen, fordi jentene kunne oppleve at han kikket på dem. Med sin erfaring i skolen, hadde han funnet sin måte å

løse utfordringen på, ved at jentene kunne snakke med den kvinnelige kollegaen eller helsesøster. Den yngste kvinnelige informanten virket å ha en større forståelse for at jenter kunne overtenke hva de så på sosiale medier, og påpeker at annonser og treningsvideoer kan påvirker elevene negativt. Slike refleksjoner skiller seg fra de andre informantene. Her kan alder og kjønn virke inn for hvilke forforståelse den yngre kvinnelige informanten har. Når det gjelder yrkeserfaring, anses det som at de eldre informantene var tryggere i sin rolle når det gjaldt å snakke med elevene, mens de yngre informantene virket usikre på hvordan de skulle ordlegge seg og opptre rundt tematikken.

Funnene fra studien samsvarer med annen forskning, både nasjonalt og internasjonalt. Dette viser at informantene har en relativ lik oppfatning av kroppspress blant sine elever, som forskningsfeltet viser.

### Veien videre

Den foreliggende studien gir et innblikk i et utvalg av kroppsøvlingslæreres refleksjoner, erfaringer og arbeid rundt kroppspress i kroppsøvlingsundervisningen og fra sosiale medier. Det er lite forskning fra et lærerperspektiv og lærerrollen rundt tematikken. Det vil derfor være interessant å forske videre på arbeidet rundt kroppspress i skolen, fra et lærerperspektiv. Læreplanen er delvis innført, og med det nye kompetansemålet rettet mot mediers påvirkning til bevegelsesaktivitet, kroppsidentitet og selvbylde, omhandler tematikken i studien. Informantene hadde lite spesifikt arbeid rettet mot kroppspress og sosiale mediers påvirkning. Derfor kan det være interessant å se når læreplanen har blitt implementert og innarbeidet, om det har blitt et ytterligere fokus på tematikken i kroppsøvlingsfaget. I denne studien er det kun lærernes refleksjoner og tolkninger rundt hvordan elevene utsettes for kroppspress. Om man hadde gjennomført en studie av lærernes refleksjoner (intervju) opp mot elevers opplevelse (spørreundersøkelse), hadde det vært interessant å sett om det var en korrelasjon mellom arbeidet som blir gjort og utbytte hos elevene. Dette er et veldig spennende og viktig tema, som er dagsaktuelt både i dag og fremover, derfor er det viktig med forskning på området.

Kroppen kan ikke sammenlignes med en fysisk genstand, men snarere med et kunstværk  
(Merleau-Ponty, 1994, s. 107).

## Kildehenvisning

Anker, T. (2020). *Analyse i praksis : en håndbok for masterstudenter*. Cappelen Damm akademisk.

Augestad, P. (2003). *Skolering av kroppen : om kunnskap og makt i kroppsøvingfaget*. [Doktorgradsavhandling, Høgskolen i Telemark]. USN Open Archive.  
<https://openarchive.usn.no/usn-xmlui/handle/11250/2590013>

Bakken, A. (2019). *Ungdata 2019: Nasjonale resultater* (NOVA Rapport 9/19).  
<http://www.forebygging.no/Global/Ungdata-2019-Nettversjon.pdf?fbclid=IwAR3jBpHU9ZoCAbZsnzayMQvj2VnxT88qrguuQJe8xuU1vy9q0eJrTp1mrYg>

Bakken, A. (2020). *Ungdata 2020: Nasjonale resultater* (NOVA Rapport 16/20).  
[http://www.forebygging.no/Global/Ungdata-2020-Nasjonale-resultater-NOVA-Rapport%2016-20%20\(1\).pdf](http://www.forebygging.no/Global/Ungdata-2020-Nasjonale-resultater-NOVA-Rapport%2016-20%20(1).pdf)

Bakken, A., Sletten, M. A. & Eriksen, I. M. (2018). Generasjon prestasjon? Ungdoms opplevelse av press og stress. *Nordisk tidsskrift for ungdomsforskning*, 2018/2.  
<https://utdanningsforskning.no/artikler/2018/generasjon-prestasjon-ungdoms-opplevelse-av-press-og-stress/>

Bjørnebekk, W. (2015). *Påkledd i dusjen : om ungdom og kroppspress*. Spartacus.

Borge, J. S., Hallås, B. O., Løndal, K., Moen, K. M. & Gjørme, E. G. (2017, 01. desember). Kroppsøving blir redusert til «fysisk aktivitet» - debatten uteblir. *Utdanningsnytt.no*  
<https://www.utdanningsnytt.no/fagartikkel-fysisk-aktivitet-kroppsøving/kroppsøving-blir-reduisert-til-fysisk-aktivitet---debatten-uteblir/171978>

Dalen, M. (2011). *Intervju som forskningsmetode* (2. utg.). Universitetsforlaget.

Dalland, O. (2017). *Metode og oppgaveskriving* (6. utg.). Gyldendal.

- Descartes, R. (1998). *Meditasjoner over filosofiens grunnlag* (2. utg., A. Aarnes, Overs.). Aschehoug. (Opprinnelig utgitt i 1641).
- Elvebakk, L., Engebtesen, B. & Walseth, K. (2018). Ungdom, danning og fellesskap : samfunns- og kulturpedagogiske perspektiv. I M. Øksnes, E. Sundsdal & C. R. Haugen (Red.), *Ungdom, danning og fellesskap* (s. 81-103). Cappelen Damm.
- Engelsrud, G. (2006). *Hva er kropp*. Universitetsforlaget.
- Engelsrud, G. (2010). Betydninger av teori(er) om kroppen. I K. Steinsholt & K. P. Gurholt (Red.), *Aktive liv: idrettspedagogiske perspektiver på kropp, bevegelse og dannelse* (s. 35-50). Tapir.
- Engelsrud, G. & Nordtug, B. (2015, 4. juli). La oss glemme kroppen. *Klassekampen*.  
<https://arkiv.klassekampen.no/article/20150704/PLUSS/150709868>
- Engelsrud, G. & Nordtug, B. (2016, 4. mars). Vi må slutte å prate om kroppspresset. *Forskning.no*. <https://forskning.no/helse-kronikk-media/kronikk-vi-ma-slutte-a-prate-om-kroppspresset/1169034>
- Eriksen, I. M., Sletten, M. A., Bakken, A. & von Soest, T. (2017). *Stress og press blant ungdom. Erfaringer, årsaker og utbredelse av psykiske helseplager*. (NOVA Rapport 6/17). <https://fagarkivet.oslomet.no/bitstream/handle/20.500.12199/5115/Nettutg-Stress-og-press-blant-ungdom-NOVA-Rapport-6-17-bokmerk.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Flekkøy, K. G. (2020, 4. mars). Fann ein nøkkel til å lette kroppspresset blant ungdom. *Norges idrettshøgskole*. <https://www.nih.no/om-nih/aktuelt/nyheter/2020/mars/villette-presset-ungdommen-kjenner-pa-kroppen/>
- Frydendal, S. & Thing, L. F. (2019). A shameful affair? A figurational study of the change room and showering culture connected to physical education in Danish upper secondary schools. *Sport, Education and Society*. 25(2), 161-172. <https://doi.org/10.1080/13573322.2018.1564654>

- Foucault, M. (1999). *Seksualitetens historie 1 : Viljen til viten* (E. Schaanning, Overs.). Pax.
- Foucault, M. (2008). *Overvåkning og straff : det moderne fengsels historie* (4. utg., D. Østerberg, Overs.). Gyldendal. (Opprinnelig utgitt i 1975).
- Gilje, N. & Grimen, H. (1992). *Samfunnsvitenskapenes forutsetninger : innføring i samfunnsvitenskapenes vitenskapsfilosofi* (2. utg.). Universitetsforlaget.
- Grue, L. (2016). *Normalitet*. Fagbokforlaget.
- Imsen, G. (2014). *Elevens verden : innføring i pedagogisk psykologi* (5. utg.). Universitetsforlaget.
- Kenny, U., O'Malley-Keighran, M.P., Molcho, M. & Kelly, C. (2017). Peer influences on adolescent body image: friends or foes? *Journal of Adolescent Research*, 32 (6), 768-799. <https://doi.org/10.1177/0743558416665478>
- Kvale, S. & Brinkmann, S. (2015). *Det kvalitative forskningsintervju* (3. utg.). Gyldendal akademisk.
- Loland, S. (2000). Kroppssyn, idrett og mosjon. *Tidsskriftet Den norske legeforening*, 2000/120. <https://tidsskriftet.no/2000/10/tema/kroppssyn-idrett-og-mosjon>
- Lyngstad, I. (2013). *Profesjonell kunnskap i skolens kroppsøving* [Doktoravhandling, Norges tekniske-naturvitenskapelige universitet]. Open. <https://core.ac.uk/download/pdf/52110461.pdf>
- Madsen, O. J. (2018). *Generasjon prestasjon : hva er det som feiler oss?* Universitetsforlaget.
- Merleau-Ponty, M. (1994). *Kroppens fenomenologi* (B. Nake, Overs.). Pax. (Opprinnelig utgitt i 1945).

- Moen, K. M., Westlie, K., Bjørke, L. & Brattli, V. H. (2018). *Når ambisjon møter tradisjon: En nasjonal kartleggingsstudie av kroppsøvfaget i grunnskolen (5.-10. trinn)*. (Rapport 1/2018). <https://brage.inn.no/inn-xmlui/handle/11250/2482450>
- Moen, K. M., Westlie, K. & Skille, E. Å. (2017). Nakenhet som allmenndanning. *Norsk pedagogisk tidsskrift*, 2017/101, s. 5-18. <https://doi.org/10.18261/issn.1504-2987-2017-01-02>
- Mæhle, M. (2016). *Garderobekultur blant jenter i kroppsøving : hvordan opplever jentene dusj- og garderobepraksisen i kroppsøvingundervisningen på ungdomsskolen?* [Masteroppgave, Universitetet i Agder]. AURA. <https://uia.brage.unit.no/uia-xmlui/bitstream/handle/11250/2416853/M%C3%A6hle%2C%20Martine.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- NESH. (2016). *Forskningsetiske retningslinjer for samfunnsvitenskap, humaniora, juss og teologi*. <https://www.forskningsetikk.no/retningslinjer/hum-sam/forskningsetiske-retningslinjer-for-samfunnsvitenskap-humaniora-juss-og-teologi/>
- Nylander, K. S. (2018). *Prosjekt perfekt*. (Press sin rapport om kroppspress 2018). <https://press.no/wp-content/uploads/2018/03/Rapport-digital2.pdf>
- Oland, Ø. (2016). *Garderobesituasjonen i ungdomsskolen : hvilke opplevelser har gutter av dusj- og garderobepraksisen i kroppsøving?* [Masteroppgave, Universitetet i Agder]. AURA. <https://uia.brage.unit.no/uia-xmlui/bitstream/handle/11250/2416857/Oland%2C%20%20%C3%98yvind.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Opplæringslova. (1998). *Lov om grunnskolen og den vidaregåande opplæringa* (LOV-2020-06-19-91). Lovdata. [https://lovdata.no/dokument/NL/lov/1998-07-17-61/KAPITTEL\\_11#%C2%A79a-11](https://lovdata.no/dokument/NL/lov/1998-07-17-61/KAPITTEL_11#%C2%A79a-11)
- Orben, A., Dienlin, T. & Przybylski, A. K. (2019). Social media's enduring effect on adolescent life satisfaction. *Proc Natl Acad Sci U S A*, 116 (21), 10226-10228. <https://doi.org/10.1073/pnas.1902058116>

- Postholm, M. B., Jacobsen, D. I. & Søbstad, R. (2018). *Forskningsmetode for masterstudenter i lærerutdanningen*. Cappelen Damm.
- Regjeringen. (2018). *Vil ha retningslinjer mot kroppspress i sosiale medier*. Barne- og familiedepartementet & Helse- og omsorgsdepartementet.  
<https://www.regjeringen.no/no/aktuelt/rundebordsmote-om-kroppspress/id2603631/>
- Rekve, M. V. (2019). *Kroppsbygge, kroppspress og kroppsøving; en kvalitativ analyse av videregående-elevers erfaringer* [Masteroppgave, Norges idrettshøgskole]. Brage.  
<https://nih.brage.unit.no/nih-xmli/bitstream/handle/11250/2606801/Rekve%20MV%20v2019.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Rønbeck, A. E. & Rønbeck, N.-F. (2012). Disiplinering av kropp og sinn i kroppsøvingfaget. I A. E. Rønbeck (Red.), *Inspirert av Foucault : diskusjoner om nyere pedagogisk empiri* (s. 112-130). Fagbokforlaget.
- Sand, L. (2019). Kroppspress som kilde til stress i skolen. I E. Bru & P. Roland (Red.), *Stress og mestring i skolen* (s. 169-191). Fagbokforlaget.
- Skog, B. (2015, 16. november). Intime «snapper». *Blogg.forskning.no*.  
<https://blogg.forskning.no/berit-skogs-blogg/intime-snapper/1103849>
- Solvang, F. (2021, 20. april). Hjelper det å slanke seg? [TV-serie]. *Debatten*. NRK.  
<https://tv.nrk.no/serie/debatten/202104/NNFA51042021/avspiller>
- Standal, Ø. F. (2019, 10. november). Kva kroppsleg læring egentleg er. *Utdanningsnytt.no*.  
<https://www.utdanningsnytt.no/fagartikkel/fagartikkel-kva-kroppsleg-laering-eigentleg-er/219295>
- Sundgot-Borgen, C. (2020). *The Healthy Body Image intervention* [Doktorgradsavhandling, Norges idrettshøgskole]. Brage. <https://nih.brage.unit.no/nih->



[xmlui/bitstream/handle/11250/2651624/SundgotBorgen%20C%202020.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://xmlui/bitstream/handle/11250/2651624/SundgotBorgen%20C%202020.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

Sundseth, Ø. (u.å). Normalfordelingskurven [Figur]. Oslo universitetssykehus.

<https://www.legeforeningen.no/contentassets/a6cad6b378314d2b9c28466a66fa29fa/bruk-av-kognitive-tester-i-hukommelseskl.pdf>

Sæle, O. O. (2014). Den luksuriøse kroppen. *Theofilos* 2014/6 (3), s. 421-435.

[https://theofilos.no/wp-content/uploads/2019/08/2c\\_Academia\\_S%C3%A6le\\_Den-luksuri%C3%B8se-kroppen-En-kritisk-dr%C3%B8ftelse-av-Jean-Baudrillard%E2%80%99s-kroppskonsept-i-lys-av-hans-postmoderne-tenkning-om-hyperrealitet.pdf](https://theofilos.no/wp-content/uploads/2019/08/2c_Academia_S%C3%A6le_Den-luksuri%C3%B8se-kroppen-En-kritisk-dr%C3%B8ftelse-av-Jean-Baudrillard%E2%80%99s-kroppskonsept-i-lys-av-hans-postmoderne-tenkning-om-hyperrealitet.pdf)

Sæle, O. O. (2017a). *Danningsperspektiver i kroppsøving*. Fagbokforlaget.

Sæle, O. O. (2017b, 07. desember). Kroppsøving som dannelsesfag. *Utdanningsnytt.no*.

<https://www.utdanningsnytt.no/fagartikkel/kroppsoring-som-danningsfag/171968>

Sæle, O. O. (2018, 6. april). Læreren må ta garderoben tilbake. *Bergens tidende*.

<https://www.bt.no/btmeneringer/debatt/i/A2q3M5/laereren-maa-ta-garderoben-tilbake>

Sæle, O. O. & Hallås, B. O. (2020). *Kroppsøving i femårig lærerutdanning : skolefag, profesjonsutvikling, forskning*. Gyldendal.

Thagaard, T. (2018). *Systematikk og innlevelse : en innføring i kvalitative metoder* (5. utg.). Fagbokforlaget.

Tjora, A. H. (2017). *Kvalitative forskningsmetoder i praksis* (3. utg.). Gyldendal.

Torjussen, A., Omarkhail, H., Hoelstad, M. H., Grønli, D. M., Dragland, I. J., Aioanei, M. T., Fyhn, E., Berg, M. N. & Olufsen, T. (2019). *Ungdom om digitale medier: Vurdering og forslag fra Barneombudets ekspertgruppe om en tryggere digital hverdag*.

<https://www.barneombudet.no/uploads/documents/Publikasjoner/Fagrappporter/Ungdom-om-digitale-medier.pdf>

- Ungdata. (2020, 23. januar). Stress, press og psykiske plager blant unge. *Ungdata*.  
<https://www.ungdata.no/stress-press-og-psykiske-plager-blant-unge/>
- Utdanningsdirektoratet. (2014, 12. desember). Dusjing i skolen. *Regelverkstolkningar frå UDIR*. <https://www.udir.no/regelverkstolkninger/opplaring/Laringsmiljo/Dusjing-i-skolen/>
- Utdanningsdirektoratet. (2018, 4. juni). Kroppsøving - oppsummering av innspill. *Utdanningsdirektoratet*. <https://www.udir.no/laring-og-trivsel/lareplanverket/fagfornyelsen/kjerneelementer/kroppsoving--oppsummering-av-innspill/>
- Utdanningsdirektoratet. (2019, 18. november). Hva er nytt i kroppsøving? *Utdanningsdirektoratet*. <https://www.udir.no/laring-og-trivsel/lareplanverket/fagspesifikk-stotte/nytt-i-fagene/hva-er-nytt-i-kroppsoving/>
- Utdanningsdirektoratet. (2020). *Læreplan i kroppsøving* (KR01-04).  
<https://data.udir.no/k106/v201906/laereplaner-lk20/KRO01-05.pdf>
- Velsand, M. (2020). *Barn og medier 2020*. Medietilsynet.  
<https://www.medietilsynet.no/globalassets/publikasjoner/barn-og-medier-undersokelser/2020/201015-barn-og-medier-2020-hovedrapport-med-engelsk-summary.pdf>
- Wabakken, T. V. (2010). *Et følelsesladet valg : om prosesser og mekanismer bak ikke-deltakelse i kroppsøving, dusj- og garderobeaktiviteter* [Masteroppgave, Høgskolen i Telemark]. USN Open Archive. <https://openarchive.usn.no/usn-xmlui/handle/11250/2438759>
- Walseth, K. & Tidslevold, T. (2020). Young women's constructions of valued bodies: Healthy, athletic, beautiful and dieting bodies. *International review for the sociology of sport*, 55 (6), 703-725. <https://doi.org/10.1177/1012690218822997>

Aanesen, K. H. (2020, 22. mars). Skaper sosiale medier press og stress? *Nasjonal digital læringsarena*. <https://ndla.no/nb/subject:4eb79eed-3527-42e8-86d8-f487aa15a0d5/topic:537598a2-4857-40e0-b0bc-9a937e954374/topic:3fbaf99e-62e9-4443-bc8f-b97bfc235dbf/resource:18c265f7-7a5a-484d-b8ed-a207382d78cd?filters=urn:filter:058bdbdb-aa5a-4a29-88fb-45e664999417>

## Vedlegg 1 - Intervjuguide

### **Innledning:**

Informasjon om intervjuet:

- Lydopptaker (Anonymiseringen av personopplysninger - fiktive navn, sletting av data ved prosjektslutt, konfidensiell behandling av data).
  - Forskerens og informantens taushetsplikt, med henholdt til elever i eksempler.
  - Prosjektet er innmeldt til NSD og blitt godkjent.
  - Frivillig deltakelse, mulighet for å trekke seg når som helst.
- 

### **Om informanten:**

- Alder
- Hvor lenge har du jobbet som lærer?
- Hvilket klassetrinn har du i kroppsøving nå?
- Hvor mange studiepoeng har du i kroppsøving?
- Hvilket år endte du utdanningen din?

### **Kroppsidentitet: og hvordan du jobber med kropp i undervisningen**

- Hva legger du i ordet kroppsidentitet?
- Hvordan tror du elevene reflekterer rundt hvordan de opplever sin egen kropp?
- Har du snakket med elevene om deres kroppsidentitet? Eventuelt hvordan?
- Erfarer du at elevene eksponerer kroppen mye i kroppsøvingsfaget, og hvordan kommer eventuelt dette til uttrykk?
- Hvordan ønsker du å fremstille kropp i kroppsøvingsfaget gjennom din undervisning?
  - o Hvilke vurderingsformer er det du bruker i kroppsøvingsfaget?
  - o Hva slags læringsklima ønsker du å fremme? Hvordan legger du til rette for denne typen læringsklima? (Prestasjonsorientert eller mestringsorientert)
  - o Hvordan er garderobesituasjonen hos dere? Hvordan jobber dere med det?
    - dusjproblematikk?
  - o Har dere noe klesproblematikk i klassen?
- Hvordan arbeider du med å fremme kjerneelementet «kroppslig læring» i undervisningen, og hvordan kommer dette til uttrykk?
- Elevene er i pubertetsfasen og er i en sårbarperiode. Hvilke tanker gjør du deg i forhold til at elevene skal utvikle en positiv kroppsidentitet mtp på dette?

Oftest innenfor faget fremstilles to ulike kroppstilnærminger:

**Objektive kroppstilnærminger:** man forholder seg til elevenes kropper i forhold til prestasjon, tekniske ferdigheter, forbrenning, vekt, utseende osv.

**Subjektiv kroppstilnærming:** lar elevene få gi uttrykk for hvordan elevene tenker, opplever og føler omkring sin kropp.

- Hvordan forholder du deg til disse to perspektivene i kroppsøvingsundervisningen? Og hvordan kommer de til uttrykk?

### **Kroppspress:**

- Tror du det er et kroppspress blant elevene dine? Hvordan kommer eventuelt dette til uttrykk blant elevene dine i kroppsøvingsfaget?
- Hvordan arbeider du pedagogisk med å imøtekomme et antatt kroppspress i kroppsøvingsundervisningen?
  - o Har du presenter kroppspress som tema i kroppsøvingsfaget?
  - o Har du hatt samtaler om kroppspress i kroppsøvingsfaget?
  - o Har du hatt faglig innhold om kroppspress i kroppsøvingsfaget?
- Hvordan responderer elevene når du tar opp tema kroppspress?
- Noen mener at kroppsøvingsfaget kan øke et antatt kroppspress hos elevene:
  - o Er du enig i dette?
  - o Hva tenker du om egen undervisning på dette området?
  - o Hvordan arbeider du pedagogisk for å motvirke at det skal skje?
- Hvordan jobber du med kjønnsstatistikken i faget, som også påvirker kroppspress? Svømming?

### **Sosiale medier:**

- Hvilke sosiale medier mener du elevene bruker og mener du at slike medier utsetter elevene for kroppsideal og kroppspress?
- Tror du ungdom føler visse «regler» for hvordan de skal fremstille seg i sosiale medier?
- Hvilke kroppsidealer er elevene opptatt av? Forskjell på jenter og gutter?
- Sosiale medier kan også til tider fremstille et mer nyansert og realistisk kroppsbilder/kroppsidealer, hva tenker du om det?

- Hvem tror du elevene sammenligner seg med på sosiale medier? Venner, kjendiser?
- Hvordan arbeider du pedagogisk med sosiale mediers påvirkning hos elevene i undervisningen? Samtaler, pedagogisk opplegg?
- Diskuterer du kroppsidealer i sosiale medier med elevene? Er dette et tema som skolen tar opp på et mer overordnet plan, prosjekter etc.

### **Kroppsøvingsfaget:**

- Er det noen utfordringer ved å snakke om temaene som kroppsidentitet og kroppspress fra sosiale medier? Eventuelt hvilke?
- Hva syntes du om at det har kommet et nytt kompetansemål i kroppsøvingsfaget om at elevene skal kunne reflektere over hvordan ulike fremstillinger av kropp i media påvirker bevegelsesaktivitet, kroppsidentitet og selvbilde?
- Tror du det kommer til å bli et mer fokus på kroppsidentitet og kroppspress fra media med det nye kompetansemålet?
- Tror du det er forskjell på hvordan nyutdannede lærere, og hvordan lærere med lengre erfaring kommer til å ta fatt i kompetansemålet? Ja eller nei, hvorfor er det sånn?
- Tenker du mannlige og kvinnelige kroppsøvingslærere vil arbeide ulikt rundt det med kroppsproblematikken i faget?

---

### **Avslutningsvis:**

Har du noen kommentarer eller tanker du ønsker å tilføye?

Informere om videre behandling av data.

Informere om muligheten for å trekke seg uten konsekvenser når som helst.

## Vedlegg 2 - Godkjenning fra NSD

10.5.2021

Meldeskjema for behandling av personopplysninger



### **NSD sin vurdering**

#### **Prosjekttittel**

Kroppsøvlingslæreres tanker og arbeid rundt sosiale mediers påvirkning til et antatt kroppspress og kroppsideitet hos elevene.

#### **Referansenummer**

459847

#### **Registrert**

07.10.2020 av Mette Eskeland - 150478@stud.hvl.no

#### **Behandlingsansvarlig institusjon**

Høgskulen på Vestlandet / Fakultet for lærerutdanning, kultur og idrett / Institutt for idrett, kosthold og naturfag

#### **Prosjektansvarlig (vitenskapelig ansatt/veileder eller stipendiat)**

Ove Ronny Olsen Sæle, ove.ronny.olsen.sele@hvl.no, tlf: 48106064

#### **Type prosjekt**

Studentprosjekt, masterstudium

#### **Kontaktinformasjon, student**

Mette Eskeland, 150478@stud.hvl.no, tlf: 91839953

#### **Prosjektperiode**

26.10.2020 - 30.06.2021

#### **Status**

29.10.2020 - Vurdert

#### **Vurdering (1)**

---

##### **29.10.2020 - Vurdert**

Det er vår vurdering at behandlingen av personopplysninger i prosjektet vil være i samsvar med personvernlovgivningen så fremt den gjennomføres i tråd med det som er dokumentert i meldeskjemaet med vedlegg den 29.10.2020, samt i meldingsdialogen mellom innmelder og NSD. Behandlingen kan starte.

##### **DEL PROSJEKTET MED PROSJEKTANSVARLIG**

Det er obligatorisk for studenter å dele meldeskjemaet med prosjektansvarlig (veileder). Det gjøres ved å trykke på "Del prosjekt" i meldeskjemaet.

**MELD VESENTLIGE ENDRINGER**

Dersom det skjer vesentlige endringer i behandlingen av personopplysninger, kan det være nødvendig å melde dette til NSD ved å oppdatere meldeskjemaet. Før du melder inn en endring, oppfordrer vi deg til å lese om hvilke type endringer det er nødvendig å melde:

[https://nsd.no/personvernombud/meld\\_prosjekt/meld\\_endringer.html](https://nsd.no/personvernombud/meld_prosjekt/meld_endringer.html)

Du må vente på svar fra NSD før endringen gjennomføres.

**TYPE OPPLYSNINGER OG VARIGHET**

Prosjektet vil behandle alminnelige kategorier av personopplysninger frem til 30.06.2021.

**LÆRER SIN TAUSHETSPLIKT**

Vi vil understreke at lærere har taushetsplikt, og det er viktig at intervjuene gjennomføres slik at det ikke samles inn opplysninger som kan identifisere enkeltelever eller avsløre taushetsbelagt informasjon. Vi anbefaler at du er spesielt oppmerksom på at ikke bare navn, men også identifiserende bakgrunnsopplysninger må utelates, som for eksempel alder, kjønn, navn på skole, diagnoser og eventuelle spesielle hendelser. Vi forutsetter også at dere er forsiktig ved å bruke eksempler under intervjuene. Du og læreren har et felles ansvar for at det ikke kommer frem taushetsbelagte opplysninger under intervjuet. Vi anbefaler at du minner læreren om taushetsplikten før intervjuet startet.

**LOVLIG GRUNNLAG**

Prosjektet vil innhente samtykke fra de registrerte til behandlingen av personopplysninger. Vår vurdering er at prosjektet legger opp til et samtykke i samsvar med kravene i art. 4 og 7, ved at det er en frivillig, spesifikk, informert og utvetydig bekreftelse som kan dokumenteres, og som den registrerte kan trekke tilbake. Lovlig grunnlag for behandlingen vil dermed være den registrertes samtykke, jf. personvernforordningen art. 6 nr. 1 bokstav a.

**PERSONVERNPRINSIPPER**

NSD vurderer at den planlagte behandlingen av personopplysninger vil følge prinsippene i personvernforordningen om:

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

**DE REGISTRERTES RETTIGHETER**

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

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

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

**FØLG DIN INSTITUSJONS RETNINGSLINJER**

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

Zoom er databehandler i prosjektet. NSD legger til grunn at behandlingen oppfyller kravene til bruk av databehandler, jf. art 28 og 29.



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

**OPPFØLGING AV PROSJEKTET**

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

Lykke til med prosjektet!

Tlf. Personverntjenester: 55 58 21 17 (tast 1)

## Vil du delta i forskningsprosjektet

### ” Kroppsøvlingslæreres tanker og arbeid rundt sosiale mediers påvirkning til et antatt kroppspress og kroppsideitet hos elevene ”?

Dette er et spørsmål til deg om å delta i et forskningsprosjekt hvor formålet er å få innsikt i hvordan kroppsovlingslærere arbeider og reflekterer rundt tematikken når det gjelder sosiale medier. Jeg ønsker å ha fokus på sosiale mediers påvirkning på elevens kroppsideitet og et antatt kroppspress. I dette skrivet gir vi deg informasjon om målene for prosjektet og hva deltakelse vil innebære for deg.

#### Formål

I min masteroppgave ønsker jeg å få innsikt i hvordan kroppsovlingslærere på 8. trinn reflekterer og arbeider med tematikken rundt sosiale mediers påvirkning på elevenes kroppsideitet og et antatt kroppspress blant ungdom. Det vil være interessant å gå i dybden hos kroppsovlingslærere som jobber med elever som går første året på ungdomsskolen. Elevene går fra barneskolen til ungdomsskolen og det er store endringer som skjer både i kroppen og i omgivelsene. Fra tidligere studier viser det seg at det er et antatt kroppspress blant ungdom og bruken av sosiale medier har økt med årene. Derfor ønsker jeg å få et innblikk i hvordan kroppsovlingslærere på 8.trinn jobber med tematikken i faget.

Min problemstilling er som følger:

«Hvordan reflekterer et utvalg kroppsovlingslærere omkring elevens kroppsideitet og et antatt kroppspress fra sosiale medier, og hvordan arbeider de pedagogisk med denne tematikken?».

#### Hvem er ansvarlig for forskningsprosjektet?

Høgskulen på Vestlandet er ansvarlig for prosjektet.

#### Hvorfor får du spørsmål om å delta?

Ut fra formålet til prosjektet vil jeg ha noen utvalgskriterier for studien. Jeg ønsker å komme i kontakt med kroppsovlingslærer som jobber aktivt på 8. trinn med kroppsoving. Jeg ønsker å intervju både menn og kvinner, for å se om det er forskjellig fokus på problematikken.

Hva innebærer det for deg å delta?

Hvis du velger å delta i prosjektet, innebærer det at det blir gjort et intervju på ca. 45-60 minutter. Om det lar seg gjøre ønsker jeg å få til et ansikt til ansikt intervju, dersom dette blir vanskelig grunnet covid-19 eller andre hindringer kan intervjuet skje elektronisk, for eksempel gjennom zoom. Intervjuet inneholder spørsmål om kroppsideitet, kroppspress, sosiale medier og det nye kompetansemålet som omhandler tematikken. Jeg tar lydopptak og notater fra intervjuet som vil bli oppbevart utilgjengelig for andre og slettet etter studien er ferdig.

### **Det er frivillig å delta**

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

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

Vi vil bare bruke opplysningene om deg til formålene vi har fortalt om i dette skrivet. Vi behandler opplysningene konfidensielt og i samsvar med personvernregelverket. Det vil være meg og mine to veiledere som har tilgang på opplysningene du gir i intervjuet. For å sikre personopplysninger vil navnet ditt bli erstattet med fiktive navn i oppgaven. Du som deltaker vil derfor ikke kunne bli gjenkjent i publikasjonen. Datamaterialet jeg får gjennom intervjuet vil bli oppbevart utilgjengelig for andre på en minnepenn som blir låst inne i et skap på Høgskulen på Vestlandet.

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

Opplysningene anonymiseres når prosjektet avsluttes/oppgaven er godkjent, noe som etter planen er juni 2021. Transkribering av intervju og opptak av intervjuene vil bli slettet fra minnepenn innen prosjektslutt.

### **Dine rettigheter**

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

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

### **Hva gir oss rett til å behandle personopplysninger om deg?**

Vi behandler opplysninger om deg basert på ditt samtykke.

På oppdrag fra Høgskulen på Vestlandet – institutt for idrett, kosthald og naturfag har NSD – Norsk senter for forskningsdata AS vurdert at behandlingen av personopplysninger i dette prosjektet er i samsvar med personvernregelverket.

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

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

Veileder:

Ove Ronny Olsen Sæle, dosent i idrett ved Høgskolen på Vestlandet.

E-post: [ove.ronny.olsen.sele@hvl.no](mailto:ove.ronny.olsen.sele@hvl.no)

Telefon: 48106064

Veileder:

Åse Nylenna Akslen, førstelektor ved Høgskulen på Vestlandet.

E-post: [ase.nylenna.akslen@hvl.no](mailto:ase.nylenna.akslen@hvl.no)

Telefon: 55585861

Masterstudent:

Mette Eskeland, student ved Høgskulen på Vestlandet.

E-post: [150478@stud.hvl.no](mailto:150478@stud.hvl.no)

Telefon: 91839953

Vårt personvernombud:

Trine Anikken Larsen, personvernombud ved Høgskulen på Vestlandet.

E-post: [Trine.Anikken.Larsen@hvl.no](mailto:Trine.Anikken.Larsen@hvl.no)

Telefon: 55587682

Hvis du har spørsmål knyttet til NSD sin vurdering av prosjektet, kan du ta kontakt med:

- NSD – Norsk senter for forskningsdata AS på epost ([personverntjenester@nsd.no](mailto:personverntjenester@nsd.no)) eller på telefon: 55 58 21 17.

Med vennlig hilsen

Mette Eskeland

(Forsker)

---

## Samtykkeerklæring

Jeg har mottatt og forstått informasjon om prosjektet *Kroppsøvlingslæreres tanker og arbeid rundt sosiale mediers påvirkning til et antatt kroppspress og kroppsideitet hos elevene*, og har fått anledning til å stille spørsmål. Jeg samtykker til:

- å delta i intervju

Jeg samtykker til at mine opplysninger behandles frem til prosjektet er avsluttet

---

(Signert av prosjektdeltaker, dato)