



Høgskulen på Vestlandet

Vitenskapsteori og forskningsmetode. Bacheloroppgave

KRO350-BAC-2023-VÅR-FLOWassign

Predefinert informasjon

Startdato:	11-05-2023 00:00 CEST	Termin:	2023 VÅR
Sluttdato:	25-05-2023 14:00 CEST	Vurderingsform:	Norsk 6-trinns skala (A-F)
Eksamensform:	Bacheloroppgave		
Flowkode:	203 KRO350 1 BAC 2023 VÅR		
Intern sensor:	(Anonymisert)		

Deltaker

Kandidatnr.:	220
---------------------	-----

Informasjon fra deltaker

Antall ord *:	12143
----------------------	-------

Egenerklæring *: Ja

Jeg bekrefter at jeg har Ja registrert oppgavetittelen på norsk og engelsk i StudentWeb og vet at denne vil stå på vitnemålet mitt *:

Jeg godkjenner autalen om publisering av bacheloroppgaven min *

Ja

Er bacheloroppgaven skrevet som del av et større forskningsprosjekt ved HVL? *

Nei

Er bacheloroppgaven skrevet ved bedrift/virksomhet i næringsliv eller offentlig sektor? *

Nei



BACHELOROPPGAVE

Opplever gutter på idrettslinjen kroppspress? En kvalitativ studie av et utvalg gutters erfaringer på Vg1 om kropp og kroppspress.

Do male high school students in the sports education program experience body image pressure? A qualitative study examining body and body image pressure among a sample of first-year students.

Kandidatnummer

220 og 213

Fakultet for lærerutdanning, kultur og idrett

Institutt for idrett, kosthald og naturfag

Veileder Silje Blindheim

Innleveringsdato: 25.05.2023

Antall ord: 12 143

Vi 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 glede og stolthet vi presenterer denne bacheloroppgaven som markerer slutten på vårt treårige studieløp ved Høgskulen på Vestlandet, Faglærer i kroppsøving og idrettsfag. Disse årene har flydd forbi, men vært svært innholdsrike. Til tross for at deler av tiden har vært preget av COVID-19, har vi skapt minner og vennskap for livet.

Denne oppgaven er et resultat av flere måneders hardt arbeid og vi vil uttrykke vår takknemlighet til alle som har hjulpet oss på veien. Vi vil rette en stor takk til vår veileder Silje Blindheim for god hjelp og støtte underveis. Dine kloke råd og konstruktive tilbakemeldinger er mye av grunnen til at vi har kunnet levere en oppgave vi er svært fornøyd med. Takk for at du har tatt deg tid til å veilede oss i en ellers travel jobb- og studiehverdag.

Takk til de utvalgte skolene som tok imot vårt prosjekt med åpne armer, og tusen takk til de seks guttene som frivillig bidro. Deres deling av erfaringer og tanker har vært med på å belyse et svært aktuelt og viktig tema, og uten deres deltagelse hadde det ikke vært mulig å skrive denne oppgaven.

Til slutt vil vi også takke familie, venner og medstudenter for deres støtte og oppmuntring. Deres heiarop gjennom perioden har gitt oss ny giv og motivasjon på tunge dager. Vi ser tilbake på et lærerikt semester preget av et godt og verdifullt samarbeid og vennskap oss imellom.

Denne oppgaven har gitt oss muligheten til å dypdykke i et tema vi finner interessant, og ikke minst relevant og viktig for oss som fremtidige lærere på idrettsfag. Det har vært en omfattende og utfordrende reise som har gitt oss mer kunnskap og forståelse rundt tematikken. Vi tror og håper at vår oppgave er et godt bidrag som kan inspirere andre til å forske på denne problematikken.

Abstract

Purpose: There is a lack of research concerning boys and body image pressure, particularly within the sports education program. The aim of this thesis was to examine experience with body image pressure among male high school students aged 15 to 16. The purpose was to gain an understanding of students' thoughts and experiences, and to see this in relation to body image and related pressures.

Method: A qualitative method was used to interview six voluntary male students, gathered from two high schools in Western Norway. Semi structured in-depth interviews were executed individually and face-to-face. This interview format is well suited for establishing trust and a safe environment, which is important as the topic is sensitive. The theoretical foundation is established through terms, definitions and concepts of relevance.

Result: The results of this research showcase that the students experience body image pressure. They perceive the topic as taboo and avoid admitting to experiencing self-perceived body image pressure. This indicates that the topic is stigmatized. Furthermore, it emerges that male youths idealize and pursue a body ideal described as fit, tall and muscular. It emerged that a pressure to perform is emphasized, rather than conforming to a specific physical appearance. The students highlight the fact that performance pressure is perceived as negative, yet they acknowledge that it can be considered a healthy form of body image pressure. They draw attention to the importance of being perceived as tough, macho and confident, as showing vulnerability is viewed as a weakness.

Keywords: Body, body image pressure, physical education, performance pressure.

Innholdsfortegnelse

1. Innledning	1
1.1. Introduksjon.....	1
1.2 Bakgrunn for valg av tema	2
1.3 Hypotese og problemstilling	2
1.3.1 Problemstilling	3
1.4 Oppgavens oppsett.....	3
2. Teori	3
2.1 Kropp	3
2.2 Idrett, skole og kropp.....	4
2.3 Kroppsideal og kroppspress	5
3. Metode	7
3.1 Valg av metode	7
3.2 Rekruttering og utvalg	7
3.3 Datainnsamling	8
3.3.1 Intervju og intervjuguide	8
3.3.2 Semistrukturert dybdeintervju	8
3.3.3 Pilotintervjuer	9
3.4 Analyse.....	10
3.5 Refleksivitet	12
3.5.1 Reliabilitet.....	13
3.5.2 Validitet.....	13
3.6 Etikk	14
3.6.1 Personvern og konfidensialitet	15
3.6.2 Henvisning	15
3.6.3 Informert samtykke	15
4.0 Funn	16
4.1 «Det er kleint å snakke om kropp»	16

4.2 Idealkroppen.....	17
4.3 Det handler mer om prestasjon enn kropp	19
4.4 Idretts gutter er «macho gutter».....	19
5.0 Diskusjon	21
5.1 Introduksjon.....	21
5.2 Å snakke om kroppspress er flaut.....	22
5.3 Idealkroppen.....	23
5.4 Er prestasjonspress et sunt kroppspress?.....	24
5.5 Guttemiljøet på idrettslinjen	26
6.0 Konklusjon	27
6.1 Konklusjon	27
6.2 Videre forskning.....	28
Litteraturliste.....	29
Vedlegg.....	35
Vedlegg 1	35
Vedlegg 2	37
Vedlegg 3	38
Vedlegg 4	40
Vedlegg 5	41

1. Innledning

1.1. Introduksjon

Alle mennesker søker oppmerksomhet og anerkjennelse, også når det gjelder egen kropp (Sæle, 2021). Siden slutten av nittitallet har oppmerksomheten mot unge gutter og kroppspress økt (Ricciardelli, 2012), og Ungdata-rapporten fra 2022 viser at 71 av 100 elever kjenner på ulike nivåer av press for å se bra ut og ha en fin kropp (Ungdata, 2022, s.36). Videre viser rapporten at 14 % av guttene i første klasse på den videregående skolen opplever mye press på minst to av følgende områder; press om å gjøre det bra på skolen i form av gode karakterer, press om å se bra ut eller å ha en fin kropp, press om å prestere godt i idrett eller press om å ha mange følgere og likes på instagram (Ungdata, 2022, s.36). Disse undersøkelsene forteller oss at det fremdeles eksisterer kroppspress i skolen i dag og at et økende antall elever opplever press knyttet til temaet. Engelsrud (2006) presiserer at kropps fokuset vi har i dagens samfunn alltid har vært til stede, men kommet til uttrykk på forskjellige måter. Hun mener at fremstillingen av kroppens skjønnhet og form, og dens store tiltrekningskraft, har gått fra å bli presentert gjennom malerier fra kunstnere som Michelangelo og Leonardo da Vinci, til fotografier av dagens supermodeller (Engelsrud, 2006).

Unge gutter har varierende bekymringer for hvordan kroppen skal se ut og trer i kraft flere måter å endre kroppen sin på (Ricciardelli, 2012). Det etterlyses ytterligere forskning på gutters opplevelser og erfaringer rundt kroppspress, der eksempelvis idrettslige faktorer og dens rolle blir trukket fram (McCabe & Ricciardelli, 2011). Skolen skal være et trygt sted å være og er derfor en viktig arena for å forebygge kroppspresset blant barn og unge (Goldschmidt-Gjerløw & Eriksen, 2022). Likevel ser vi et økende kroppsfokus i skolen, blant annet gjennom dusjproblematikk og et stort fokus på kroppsidealiser (Sæle, 2017). Vi ønsker å tilegne oss mer kunnskap rundt tematikken og forske på kroppspress blant unge gutter som går på idrettslinjen. Her har elevene både teoretiske og praktiske idrettsfag som muligens kan ha en påvirkning på deres opplevelse av eget selvbilde og kroppspress. Det kan også nevnes at dagens barn og unge vokser opp i et prestasjonsrettet samfunn, der det stilles høye krav om å prestere og gjøre det bra både i og utenfor skolen. Litteraturen presiserer videre at unge er utsatt for et mye større krav og press enn tidligere (Madsen, 2018). Vi stiller oss nysgjerrige til opplevelsen av det å måtte prestere kroppslig i undervisningen, i tillegg til å oppholde seg mer i garderoben sammenlignet med elever på andre studieretninger. Vi er interessert i å undersøke hvordan noen tilfeldig utvalgte gutter ved idrettslinjer opplever å erfare dette.

1.2 Bakgrunn for valg av tema

Kroppspress er et tema som blir mer aktuelt for hver dag som går og belyses stadig i mediebildet (Gjellan et al. 2015, Westrum-Rein 2019, Skavern 2022). Det eksisterer mye forskning på jenter og deres opplevelser med kroppspress (Sæle 2021, Øgård-Repål et al. 2017, Gondoli et al. 2011) og mindre informasjon om gutters erfaringer og deres synspunkter (Sæle et al. 2021, McCabe & Ricciardelli 2004). Denne litteraturen viser at jenter opplever et sterkt utseendefokus, og et press om å ha en bestemt type kropp, altså en perfekt kropp. Sosiale medier viser seg å ha en sterk innflytelse på kroppspresset, da det fremstiller kvinner med attraktive kropper (Rysst & Roos, 2014). Forskning viser også at jentenes syn på egen kropp er tett knyttet til selvbilde (Bakken et al., 2018). Gutter er underrepresentert i forskning når det gjelder forebygging av bekymringer rundt kropp (McCabe og Ricciardelli, 2011), og her er det behov for ytterligere forskning. Da vi har egne erfaringer og synspunkter fra unge jenters perspektiv, blir denne vinklingen desto mer interessant og lærerik for oss. Det er fire år siden vår avgang fra videregående skole og idrettslinje, der vi selv opplevde en form for kroppspress. Mye aktivitet, tid i jentegarderoben og teorilæring om kropp er eksempler på situasjoner hvor et kroppsfokus ble synliggjort for oss. Som fremtidige lærere i skolen vil kroppspress blant elevene være aktuelt i vår arbeidsdag. Det vil dermed være svært relevant for vår del å opparbeide oss mer kunnskap om disse fenomenene i lys av gutters egne erfaringer og synspunkter.

For å få en forståelse av konseptet kroppspress, har vi valgt å se nærmere på litteratur om kropp, kroppsideal og selvbilde, da dette er begreper som har sterk tilknytning til temaet. Goldschmidt-Gjerløw & Eriksen (2022) viser gjennom sin studie at dagens unge mener at fokus på kroppsidealer bidrar til kroppspress og kan påvirke selvbildet negativt. I vår forskning vil vi undersøke hvilken bevissthet som eksisterer rundt kroppens utseende i kulturen blant gutter på idrettslinjen, og vi ønsker å finne ut om, og eventuelt hvordan guttene opplever kroppspress.

1.3 Hypotese og problemstilling

Vår antagelse er basert på tidligere studier og litteratur, samt egne erfaringer og opplevelser. Ifølge forskningen er kroppspress blant unge fremdeles problematisk (Ungdata, 2022, NOVA-rapporten 2017, Eriksen & Bakken 2018, Goldschmidt-Gjerløw & Eriksen, 2022). Vi antar derfor at våre informanter kjenner på et kroppspress. Vi tror at hver informant vil gi ulike svar på spørsmålene og at det vil komme fram ulike meninger og erfaringer rundt temaet. Når det gjelder hvordan det kan oppleves, stiller vi oss mer nysgjerrig, og tror at det vil komme frem positive, men mest negative opplevelser med kroppspress. Vi ønsker at informantene vil dele sine erfaringer og opplevelser, til

tross for at dette kan oppleves som et sensitivt tema. Vår forskning, særlig diskusjonsdelen, avhenger av at guttene har mot til å vise seg sårbare og være ærlige i intervjusituasjonen.

1.3.1 Problemstilling

Vi har utarbeidet følgende problemstilling: «Opplever gutter på idrettslinjen kroppspress? En kvalitativ studie av et utvalg gutters erfaringer på vg1 om kropp og kroppspress».

1.4 Oppgavens oppsett

Denne oppgaven består av seks kapitler: innledning, teori, metode, funn, diskusjon og konklusjon. I teoridelen fokuserer vi på begreper og definisjoner knyttet til tematikken. Metodedelen belyser valg av metode og gjennomføring av forskningen, samt refleksivitet og etikk. I neste kapittel presenterer vi hovedfunn og fremhever utsagn. Disse diskuteres i lys av problemstillingen i kapittel fem. Avslutningsvis følger en konklusjon hvor problemstillingen besvares.

2. Teori

I dette kapitlet vil de forskjellige temaene belyses ved henvisning til tidligere forskning, faglitteratur og begrepsavklaringer. I utvelgelsen av teori så vi på begreper som knyttes til tematikken, og hva vi tror informantene vil ha et forhold til og en forståelse for. I delkapittelet «Idrett, skole og kropp» vil vi redegjøre for hva vi vet om sammenhengen mellom disse og legge et bredere grunnlag for videre diskusjon.

2.1 Kropp

Oppmerksomheten rundt kropp har de siste tiårene vært økende (Moen & Rugseth, 2018) og kropp er den vestlige verdens store oppussingsprosjekt (Engelsrud, 2006). Forskning viser at den mest kritiske perioden i utvikling av kroppsmisnøye er i barndom og tidlig ungdomstid (Eriksen & Walseth, 2021). Kroppen defineres som «en kilde til lyst, begjær, erkjennelse og erfaring», men også til å føle seg ukomfortabel, flau og skamfull (Dahle, 1999). Dagens befolkning bruker kroppens form og utseende som en sosial markør for lykke, status og makt (Engelsrud, 2006). Dahle (1999) mener at ut

ifra hvordan vi bruker kroppen vår, lærer vi oss selv og andre å kjenne gjennom holdninger, talemåte og kroppslige ytringer. På denne måten danner vi vår egen identitet. Han presiserer videre at noen ønsker å vise kroppen frem, mens andre ønsker å skjule den (Dahle, 1999). Av den grunn kan dette oppfattes som et sensitivt tema og dermed være vanskelig å snakke om (Goldschmidt-Gjerløw & Eriksen, 2022).

Det skiller hovedsakelig mellom to teoretiske perspektiver på kropp; kroppen som objekt (noe man *har*) og kroppen som subjekt (noe man *er*) (Moen & Rugseth, 2018). Frem til i dag har det objektive, dualistiske synet vært sentralt; at kropp og sjel er adskilt (Loland, 2000). René Descartes, grunnlegger av forståelsen, sammenlignet kroppen med en maskin (Moen & Rugseth, 2018), og kroppen sees da på som et redskap som skal brukes til livets gjøremål (Loland 2000, Dahle 1999). Filosofen Merleau-Ponty kritiserte dette perspektivet og mente at kroppen ikke bare er noe vi har, men noe vi er (Nome, 2012). Å se på kroppen som et subjekt innebærer å betrakte ens egen personlige opplevelse av kroppen; hvordan vi selv opplever og erfarer den (Sæle, 2017). Dette perspektivet på kropp kommer frem i dagens læreplan for kroppsøving gjennom kjerneområdet kroppslig læring (Sæle, 2021).

2.2 Idrett, skole og kropp

I denne oppgaven ønsker vi å belyse tematikken omkring kropp og kroppspress innenfor en idrettsfaglig kontekst. Ved å se på både praktiske og teoretiske programfag ved idrettslinjen vil vi komme inn på aspekter som garderobekultur (skifting og dusjing), læring gjennom kroppen i aktivitet (kroppslig læring) og læring om kroppen i teoretiske fag (treningslære og idrett og samfunn).

Elever opplever et stort prestasjonspress i ungdomsskolen og videregående skole (Skaalvik & Federici, 2015). Forskning viser at det er en moderat til betydelig sammenheng mellom opplevd skolepress, idrettspress og kroppspress blant ungdom (Bakken et al, 2018). På idrettslinjen er aktivitetslære, friluftsliv, treningsledelse, topp- og breddeidrett eksempler på aktivitetsfag elevene tilbys og deltar i flere ganger i uken. Aktivitetsfagene medfører at elevene bruker mye tid i garderoben. Garderobekultur vil imidlertid være forskjellig fra skole til skole og klasse til klasse. Et studie av Moen et al. (2017) viser at det å være i garderoben; skifte, dusje og vise seg naken, kan oppleves ubehagelig. Færre våger å vise seg naken i felles garderobe, grunnet for eksempel redsel for «negative» blikk og kommentarer. Videre poengteres det at 14,9% er enige i påstanden «Jeg liker ikke å være naken sammen med andre» (Sæle, 2021). Sæle (2021) beskriver også garderoben som

«en viktig lærings- og dannelsesarena for utvikling av en naturlig, sunn og positiv kroppsholdning». Det begrunnes med at skifting og dusjing i garderoben gir dem mulighet til å erfare hverandres nakenhet. Dette er viktig, ettersom dagens unge blir eksponert for idealiserte og seksualiserte kropp gjennom media og innhold på pornografiske nettsider. I garderoben, derimot, blir de introdusert for naturlighet og forskjellighet (Sæle, 2021).

I aktivitetsfag, i likhet med kroppsøvningsfaget, er elevene fysisk aktive og lærer gjennom kroppen (Utdanningsdirektoratet 2020, Kunnskapsdepartementet 2019). I den nye læreplanen for kroppsøving, fagfornyelsen LK20, kommer det fram at faget skal bidra til læring, sansing, opplevelse og skaping med kroppen, og på denne måten er det subjektive synet på kropp fremtredende (Sæle, 2021, Kunnskapsdepartementet 2019). På idrettslinjen tilbys ikke kroppsøvningsfaget, men aktivitetslærefaget kan sees på som et alternativ, da det har mange likhetstrekk (Sæle, 2017). Begge fagene er obligatoriske arenaer hvor barn og unge kommer tett på hverandre og deltar i kroppslige aktiviteter sammen (Sæle, 2021). Her lærer elevene å forholde seg til kroppens begrensninger og muligheter, og begge fagene mål om å utvikle elevenes fysiske ferdigheter og kunnskap om helse og trening. Det er likevel en kontrast ved fagenes relevans og innhold, da kroppsøvningsfaget skal bidra til at elevene lærer, sanser, opplever og skaper med kroppen (Kunnskapsdepartementet, 2019), mens aktivitetslære handler om fysisk utfoldelse og utvikling av motoriske og idrettslige ferdigheter (Utdanningsdirektoratet, 2020). I tillegg har elevene teoretiske idrettsfag med fokus på trening, kropp, helse og ernæring. Treningslære skal gi elevene en forståelse for kroppens oppbygning og funksjon, og kunnskap om helse og livsstil (Utdanningsdirektoratet, 2020). Innenfor idrett og samfunn er det kompetansemål som sier at elevene skal kunne «diskutere betydningen av fysisk aktivitet for egen helse og identitet og for samfunnet», og «diskutere problemstillinger rundt kjønnsroller og kroppssyn i idretten» (Utdanningsdirektoratet, 2020). Et kompetansemål fra aktivitetslære er å «bruke ferdigheter og gjennomføre målrettet trening i et variert utvalg av idretter ut fra ulike miljøkategorier» (Utdanningsdirektoratet, 2020), og ut fra dette får elevene karakterer.

2.3 Kroppsideal og kroppspress

Øksnes et al. (2018) definerer kroppsideal som en kropp med høy sosial verdi. *Ideal* stammer fra de greske ordene idé og idéa, som kan bety forbilde og utseende (Caprona, 2013). Hvordan et kroppsideal ser ut varierer med tid og kultur (Dworkin & Wachs, 2009), og kroppsidealet i samfunnet har påvirkning på hva vi anser som “normalt” og hvordan vi «burde» se ut (Øksnes et al., 2018). Dersom man ikke har den ideelle kroppen kan man oppleve stigmatisering og føle at man ikke passer

inn i samfunnet (Ueland, 2019). I den vestlige verden beskrives nåtidens typiske mannlige kroppsideal som høy, atletisk, muskuløs og velproporsjonert med brede skuldre. Unge gutter skildrer idealet ved bruk av ord som godt trent, markerte muskler og lite kroppsfett (Øksnes et al., 2018). Dette støttes av McCreary og Sasse (2000), som hevder at den ideelle mannskroppen legger vekt på muskelmasse, da dette er attraktivt. Ricciardelli og McCabe (2011) bruker begrepet «lean muscularity»; de hevder at det eksisterer en normativ opptatthet av å bli sterkere og mer muskuløs. Overarmer, skuldre og brystkasse (Ricciardelli, 2012), samt markert kjeveparti og hvite tenner fremheves også (Goldschmidt-Gjerløv & Eriksen, 2022). Forskning viser at gutter og menn tror at kvinner ser etter denne kroppstypen i deres ideelle mann (McCreary & Sasse 2000). Begrepet kroppsideal kommer frem i læreplanen i forbindelse med idrett og samfunn og folkehelse og livsmestring: «faget kan bidra til at elevene ser verdien av et samfunn der vi har kroppsidealer med rom for menneskelig mangfold» (Utdanningsdirektoratet, 2019). Uttalelser fra ungdommer viser at fokus på et snevert kroppsideal kan bidra til økt kroppspress (Goldschmidt-Gjerløv & Eriksen, 2022). Det eksisterer ulike oppfatninger og definisjoner av begrepet kroppspress. Eriksen & Walseth (2021) definerer kroppspress som «en konsekvens av en kulturs sterke bevissthet om kroppens utseende og dens idealisering av visse typer kropper». Psykologspesialist Vrabel (2021) forklarer kroppspress som opplevelsen av at kroppen skal se ut på helt bestemte måter. Dersom man ikke møter disse normene, kan det skapes negative følelser og tanker om at man er unormal og ikke ser bra nok ut (Vrabel, 2021). Kroppspress kan være vanskelig å snakke om, da det er et emosjonelt tema som ofte er knyttet til spiseforstyrrelser, angst og andre negative tanker og følelser (Goldschmidt-Gjerløv & Eriksen, 2022). Bakken et al. (2018) presiserer at det er større aksept for å uttrykke følelser blant jenter enn gutter. Ifølge NOVA-forsker Ingunn Marie Eriksen, snakker ikke gutter om kroppspress, men om treningsregimer, slanking og hvordan bli den beste versjonen av seg selv. Dersom guttene opplever kroppspress, begynner de å trene (Vignæs & Honningsøy, 2018).

Selvbilde, selververd, selvvurdering, selvoppfatning og selvtilit er beslektede begreper som ofte dukker opp i problematikken knyttet til kropp og kroppspress (Bakken et al., 2018). Begrepene brukes om hverandre, men kan tolkes ulikt (Dyregrov 2019, Skaalvik & Skaalvik 2021). I vår forskning har vi valgt å bruke *selvbilde*, men vi viser til definisjoner av selvoppfatning og selververd for å få en forståelse av hva begrepet innebærer. Selvoppfatning brukes om hvordan en person oppfatter, vurderer, forventer og tror om seg selv. Videre defineres selververd som «hva mennesket tenker og føler om seg selv», og handler om å se og måle sin egen verdi (Skaalvik & Skaalvik, 2021, s. 88). Dette er et viktig element i selvbilde, da det å verdsette seg selv lavt, knyttes til å ha et dårlig selvbilde, og motsatt (Kaplan, 1980; Orth & Robins, 2014, sitert i Skaalvik og Skaalvik, 2021). Disse definisjonene legger vi til grunn for vår forståelse og bruk av begrepet selvbilde; det mentale bildet vi har av oss selv og

hvordan vi tror andre oppfatter oss (Dyregrov, 2019). Selvbilde, eller «body image», er et viktig aspekt ved unge gutters sosiale og emosjonelle utvikling (Ricciardelli og McCabe, 2011) og er sterkt tilknyttet kropp og fysisk aktivitet (Ottesen og Thornquist, 2015). Forskning viser at gutter, helt nede i 6-7 årsalderen, er misfornøyd med kroppen sin og sitt eget selvbilde (Ricciardelli, 2012).

3. Metode

3.1 Valg av metode

Da problemstillingen vår søker etter en forståelse av hvordan kroppspress kan oppleves blant unge gutter, så vi det som nødvendig å benytte oss av kvalitativ metode. Vi forsker på et samfunnsfenomen og søker en forståelse av hvordan og hvorfor noe er slik det er. Det er derfor mindre hensiktsmessig å benytte kvantitativ forskningsmetode, som gir oversikt over data og mengde (Tjora, 2021), og ikke går i dybden hos enkeltindividers tanker og følelser. Som kvalitative forskere er vi særlig opptatt av tolkninger og forklaringer av kulturer, samfunnet og sosiale strukturer som styrer interaksjoner og holdninger (Moen & Larøsdóttir, 2011). På denne måten åpner kvalitativ metode opp for innblikk i informantenes tanker, holdninger, meninger og erfaringer rundt kroppspress.

3.2 Rekruttering og utvalg

Ved utvalg av informanter er det viktig å poengtere at de ikke representerer en populasjon, men har de nødvendige forutsetningene til å formidle relevant informasjon til å besvare våre forskningsspørsmål (Busch, 2021). Ved avgrensning av informanter som kvalifiserte seg til prosjektet, satt vi kriterier for hvem som kunne inkluderes. Inklusjonskriteriene var at informantene skulle være gutter, fra vg1 på idrettsfag og som gikk programfaget breddeidrett. Utvalget består av seks gutter fra ulike idrettslinjer i den videregående skolen på Vestlandet. De er hentet fra to skoler og fire forskjellige klasser, da vi anser faktorer som skole- og klassemiljø som relevante for guttenes tanker og syn på tematikken. Vi undersøkte hvilke skoler i vårt nærrområde som tilbyr idrettsfag; både topp- og breddeidrett og teoretiske idrettsfag. Dette fordi vår forskning også tar for seg hvorvidt de teoretiske fagene på idrettslinjen har innvirkning på kroppspresset.

Vi tok direkte kontakt på mail med avdelingslederne og fikk kontaktinformasjon til kontaktlærerne på vg1. Høsten 2021 var vi i praksis på en av skolene, dermed fikk vi kjapt klarsignal fra dem. Vi opplevde det mer utfordrende å få kontakt med den andre skolen; flere telefonsamtaler og mail til avdelingsleder ble nødvendig. Gjennom en tidligere foreleser ved vårt studiested, som er ansatt på den ønskede skolen, fikk vi kontakt og mottok til slutt positiv respons. Gjennom dialog på mail presenterte vi oss selv, beskrev vårt prosjekt og la ved informasjonsskriv. Kontaktlærerne presenterte forskningsprosjektet og informasjonsskrivet for elevene, der de som ønsket å delta, meldte seg frivillig til kontaktlærer.

3.3 Datainnsamling

3.3.1 Intervju og intervjuguide

Intervju er per i dag forskeres viktigste redskap under datainnsamling innenfor kvalitativ forskning (Moen & Larøsdóttir, 2011). Metoden kan forklares som en samtale eller en interaktiv prosess mellom to deltakere; forsker og informant, hvor disse gjennom dialog skaper mening sammen (Moen & Larøsdóttir, 2011). Som forskere benytter vi oss av møtet og den unike samtalen (Widerberg, 2021), med hensikten å trekke ut tolkninger og holdninger fra dialogen med våre informanter, ikke fakta eller lover (Gubrium & Holstein, 2001). Vi gjennomførte intervjuene i uke 11 og 12 i mars 2023. På intervjudagene møtte vi opp på skolene og fikk tildelt grupperom. Etter en uformell samtale ble informasjonsskriv og samtykkeskjema gjennomgått og signert. Alle intervjuene var individuelle, foregikk ansikt til ansikt og varte i 15-30 minutter. Vi var begge til stede i intervjuene, der én av oss var hovedintervjuer, mens den andre lyttet, tok notater og stilte oppfølgingsspørsmål om nødvendig. Vi tok lydopptak av alle intervjuene med egen telefon.

3.3.2 Semistrukturert dybdeintervju

Det skilles mellom ulike former for intervju, deriblant fokusgrupper, fokuserte intervju og dybdeintervju. I vår forskning falt metodevalget på sistnevnte. Et dybdeintervju kan beskrives som «en relativt fri samtale som kretser rundt noen spesifikke temaer forskerne har bestemt på forhånd» (Tjora, 2021). Vi valgte dybdeintervju for å tilegne oss en forståelse for informantens opplevelser med og refleksjoner rundt kroppspress. Ifølge Denzin & Lincoln (2018) er dybdeintervjuets hensikt nemlig å samle beskrivelser av informantens «livsverden», og deretter tolke de fenomenene som ble beskrevet. På denne måten kan det forklares at metoden baserer seg på et fenomenologisk

perspektiv, da fenomenologi kjennetegnes ved en opptatthet av hvordan fenomener og situasjoner oppleves (Tjora, 2021). Ettersom opplevelsen av komfort og trygghet, samt det å ikke forstyrres, kan være av stor betydning (Tjora, 2021), foregikk våre intervjuer i grupperom på informantenes egen skole. Vi innledet intervjuene med en uformell samtale for å skape en avslappet stemning.

Før intervjuene utformet vi en intervjuguide, som angir strukturen i et intervju (Brottveit, 2018). Ifølge Widerberg (2001) skal intervjuguiden være det konkrete oversatte uttrykket for det man ønsker å analysere. I våre dybdeintervju er det åpenhet for digresjoner, nye perspektiver og mulighet for at uforutsette temaer oppstår. Likevel er det nødvendig å ha en viss struktur i intervjuene for å sikre at vi kommer inn på de temaene som skal belyses (Jacobsen, 2022) og opprettholde en viss formalitet. Vi valgte derfor å utforme en semistrukturert intervjuguide med halvfast struktur (Tjora, 2021). Vår semistrukturerte intervjuguide er delt opp i innledende samtale, hovedspørsmål og eventuelle oppfølgingsspørsmål. Valget falt på en kombinasjon av formelle hovedspørsmål og uformelle oppfølgingsspørsmål, da det kan bidra til å skape god flyt og dialog i tillegg til å møte informantens forventning om formalitet. Spørsmålene skal være konkrete og lette å forstå, i tillegg til ikke-ledende og åpne, uten faste svaralternativer (Tjora, 2021). Eksempelvis brukte vi formuleringer som «hva legger du i ordet...» eller «hva tenker du når du hører...». Hensikten var å gi informantene rom for å selv ta initiativ til å ta opp temaer og meninger som dukker opp i deres hode før vi introduserte begreper som «kroppspress» og «selvbilde». Ifølge Renharz (1992, sitert i Gubrium & Holstein, 2001, s. 183), er en myk start med slike spørsmål essensielt for å gi informantene rom for å selv uttrykke sine meninger og bekymringer. Underveis i intervjuet fokuserte vi på å være gode lyttere for å kunne huke tak i og gjenta begreper og ord informantene brukte for å invitere til fordypning i temaet gjennom oppfølgingsspørsmål.

3.3.3 Pilotintervjuer

Kvaliteten på intervjuet avhenger blant annet av intervjuerens praktiske ferdigheter og krever erfaring (Kvale & Brinkmann, 2015). Vi gjennomførte derfor pilotintervju før de formelle intervjuene med informantene. Vi fikk samtykke og gjennomførte pilotintervjuene med to medstudenter på 21 og 24 år. Målet med pilotintervjuene var å kvalitetssikre formuleringer og rekkefølge på spørsmålene i intervjuguiden, samt kontrollere at spørsmålene inviterte til svar som var relevant for forskningen. Tilbakemelding fra testpersonene da det gjaldt spørsmål, formuleringer og organisering ble verdifull i etterarbeidet med ferdigstilling av intervjuguiden. Vi ser på dette som god og nødvendig øving for oss som intervjuholdere; vi fikk prøvd oss som intervjuere og det gjorde oss mer sikker på valg angående fordeling av oppgaver og organisering av intervjuene rent praktisk.

3.4 Analyse

Analysering av datamateriale i en forskningsprosess er ifølge Johannessen (2019) en spørsmålsdrevet prosess som innebærer å lete i data etter svar på spørsmål. Analyse av data handler videre om å se mønstre og sammenhenger gjennom å studere data (Larsen, 2017). I vårt prosjekt har vi valgt å analysere etter Braun og Clarke (2022) sin tematiske tekstanalyse, som de beskriver som en fleksibel analysemetode som gjør det mulig å identifisere, analysere og rapportere mønstre i data. Dette innebærer å organisere og beskrive data i detalj, gjennom å se etter *temaer*; en gruppering av data med viktige fellestrekk (Johannessen et. al., 2019). I analyseprosessen valgte vi å bruke Braun og Clarkes (2022) fremgangsmåte bestående av seks steg. Det er relevant å poengtere at stegene ikke nødvendigvis må følges kronologisk, men at metoden er en tilbakevendende prosess hvor man beveger seg frem og tilbake mellom stegene (Braun & Clarke, 2006). Gjennom analyseprosessen henvendte vi oss også til litteratur fra Braun og Clarke (2021), som stiller seg kritisk til hvordan de ulike stegene ble formulert i egen artikkel fra 2006. I tillegg til Braun og Clarke (2022) ligger dette til grunn for vår bruk av metoden.

1. Bli kjent med datamaterialet

I etterkant av intervjuene brukte vi lydopptakene til å transkribere; skrive ut intervjuene i sin helhet. Transkripsjon er en viktig del av intervjuprosessen, da tale omgjøres til tekst (Kvale & Brinkmann, 2009, sitert i Krumsvik, 2014, s. 131). Vi leste gjennom transkripsjonene flere ganger for å sikre at utsagnene ble gjengitt korrekt, samt gjøre oss kjent med datamaterialet (Braun & Clarke, 2006). Samtidig skrev vi ned umiddelbare tanker om relevante temaer for hvert intervju hver for oss. Til slutt gikk vi gjennom forslagene sammen og ble enige om en foreløpig temaliste.

2. Kode datamaterialet

Neste steg i analyseprosessen var å kode datamaterialet. Koding innebærer å identifisere og navngi grunnleggende elementer i datamaterialet som er relevante for å forstå fenomenet som studeres (Braun & Clarke, 2022). Vi gikk systematisk gjennom transkripsjonene og noterte ned koder som dukket opp underveis. Disse kodene plasserte vi under de foreslåtte temaene vi utarbeidet i steg 1. Én kode kunne plasseres under flere forskjellige temaer.

3. Søke etter tema

Braun og Clarke (2022) presenterer at neste steg innebærer å samle kodene i nye potensielle temaer og sikre at alle relevante data får sin plass under hvert potensielle tema. Vi utarbeidet derfor en tabelloversikt over alle kodene og kategoriserte dem i farger. Koder som vi mente falt inn under

samme tema, fikk samme farge. Et eksempel på dette er kodene «Egen definisjon av kroppspress», «Egne opplevelser (kroppspress)» og «Konsekvenser av kroppspress», som alle fikk fargen blå. På denne måten fikk vi en oversikt over hvor mange potensielle temaer vi hadde og hvor de forskjellige kodene skulle plasseres.

4. Gjennomgå tema

Vi utarbeidet en ny tabell med oversikt over alle de potensielle temaene vi fant i steg 3, og under disse plasserte vi de tilhørende kodene. På denne måten fikk vi et bilde på hvor mye relevant datamateriale som eksisterte under hvert tema. Dersom noen tema overlappet hverandre eller ikke hadde tilstrekkelig med innhold, så vi på muligheten for sammenslåing. Videre skulle vi gjennomgå og finjustere temaene, og ifølge Braun og Clarke (2022) deles denne prosessen i to faser. I den første fasen undersøkte vi om kodene hadde en meningsfull sammenheng og dannet et mønster. I den andre fasen vurderte vi om temaene samsvarte med det totale datamaterialet. Dette gjorde vi ved å gå tilbake og se på de foreslåtte temaene i steg 1 av analyseprosessen, samt se over transkribering og koding; om temaene ga et reelt helhetsbilde av materialet.

5. Definere og navngi tema

I steg 5 identifiserte vi klare navn og definisjoner for hvert tema (Braun & Clarke, 2022). Etter sammenslåingen, endte vi med en total på fem definerte temaer som ble satt inn i en tabell. Gjennom vurdering og refleksjon bestemte vi navn og hva hvert tema skulle inneholde. Vi endte på fem følgende temaer: «kropp: et sensitivt tema», «kroppsideal», «kroppspress», «kropp og selvbilde» og «idrettslinjen: kroppspress eller prestasjonspress?».

6. Produsere rapport

Her utførte vi den siste og fullstendige delen av analysen og presentere resultatene (Braun & Clarke, 2022). Vi tok fatt på denne prosessen fra et metaperspektiv, der vi fikk en oversikt over alt datamaterialet som helhet og gikk deretter inn i hvert tema og hver kode. Ved mye vurdering og arbeid med resultatene, valgte vi ut det vi så på som «gullsitater»; utsagn som syntes å være mest gunstig for å besvare vår problemstilling. Dette presenterte vi en rapport delt inn i fire hovedfunn, som la grunnlaget for vår diskusjon.

3.5 Refleksivitet

Som forskere må vi være i stand til å åpent reflektere over hvilke skjevheter og slagsider det kan være i vår forståelse av virkeligheten (Alvesson & Skoldberg, 2009, sitert i Jacobsen 2022). Her skal vi kritisk vurdere kvaliteten på vår forskning og det vil reflekteres rundt individuelle intervju ansikt til ansikt som metode, samt forskningens reliabilitet (pålitelighet) og validitet (troverdighet-, overførbar- og bekreftbarhet) (Johannessen et al., 2021).

Vi valgte å gjennomføre individuelle intervju, kontra gruppeintervju, da det ville bli lettere å oppnå ønsket informasjon fordi informantene er alene, uten mulighet for påvirkning fra andre. Jacobsen (2022) hevder at «åpne, individuelle intervjuer egner seg godt til å få fram enkeltindividers tolkning av et eller annet fenomen». I individuelle intervjuer snakker ungdommene lettere om egenopplevd kroppspress (Eriksen & Bakken, 2018). Dersom vi hadde gjennomført gruppeintervju, kunne det vært lettere å identifisere følelser, oppfatninger og tanker rundt tematikken (Johannessen et. al, 2021), da informantene ville kunnet støtte og supplere hverandre (Larsen, 2017). Likevel kan selve gruppesituasjonen få en viktig betydning for hvordan meninger dannes og kommer til uttrykk (Larsen, 2017). Individuelle meninger kan da endres, noe vi anser som en stor ulempe.

Intervjuene ble gjennomført ansikt til ansikt, da vi ønsket å skape trygghet i intervjusettingen og ha mulighet til å tolke kroppsspråk og toneleie underveis. Denne intervjuformen, hvor vi er i fysisk nærhet, er godt egnet til å etablere tillit og åpenhet, noe som har stor betydning, da vi forsker på et tema som kan oppleves sensitivt og ømt (Jacobsen, 2022). Ved å skape en naturlig, trygg kontekst, danner vi et godt grunnlag for oppnåelse av et vellykket intervju der informantene tør å dele personlige opplevelser og meninger (Gubrium & Holstein 2001). Å gjennomføre intervju ansikt til ansikt regnes som den mest optimale, da man kan tolke signaler, språk, toneleie, tonefall, kroppsspråk og ansiktsuttrykk (Richard et al, 2021, sitert Jacobsen, 2021, s.118). Intervjuformen kan ha en sosial og motiverende funksjon (Bingen & Aasbrenn, 2012), samt gi store muligheter for rask respons mellom partene (Jacobsen, 2021). Vi ser likevel noen ulemper ved denne kommunikasjonsformen; i visse tilfeller kan det være kostnadskrevenende, da planlegging, transport og organisering er faktorer som kan gjøre det tungvint å gjennomføre intervjuene sammenlignet med videomøte (Jacobsen 2021, Jacobsen 2022). I vårt tilfelle var ikke dette utfordrende da flere av intervjuene foregikk på samme dag og sted, og transport og organisering gikk uten problemer. Til tross for overnevnte ulemper, anser vi fordelene ved individuelle intervju ansikt til ansikt for å veie tyngst.

3.5.1 Reliabilitet

Reliabilitet, eller pålitelighet, viser til nøyaktighet (Larsen, 2017) og en kritisk vurdering av hvorvidt forskningen er utført på en pålitelig måte (Thagaard, 2018). Her skal vi reflektere over vårt arbeid med datamaterialet, samt vår relasjon til informantene i prosjektet. Vi argumenterer for kvaliteten av vår forskning gjennom spesifikke beskrivelser av fremgangsmåte (se kapittel 3. Metode). Ved disse konkrete beskrivelsene er forskningsprosessen gjort gjennomsiktig (Silverman, 2014, sitert i Thagaard, 2018). Reliabilitet skal også sikres ved en kritisk gjennomgang av datamaterialet både i datainnsamling, -behandling og -analyse (Larsen, 2017). Vi kontrollerte eksempelvis at spørsmålene i intervjuprosessen var tydelige og ikke-ledende (Krumsvik, 2014), samt at både transkripsjon og koding av tekst var nøyaktig. Ingen av oss hadde forhold eller bekjentskap til informantene, men det er likevel nødvendig at vi reflekterer over hvordan vi fremstår for dem. Dette har betydning for datainnsamlingen (Thagaard, 2018), ettersom hvordan intervjuet oppleves som sosial situasjon, vil spille en rolle for hva informanten deler (Denzin, 2001). Ytre kjennetegn som alder, kjønn, oppførsel og utseende kan også ha en betydning (Johannessen, et al., 2021). Vi stiller oss forstående til at situasjonen kan virke utrygg og ubehagelig, da vi er motsatt kjønn og en del år eldre enn informantene, og dette kan påvirke deres åpenhet og ærlighet. Johannessen et al. (2021) påpeker også manglende intervjutrening og forskernes usikkerhet som faktorer som kan virke negativt på informantene og påvirke resultatene. Dette er også en av grunnene til at vi gjennomførte pilotintervju.

3.5.2 Validitet

Validitet i kvalitativ forskning handler om bekræftbarhet, troverdighet og overføringsverdi (Larsen, 2017). Validitet beskrives som «at man undersøker det fenomenet man ønsker å undersøke» (Nyeng, 2012, s. 109). I vår forskning stiller vi konkrete spørsmål som inviterer til svar som er relevante for vår problemstilling. På denne måten skaffer vi oss et grunnlag som bekrefter at våre funn og konklusjoner er valide (Larsen, 2012). Når det gjelder *troverdighet*, kan den svekkes ved at vår forskning innebærer elementer av tolkning (Thagaard, 2018). Bruk av lydopptak og transkripsjon bidro til å gjøre forskningen pålitelig, da det ga primærdata som er uavhengig av våre egne oppfatninger. *Overførbarhet* handler om hvorvidt tolkningene av datainnsamlingen kan overføres til å gjelde andre i lignende sammenhenger (Fangen, 2010). Vår forskning tar bare for seg seks informanter og er ikke generaliserbar da utvalget er for lite og fra et lite geografisk område (Johannessen et al., 2021). Det er nødvendig å være kritisk til studiens overføringsverdi grunnet uvissheten om resultatene er gyldige for andre enn akkurat våre informanter. Vi stiller oss undrende

til muligheten for at en viss type elever har meldt seg frivillig til prosjektet. Dette anser vi for å være en svakhet ved metoden, da gutter med andre synspunkter og erfaringer kan ha uteblitt. Det kan reflekteres over bakgrunnen for at elevene frivillig meldte seg som informanter, eksempelvis muligheten for å slippe unna obligatorisk undervisning. Vi kan ikke garantere at funnene i vår forskning gjelder alle gutter på vg1 idrettsfag, men det kan likevel beskrive og fremstille en forståelse som har relevans i den sammenhengen forskningen ble utført (Fangen, 2010). *Bekreftbarhet*, eller objektivitet, er et sentralt ideal i dagens forskning og kan oppfattes som nøytralitet og fremstilling av verden slik den faktisk er (Johannessen, et al., 2006). Det er en form for refleksivitet; at vi som forskere anerkjenner vår rolle i forskningen, hvordan vi kan påvirke den, og hvordan våre tanker og meninger kan påvirke produksjonen av datainnsamlingen, analysen og diskusjonen (Braun & Clarke, 2022). I møtet med det nye og ukjente har vår forforståelse, nemlig teoretisk rammeverk, egne verdier, erfaringer, kunnskap og holdninger, en viktig betydning (Nilssen, 2012). Vi har selv opplevd utestenging av venninner, usikkerhet rundt kropp og mottatt ufine kommentarer som har gitt oss en formening om at kroppspress er negativt. Det er nødvendig å poengtere at vi ikke vet om dette er forenlig med hvordan det kan oppleves for gutter, men samtaler med brødre, kompiser og elever vi har møtt i praksis, samt det vi har sett og hørt rundt unge gutter på treningssenter, har gitt oss en antagelse. Eksempler er posering, flexing og snakk om muskler i speilet på treningssenteret, opptatthet av kalorier og inntak av proteinrik mat for å bygge muskler. Dette ligger til grunn for vår forforståelse om at det er et stort kroppsfokus også blant gutter, og vi stiller oss kritisk til at vi kan se informantenes utsagn i lys av dette. Under datainnsamling- og analyseprosessen hadde vi derfor en induktiv tilnærming ved at vi så bort fra egne tanker, følelser og forforståelse, var åpen for ulike synspunkter og villig til å endre problemstillingen ved behov (Larsen, 2017).

3.6 Etikk

Etikk dreier seg først og fremst om forholdet mellom mennesker; hva vi kan og ikke kan gjøre med hverandre (Johannessen et al., 2021). Regjeringen (2022) konstaterer at forskningens troverdighet avhenger av at forskerne følger etiske prinsipper for forskning, og at etisk refleksjon må inngå i alle ledd i velfungerende forskning. Ethiske spørsmål og dilemmaer kan oppstå, spesielt i samfunnsforskning som studerer menneskers gjøren og laden (Johannessen et al., 2021). Da vi hentet inn personopplysninger og anvendte lydopptak i vårt forskningsprosjekt, var det nødvendig å søke om tillatelse fra Norsk Senter for Forskningsdata (NSD Sikt). Søknaden med referansenummer 472043 ble godkjent 27.02.2023.

3.6.1 Personvern og konfidensialitet

Ved forskning, samt studentprosjekter, skal man følge lov om behandling av personopplysninger (Johannessen et al., 2021). Som forskere arbeider vi ut fra et grunnprinsipp om respekt for menneskeverdet, og det var derfor viktig for oss å vise respekt for informantenes integritet gjennom hele forskningsprosessen (Jacobsen, 2022). Vi tok hensyn til personvern ved å sikre at personopplysninger (data som kan identifisere enkeltpersoner) ble holdt skjult og behandlet konfidensielt (Jacobsen, 2022). Konfidensialitet er spesielt viktig når det gjelder sensitiv informasjon (Befring, 2007), eksempelvis helseopplysninger og navn på informantene. I prosjektet nevnes ingen ekte navn eller skoler, men informantene har fått fiktive navn for å skille utsagnene til hver enkelt og gi bedre oversikt.

3.6.2 Henvisning

Å ha en pålitelig henvisningspraksis er nødvendig for å gjennomføre forskning med validitet og kvalitet (Befring, 2007). I denne oppgaven har vi fulgt HVL sine retningslinjer for akademisk oppgaveskriving for bachelor. APA 7 og kildekompasset ble benyttet for korrekt kildehenvisning.

3.6.3 Informert samtykke

Et prinsipp i all forskning på mennesker er frivillig deltakelse (Jacobsen, 2022). Samtykke er et etisk basert krav for all empirisk forskning som krever deltakelse av informanter (Befring, 2007). Alle deltakere skal få tilstrekkelig informasjon, både når det gjelder forskningens hovedhensikt, hvordan resultatene skal benyttes (Jacobsen, 2022) og hva deres deltakelse innebærer (Befring, 2007). Av den grunn ble det utarbeidet informasjonsskriv og samtykkeskjema som ble sendt ut til kontaktlærere og gjennomgått med hver enkelt informant i forkant av intervjuene. Det ble også poengtert at informantene når som helst kunne trekke seg fra forskningsprosjektet uten konsekvenser (Jacobsen, 2022).

4.0 Funn

Her skal vi presentere funn og fremheve utsagn fra våre seks informanter, som er relevante for problemstillingen. Vi har delt resultatene inn i fire hovedfunn; «Det er kleint å snakke om kropp», «idealkroppen», «det handler mer om prestasjon enn kropp» og «idrettsgutter er macho gutter».

4.1 «Det er kleint å snakke om kropp»

Det kom frem i samtlige intervjuer at det å snakke om kropp og opplevelser knyttet til kroppspress kan være både flaut og kleint. Dette gjelder med foreldre, venner og lærere. Informantene presiserte at istedenfor å snakke om kropp, holder de det inni seg. De påpekte at istedenfor å innrømme et press, tar de saken i egne hender og trener de for å endre kroppen sin. Her brukte Jan uttrykket «handling fremfor ord». Mikkel poengterte at det kan være skummelt å snakke om egenopplevd kroppspress grunnet frykt for å bli sett på som svak eller bli ledd av. Dette samsvarer med Jans tanke om at man går bort fra det tøffe mannsidealet; gutter liker å løse ting på egen hånd og snakker ikke om følelser i frykt for å vise seg svak. Preben mente at det å innrømme at man kjenner på kroppspress i seg selv kan føre til at kropps fokuset øker. Han fortalte om en gang da han delte sine tanker og følelser, og ble møtt av venner som ga inntrykk av at de ikke brydde seg og sa til ham at det ikke var vits å tenke på. Denne episoden førte til tanker om at presset på kropp bare var i hans egen tankegang og at andre ikke tenkte over hans kropp. Han beskrev dette som positivt for hans egen del, og på denne måten hadde han funnet ut at man ikke trenger å snakke om kroppspress. Selv om informantene la det fram slik at de ikke snakker om kropp, var de tydelig på at kosthold og trening var et hett samtaleemne blant gutter. Under eksempelvis styrketrening var det vanlig å sammenligne seg med hverandre ved å se på hvem som løfter tyngst og hvem som har størst muskler. Tre av informantene snakket mye om kalorier; forbrenning, kaloriinnhold i matvarer og hvor mye de skal spise hver dag. Det kom også fram at de hadde blitt tipset om kalorikalkulator fra læreren for å regne ut og oppnå daglig anbefalt kaloriinntak. Erlend kom med et eksempel der han og kompisene skulle spise pizza og regnet ut hvor mye kalorier den inneholdt, men presiserte at de bare gjorde det på gøy.

Vi snakker mye om hva vi spiser, det er jo en stor del av det der gymmiljøet da. Så det er i hvert fall nok av det der «er du på cut?», «er du på bulk?» Cut er jo det å gå ned i vekt, eller miste fett, og så motsatt, bulk, hvis du går opp i vekt og spiser masse. Det er en del av miljøet, men det kan jo ofte bli litt mye. Men jeg føler at det kan jo skape press, som at man må nå de

visse idealene. For eksempel om man vet at man er litt for tung, og så får du høre «å du bør kanskje begynne å telle kalorier». (Simen) (Vår tegnsetting)

Videre påpekte informantene at det slenges kommentarer på andres utseende og kropp. Her ble garderobekulturen ble trukket frem, hvor det for eksempel kan kommenteres at man ser at noen har «spist godt i julen» og gått opp i vekt. Et annet eksempel var under lekeslossing, hvor en tykk person, på grunn av sin kropp, kan få høre at han bare kan legge seg på motstanderen for å vinne. Samtlige påpekte at disse kommentarene er en del av kulturen og ment som «kødd». Sander sa at dette er underforstått blant alle og at det tenkes gjennom hvem man slenger kommentarene til; noen som tåler det og kunne sagt det samme tilbake. Likevel sa Erlend blant annet at han hadde forståelse for at kommentarene kunne oppfattes frekt og feil av noen. Flere av informantene sa at de ikke kunne vite med sikkerhet hvordan kommentarene oppfattes av andre, da de ikke snakker om det.

Jeg føler det er en del av miljøet, men det kan jo ofte bli litt mye. Man snakker jo ikke så mye om hva man føler, så jeg kan ikke si det med sikkerhet, for man vet jo aldri. (Simen)

4.2 Idealkroppen

Alle informantene mente at det finnes et spesifikt kroppsideal for gutter, og brukte begreper som «sommerkroppen», «den stereotypiske kroppen» og «drømmefysikken» i deres beskrivelser. I beskrivelsene av kroppsidealet kom det fram at dette handlet om å ha store, synlige muskler, være høy og ha lav fettprosent. Muskelgrupper som ble trukket fram som viktige var skuldre, armer, bryst, rygg og magemuskler. Preben la til at ansiktet skal ha klar hud og påpekte at dobbelhake og store kinn var negativt. Han trakk også fram at det å ha litt ekstra fett oppfattes som unormalt. Kroppsideal ble videre beskrevet som noe man kunne ha et ønske om å nå fordi man ville imponere andre og vise seg fram. Deretter ble det konkretisert at dette dog ikke gjaldt dem selv. Simen beskrev kroppsidealet på denne måten:

Det er jo den greske fysikken de aller fleste er ute etter, i hvert fall noe i den dur. Det har trendet veldig nå å være stor og bol og liksom være så stor som mulig. Man går ofte etter sixpack, bryst, biceps og rygg. Det er liksom det som er hovedfokuset. Men det kan jo selvfølgelig føre med seg litt kroppspress i den tankegangen. (Simen)

Dette idealet ble trukket fram som en faktor som kunne forårsake kroppspress. Informantene mente at dette var negativt, men de anerkjente likevel at kroppspress eksisterte i stor skala blant alle, særlig ungdommer. Flere snakket om følelsen av å prøve å passe inn i en gruppe og om bekymringer rundt hva andre tenker om ens kropp. Jan definerte kroppspress slik:

Et press om å se ut som noe annet enn slik man er. Både jenter og gutter har et ønske om å se ut som idealkroppen, og er først og fremst ikke fornøyd med sin egen kropp. (Jan)

Selv om alle informantene snakket åpent om kroppsidealet blant gutter og kroppspresset som eksisterer, sa samtlige likevel at de selv ikke har opplevd kroppspress. Noen presiserte at kroppspress ikke er et problem for dem selv og at de ikke bryr seg så mye om det. I de fleste intervjuene kom det likevel fram eksempler på situasjoner der de hadde opplevd en form for kroppspress. Sander fortalte at han før var usikker på seg selv og følte at han *måtte* være høy, sterk og ha sixpack. Han uttrykte at dette var slitsomt, men at det ikke er like mye nå som det var før. Preben delte at grunnen til at han begynte å trene var fordi han var usikker på seg selv, syntes at han «så shit ut» og så på det som en gylden mulighet til å få bedre kropp. Han presiserte at fokuset etter hvert endret seg fra utseende til det å bli sterkere. I motsetning til de andre informantene, var Simen den eneste som fortalte om egne opplevelser av kroppspress i nåtid. Det siste året har han bevisst gått opp i vekt fordi han *må* være tung for å bli en god håndball- og strekspiller. Han påpekte at hans forbilder, landslagsspillerne ute i Europa, har noenlunde lik kroppsbygning, og at dette er et ideal han ønsker å oppnå. Han presiserte at dette presset påvirker ham positivt, og at kroppspress på denne måten også kan være sunt. Informantene så en sammenheng mellom kropp, kroppspress og selvbilde, da de mente at dersom du har en kropp som ser bra ut, altså idealkroppen, har du også et godt selvbilde. Preben illustrerte sammenhengen ved å forklare at hvis han ser en person på 180 kg, tenker han at vedkommende ikke har det bra med seg selv. Av begrepet selvbilde hadde de en nokså felles forståelse, og beskrev det som hvordan en person ser på seg selv og at alle har en viss oppfatning av hvordan man er. Sander la også til hvorvidt man liker det man ser i speilet og Preben trakk fram at selvbildet kan påvirkes av andre:

Ditt selvbilde kan bli satt ned ut ifra hva andre sier om deg. La oss si at du har et godt selvbilde og andre begynner å snakke drit om deg eller si dumme ting til deg, da kan ditt selvbilde bli tatt ned fordi da tenker du kanskje «oj, kanskje de har rett». (Preben) (Vår tegning)

4.3 Det handler mer om prestasjon enn kropp

Et interessant funn var at informantene stadig trakk fram prestasjon ved snakk om kroppspress. Samtlige presiserte at det presset de kjente på i hovedsak ikke handlet om utseende, men om å prestere i aktivitetsfag på skolen og i egen idrett.

Ikke nødvendigvis kroppspress, men jeg har ønsket å kunne yte mer, hvis dere skjønner, å kunne gjøre mer, gjøre det bedre. Og jeg tenker at jo sterkere man blir og jo mer utholden blir, det kan man se på en kropp. Så at man ser bedre ut, det er bare, det er liksom bonusen.

(Jan)

For å forstå hvordan informantene skilte kroppspress fra prestasjonspress, snakket vi om sammenhengen mellom kropp og prestasjon. Samtlige mente at det har en sammenheng, men Sander og Jan poengterte imidlertid at det ikke *alltid* er slik. Guttene hadde klare antagelser om hvordan man presterer ut i fra hvordan kroppen ser ut. Eksempler fra egne idretter ble trukket fram; en høy basketballspiller blir ansett som god, en stor vektløfter som sterk og en muskuløs fotballspiller som duellsterk, men treig. Informantene bekreftet at denne tankegangen også gjaldt på skolen, der fagene aktivitetslære og treningslære er arenaer der prestasjonspresset kan forsterkes. Noen opplevde at det er konkurranse mellom elevene, mens andre hadde mer fokus på egen ferdighetsutvikling. Sander presiserte at han kan sitte igjen med en dårlig følelse i etterkant av en aktivitetslæretime der han følte at han ikke presterte godt nok. Når det gjelder teorifaget treningslære, var det flere som fremhevet det de lærer der kan øke presset. Teori om utholdenhetstrening kom fram som et eksempel; det at elevene lærer om løpesoner og hvor det er mest ideelt å ligge, kan gjøre dem mer bevisst på at de ikke når idealet. Videre ble det også vist til temaet kosthold og ernæring, der Erlend trakk fram at det de lærer om næringsstoffer kan føre til at noen blir så bevisst på hva de spiser at de nekter seg selv visse matvarer fordi «det er for mye kalorier i». Han påpekte derimot at pensumet er nyttig dersom man har et mål om å oppnå noe kroppslig eller prestasjonsmessig. Simen understreket at det de lærer i treningslære også kan redusere kropps- og prestasjonspresset. Han fortalte blant annet at når elevene får en forståelse for muskelfibertyper og at det ikke kan endres, dempes usikkerheten rundt egen kropp.

4.4 Idrettsgutter er «macho gutter»

Samtlige informanter mente at idrettselever skiller seg fra elever på andre programfag, og hadde en formening om hvordan en stereotypisk idrettselev er. Det kom fram at idrettselever ser bra ut og har

veltrente kropper, og dette ble begrunnet med at de trener mer enn andre elever både på skolen og i organisert idrett på fritiden. Informantene la også til at idrettselever har det bedre med seg selv og presterer bedre både på trening og i idrett. Jan presiserte at det er en grunn til at man går på idrettslinjen og at de fleste idrettselever har et godt utgangspunkt. Han påpekte at man ikke begynner på idrettslinjen dersom man er helt ubrukelig i idrett. I likhet med Jan, sa Erlend at idrett er i fokus og at de som går der ser bra ut kroppslig. Noen av informantene nevnte at idrettselever ofte fremstilles som at de har det bra psykisk, men at dette ikke nødvendigvis stemmer, da idrettsmiljøet også kan påvirke dem til å sette opp en fasade; «vi snakker ikke om sårbarhet eller følelser, liksom». Informantene sa at miljøet kjennetegnes ved at de snakker mye om trening og kosthold, sammenligner muskler, kommenterer på hverandres utseende og at man ikke skal vise seg sårbar eller snakke om følelser. Ved direkte spørsmål om hva som gjør miljøet på idrettslinjen så spesielt, ble også et tett samhold beskrevet. Informantene trakk fram viktigheten av det å være fysisk aktiv sammen med andre og hvordan det å se medelever i en annen setting enn i klasserommet fører til at man blir bedre kjent. Sander poengterte at man på idrettslinjen presser, støtter og komplimenterer hverandre i aktivitet, noe som knytter tette bånd. Likevel ble det å være tøff og å sammenligne seg med hverandre hovedessensen i informantenes beskrivelser av guttemiljøet på idrettslinjen. Begreper som «macho guttemiljø» og «gymmiljø» blir brukt.

Så det er liksom «åja, hvem har størst biceps», «hvem benker mest», «hvem har størst skuldre», «hvem har størst bryst». Så det blir veldig sånn sammenligning. Nå er jo ikke guttemiljøet sånn at man snakker om følelser og hvordan man føler seg. Så sånn sett har jo ikke jeg innsikt i hvordan de andre tenker. Det er vel ikke det guttekulturen handler om da. Det kan jo selvfølgelig utvikle seg over tid, men akkurat sånn det er nå så er det ingenting.
(Simen) (Vår tegnsetting)

Mikkel og Preben mente at sammenligningen er en av grunnene til kroppspresset på idrettslinjen, og de påpekte at det kan få fram negative følelser som skyldfølelse. Garderoben og skolens treningssenter ble trukket frem som arenaer der usikkerhet og sammenligning kan oppstå. Tanker om at man føler seg svak eller ikke får til det samme, ser lik ut eller har like gode evner som andre, kan eksempelvis dukke opp i styrketrening i aktivitetslæretimen. Flere poengterte at denne tankegangen, det å føle at man ikke passer inn, også blir tatt med inn i garderoben. Preben og Jan snakket om medelever som ikke skifter eller dusjer sammen med andre, men gjemmer seg litt for seg selv og unngår å ta av innerste klesplagg. Informantene konstaterte at de tolket dette som at de ikke tør å vise seg naken og at de føler på kroppspress. I skolens korridorer kan det ifølge Preben også oppstå sammenligning:

Kanskje hvis noen som er litt større eller ikke har så veldig bra selvbilde går rundt i gangen og ser en eller annen veldig godt trent person som går på idrett og har sånn muskelkompresjonsskjorte og ser veldig fit ut. Da kan jo de kanskje tenke «oj, sånn har jeg lyst å se ut» eller «kanskje jeg også burde vært sånn» for eksempel. (Preben) (Vår tegnsetting)

Mikkel mente at det kan være mer kroppspress på idrettslinjen sammenlignet med andre linjer, da man prøver å passe inn i en gruppe hvor folk flest ser godt trent ut.

5.0 Diskusjon

5.1 Introduksjon

Vår forskning har tatt for seg seks gutters opplevelser, tanker og holdninger knyttet til kroppspress. I dette kapitlet diskuteres følgende problemstilling i lys av resultatene: *Opplever gutter på idrettslinjen kroppspress? En kvalitativ studie av et utvalg gutters erfaringer på vg1 om kropp og kroppspress.* Våre funn viser at informantene unngår å snakke om kropp og kroppspress da det er et kleint og skambelagt tema. Dette kom fram gjennom at de formidlet at problematikken gjelder andre enn dem selv. Likevel kommer det fram i intervjuene at de har egne erfaringer og tanker om hvordan kroppspresset oppleves. Alle informantene opplever det man kan kalle for et mannlig kroppsideal. Dette idealet ble beskrevet som en høy mann med store, synlige muskler og lav fettprosent. På samme tid som informantene fraskrev seg selv fra å oppleve kroppspress, formidlet de likevel at mange gutter ønsker å oppnå denne idealkroppen. Et annet sentralt funn var at guttene i større grad opplever prestasjonspress på idrettslinjen. Det kom fram av informantene at dette er mer sentralt enn kroppspress. Kulturen på idrettslinjen ble beskrevet som «macho» og kjennetegnes ved at de deler erfaringer om trening, muskler og kalorier. Denne kulturen bærer videre preg av sammenligning og kommentarer på kropp, samt et press om å være god i idrett, se bra ut og det å ikke vise seg sårbar.

5.2 Å snakke om kroppspress er flaut

Informantene beskrev kroppspress som noe negativt og definerte det som et press om å se ut som noe annet og et press om å se ut på én bestemt måte, altså idealkroppen. Dette har mange likhetstrekk med Eriksen & Walseths (2021) forståelse av kroppspress som en konsekvens av en kulturs sterke bevissthet om kroppens utseende og dens idealisering av visse typer kropper. Informantenes beskrivelser er også i tråd med vår antagelse om at kroppspress i hovedsak er noe som kan oppfattes som negativt. Informantene uttrykte videre at det opplevdes slitsomt å føle at man må se ut på en bestemt måte, og å være usikker og misfornøyd med egen kropp. Det kom tydelig fram at dersom gutter opplever kroppspress, går de aktivt inn for å endre kroppen gjennom eksempelvis trening eller kosthold. De unngikk bevisst å snakke om det, og noe som gikk igjen var uttrykket "handling sier mer enn ord". Ifølge Eriksen & Walseth (2021) har begrunnelser for å trene endret seg fra et ønske om å være aktiv og sosial med venner til et økt fokus og ønske om å se bedre ut kroppslig. Dette henger også godt sammen med teorien om at gutter begynner å trene dersom de er misfornøyd med egen kropp (Vignæs & Honningsøy, 2018). Dette samsvarer også med våre funn om at gutter ikke snakker om egenopplevd kroppspress fordi det er kleint og flaut. I likhet med Eriksen (sitert i Vignæs & Honningsøy, 2018) viser vårt studie at gutter ikke snakker om kroppspress, men mer om trening og kosthold. Ifølge Goldschmidt-Gjerløw & Eriksen (2022) er kroppspress et emosjonelt tema som det kan være vanskelig å snakke om. Videre begrunnes dette med at tematikken ofte kan knyttes til sensitive tema som angst, spiseforstyrrelser og negative tanker og følelser omkring egen kropp. I våre intervjuer opplevde vi informantenes kroppsspråk som noe ukomfortabel, da flere unngikk øyekontakt, var utydelig i sine svar eller unngikk å svare direkte på det vi spurte etter. Selv om dette er vår subjektive observasjon, kan det tolkes dithen at tematikken er vanskelig og sensitiv. Det kan imidlertid også skyldes at de var ukomfortable med intervjusituasjonen.

Informantene anerkjente at kroppspress er et kjent fenomen og delte mange generelle tanker, synspunkter og nære venners opplevelser. Ved spørsmål om personlige erfaringer var de derimot restriktive til at dette var noe som angikk dem selv. Dette var en vanskelig nyanse i våre intervjuer, da informantene senere kom med flere eksempler på egne opplevelser som var motstridende til dette. Sander fortalte for eksempel at han *måtte* ha sixpack og være sterk, og Preben presiserte at han begynte å trene fordi han var usikker på egen kropp og syntes at han så «shit» ut. Vi stiller oss undrende til at informantene tok avstand fra å selv ha opplevd kroppspress, da det kommer fram at de har mange erfaringer og et stort innblikk i hvordan det føles, og at kulturen i tillegg bærer preg av mye snakk om kropp og trening. Flere av informantene uttrykte at de ikke ville innrømmet opplevd

press eller usikkerhet til venner eller familie, og av den grunn kan det forstås at de heller ikke ville innrømme det for oss. Videre fortalte informantene at gutter ikke snakker sammen når det gjelder følelser eller usikkerhet, noe som også støttes av litteraturen, som fremhever at kropp og kroppspress kan være sårbart og skambelagt (Goldschmidt-Gjerløw & Eriksen 2022, Dahle 1999, Ueland 2019). Dette kom fram gjennom historier som belyste skam knyttet til det å vise seg sårbar. Det kan sees i lys av litteraturen som belyser utfordringer knyttet til det å snakke om følelser og begrunner det med at det ikke er akseptert (Bakken et al., 2018). Ifølge Bakken et al. (2018) unngår ofte gutter denne tematikken i frykt for å bli latterliggjort og sett på som svak. Informantenes beskrivelser kan tyde på at det å vise seg sårbar er tabu i ulike guttemiljø, og at dette kan identifiseres med svakhet og noe som avviker fra det tøffe og barske mannsidealet. I lys av dette kan det tenkes at guttene påsto at de ikke føler på et kroppspress og fraskrev seg selv i beskrivelsene omkring tematikken fordi de ikke tør å si det høyt. Dette kan gi oss nyanser og mulige indikasjoner på at det er et skjult press blant gutter og stigma knyttet til kroppsproblematikken.

5.3 Idealkroppen

Våre funn viser at gutter definerer kroppspress som et press om å se ut som noe annet enn slik de er. Informantene beskrev kroppsidealet som muskuløs og høy med lav fettprosent, noe som er forenlig med tidligere forskning som trekker fram muskelmasse og «lean muscularity» (McCreary & Sasse 2000, Ricciardelli & McCabe 2011). Litteraturen beskriver videre at muskelmasse knyttes til maskulinitet, noe som ansees som attraktivt. I likhet med Ricciardelli (2012) retter informantene fokus mot muskelgruppene armer, bryst, skuldre, rygg og mage. I studiet fra Goldschmidt-Gjerløw & Eriksen (2022) kom det tydelig fram at mange gutter velger å legge ned mye tid og innsats for å bli som denne idealkroppen. Blant våre informanter kom det også fram en tydelig idealisering og strebing etter en godt trent kropp. De forklarte kroppsideal som at man *må* se ut på én bestemt måte for å imponere andre, slik at man blir sett opp til. Her kan vi se en sammenheng med Øksnes et al. (2018) som definerer kroppsideal som en kropp med høy sosial verdi og påpeker at idealet har påvirkning på hva et samfunn anser som «normalt». Informantene beskriver blant annet idealkroppen som viktig for å imponere andre. Dette tolker vi som at guttene mener at idealkroppen gir høyere status og mer popularitet, noe som samsvarer med Engelsruds (2006) tanke om at kroppen er en sosial markør for lykke, status og makt i vårt samfunn. Det kan tenkes at ved å se bra ut har man opplevelser av å bli bedre likt og få mer oppmerksomhet av medelever. Ifølge vårt utvalg kan det å ikke nå kroppsidealet føre til at man ikke passer inn og blir sett på som unormal. Dette samsvarer med Ueland (2019) som presiserer at avvik fra idealkroppen kan medføre en følelse av å

ikke passe inn. Informantene hevdet dog at de selv ikke kjenner på et press om å nå dette idealet. Disse funnene tolker vi som noe selvmotsigende, da flere av informantene kom med konkrete beskrivelser på hvordan man bør se ut og antagelser om at de fleste vil oppnå idealkroppen. Gjentatte ganger fraskriver de likevel seg selv fra disse beskrivelsene. I lys av stigmaet rundt det å innrømme egenopplevd press knyttet til kropp, tolker vi likevel at dette utvalget opplever et skjult press om å oppnå idealet som ble beskrevet.

Informantene så sammenheng mellom kropp og selvbilde; hvor fornøyd man er med egen kropp, avgjør hvor godt selvbilde man har. De omtalte selvbilde som hvordan en person ser på seg selv. Dette henger godt sammen med hvordan litteraturen beskriver selvoppfatning og selvverd; «hva mennesket tenker og føler om en selv» og «hvordan en person oppfatter, vurderer, forventer og tror om seg selv» (Skaalvik & Skaalvik, 2021). Det ble tydelig at informantene knyttet selvbilde til ytre faktorer som det de ser i speilet og hvordan de ser på seg selv som person. Var de fornøyd med det de så, kom det fram at dette styrket selvbildet deres. En person med en godt trent kropp betraktes som en som har god selvtilit og er trygg i seg selv, noe de knytter til det å ha god mental helse. Ifølge utvalget kom det fram at idrettselever trener mye og ser bra ut, og at det derfor finnes en generell formening om at alle idrettselever har bra. Litteraturen kan sees i sammenheng med denne påstanden, da det å være fysisk aktiv kan føre til god mental helse og et positivt kroppsbilde (Ottesen & Thornquist, 2015). Det kan være problematisk dersom det finnes en generell antagelse om at «alle» idrettselever har det bra, da det kan tenkes at det kan føre til økt stigma og mindre åpenhet om kropp. Dette beskrev informantene ved at mange elever setter opp en fasade og vi tolker at det er et felles ønske om at andre skal tro at de har det bra med seg selv, selv om realiteten muligens kan være en helt annen. Det kan tenkes at de ikke vil skille seg ut eller vise seg sårbar, da dette avviker fra idealet og ansees som unormalt.

5.4 Er prestasjonspress et sunt kroppspress?

De fleste informantene påpekte at idrettsklassene er preget av et tett samhold og begrunnet det med det idrettslige aspektet ved utdanningsprogrammet; at de trener mye sammen. Aktivitet og trening virker å knytte sterke bånd gjennom at elevene støtter og heier på hverandre. Blant informantene i vår forskning kan det likevel se ut som at programfag som aktivitetslære og treningslære bidrar til å skape konkurranse mellom elevene og det kom fram at de opplever et press om å prestere. Dette kan sees i sammenheng med Madsens (2018) beskrivelse av dagens prestasjonssamfunn der det stilles høye krav om å gjøre det bra både i og utenfor skolen.

Beskrivelser omkring prestasjon og prestasjonspress var sentrale i samtlige intervjuer. Idrettslinjen er et studieprogram som kan tolkes som en arena med fokus på å prestere gjennom å være god i idrett. Dette kom fram gjennom beskrivelser av den stereotypiske idrettseleven og situasjoner der elevene sammenligner seg med hverandre. Undervisning som styrketrening i aktivitetslærefaget ble nevnt som en arena der elevene blir bevisst på hvordan de ser ut og hva de presterer i forhold til de andre; hvem løfter tyngst og hvem har størst muskler? Det å sammenligne seg med noen som presterer bedre enn en selv kan gi dårlige følelser og svekket selvtillit. Dette henger godt sammen med litteraturen, som påpeker at prestasjonssituasjoner kan frembringe frykt for å mislykkes og følelser som skam (Diseth, 2019). Faget treningslære ble også trukket fram i forbindelse med prestasjonspress. Treningslære skal gi elevene en forståelse for kroppens oppbygning og funksjon, og kunnskap om helse og livsstil (Utdanningsdirektoratet, 2020). Vi stiller oss undrende til om pensum i faget kan være en faktor for prestasjonspresset informantene beskrev. Gjennom vår forskning kan det tolkes at denne kunnskapen både kan øke og dempe presset. Det kan ha positiv effekt da elevene kan få forståelse for genetikk og forutsetninger, noe som kan føre til at de senker kravene de har til seg selv. På den andre siden kan det virke negativt, eksempelvis ved læring om kosthold, der kunnskap om kalorier kan øke bevissthet og fokus rundt matinntak. Deres prestasjon og hvordan de ser ut avhenger av dette. Det kan stilles spørsmålsteget ved om det de lærer her har påvirkning på hva det snakkes om i kompisgjengen, ettersom at både kalorier, muskler og trening er fremtredende samtaleemner blant guttene. Vi anser det som relevant å påpeke at de informantene som snakket mye om kalorier i intervjuene kom fra samme skole. Her ser vi et eksempel på at det kan være forskjeller i miljø fra skole til skole. Det kom også fram at ved denne skolen hadde læreren introdusert elevene sine for kalorikalkulator, noe vi tenker at potensielt kan ha hatt en påvirkning. Imidlertid kan dette sees på som dilemmaet om høna og egget; førte kalorikalkulatoren til økt snakk om kalorier blant guttene, eller er det læreren som har plukket opp interessen og dermed inkludert det i undervisningen? Fokuset på mat og kalorier kan ansees som en av flere faktorer for prestasjons- og kroppspresset de omtaler. Gjennom flere eksempler kom det fram at informantene så en sammenheng mellom kropp og prestasjon, eksempelvis at en stor og muskuløs styrkeløfter løfter tungt eller at en slank kropp er rask og eksplosiv. Her tolker vi at det blant dette utvalget regjerer en tanke om at en kropps utseende avgjør dens prestasjonsevne. Dette kan sees i sammenheng med at vi lever i et samfunn der kroppspress og prestasjonspress øker i takt med hverandre (Skaalvik & Federici 2015, Bakken et al, 2018). Forskning bekrefter at det er en sammenheng mellom idrettspress og kroppspress for unge gutter (Bakken et al, 2018). Våre informanters utsagn kan se ut til å sammenfalle med en slik beskrivelse. Dette støtter også vår egen antagelse om at et press om å prestere også kan sees i sammenheng med et press om å se ut på en bestemt måte. Grunnet informantens betraktning av kroppen som noe som skal prestere, tolker vi deres syn på kroppen

som objektivt, da det kan trekkes paralleller til å se kroppen som et redskap eller en maskin (Moen & Rugseth 2018, Loland 2000, Dahle 1999). Det kan undres over hvorfor idrettselever har et slikt syn på kroppen, og her vender vi oss til læreplanen for aktivitetslære for å finne en rød tråd. Faget handler om fysisk utfoldelse og utvikling av motoriske og idrettslige ferdigheter (Utdanningsdirektoratet, 2020). I lys av fagfornyelsens læreplan for kroppsøving, der et mer subjektivt syn på kropp belyses (Sæle, 2021), tolker vi at aktivitetslærefaget fremmer et mer objektivt syn. Dette begrunner vi med at det er mer idrettsfokuset; det vises til en dypere forståelse av idretter og idrettsprestasjon, kontra kroppsøving som vektlegger aspekter som helse, trivsel og lek (Utdanningsdirektoratet 2020, Kunnskapsdepartementet, 2019). Vi stiller oss forstående til at gutter på idrettslinjen kan oppleve et prestasjonspress, da læreplanens objektive syn på kropp kan komme fram som et prestasjonspress i praksis.

5.5 Guttemiljøet på idrettslinjen

Det kom fram at informantenes beskrivelser av den generelle kulturen blant gutter særlig angår gutter på idrettslinjen. Det kjennetegnes ved stort fokus på trening, kosthold og utseende, samt det å være trygg i seg selv. Informantene poengterte at det eksisterer en generell tanke om at den stereotypiske idrettseleven alltid har det bra, og at flere derfor setter opp en fasade for å unngå å vise seg svak. Det er nærliggende å anta at dette kan være en faktor for et økt press om å være «macho», tøff og selvsikker, da de også tydelig poengterte at det å vise seg sårbar anses som unormalt. Det kan virke som at det i dette utvalget er både vanskelig og skamfullt å vise seg sårbar. Samtlige av utvalget påsto at det ikke eksisterer kroppspress i egen klasse, noe vi setter spørsmålstegn ved grunnet at de ikke snakker sammen om opplevd kroppspress, samt at noen setter opp en fasade. De beskrev klassemiljøet som godt og inkluderende, og hevdet blant annet at det innebærer at de kan tulle med hverandre ved å slenge ufine kommentarer på kropp. Et eksempel på dette er «ser du har lagt på deg litt». Det kom fram at disse kommentarene fant sted spesielt i garderoben; en arena hvor de tilbringer mye tid grunnet idrettslinjens høye aktivitetsnivå. Informantene påpekte at det er flere som ikke dusjer eller viser seg naken foran de andre, noe som ifølge Sæle (2021) er et økende faktum. Dette kan knyttes til det store kropps fokuset og det snevre kroppsidealet som eksisterer i dagens samfunn, særlig blant barn og unge. Vi stiller oss forstående til at skifting og dusjing kan være ubehagelig for enkelte, da de kan bli utsatt for negative kommentarer fra medelever. Dette kommer også frem i studien av Moen et al. (2017) som poengterer at færre våger å vise seg naken i felles garderobe, grunnet for eksempel redsel for «negative» blikk og kommentarer. For dette utvalget ble det imidlertid påpekt at dette var en del av miljøet og at alle er

inneforstått med at det er tull. Det ble dog belyst at man ikke kan vite med sikkerhet om kommentarene mottas på en god eller dårlig måte, da gutter ikke snakker om følelser. Det kan derfor ikke utelukkes at kommentarene kan oppleves sårende og gjøre dem mer kroppsbevisst, noe vi tolker som en mulig faktor for økt kroppspress.

6.0 Konklusjon

6.1 Konklusjon

I vår forskning har søkelyset vært rettet mot gutter på idrettslinjen i den videregående skolen og deres erfaringer med kropp og kroppspress. Det kom tydelig fram at det eksisterer et kroppspress blant dette utvalget, men at det likevel er stigma knyttet til det å snakke åpent om at man selv opplever det. Samtlige informanter benektet mer eller mindre egne opplevelser av kroppspress. Det kom fram at ved å snakke om følelser viser man seg svak og sårbar, og dette syntes å være tabubelagt blant dette utvalget. Av den grunn refererer informantene til «de andre» og utelukker seg selv når de snakker om opplevd kroppspress. Gjennom motstridende utsagn og vår tolkning tyder det likevel på at våre informanter opplever et press om å se «bra ut». Kroppspresset ble beskrevet som negativt og noe mange sliter med, særlig ungdom. Det kom fram en tydelig idealisering og strebing etter en veltrent, høy og muskuløs kropp. Ved oppnåelse av denne idealkroppen følger status, lykke og et godt selvbilde. Dersom man avviker fra idealet kan det medføre dårlig selvbilde, ekskludering og en følelse av å ikke passe inn. Våre funn viser at det snevre kroppsidealet fremdeles regjerer blant unge gutter og at det er et mer eller mindre unisont ønske om å se slik ut. Kroppsidealet kom fram som en faktor for kroppspress og samsvarer i stor grad med tidligere forskning som er trukket fram i teoridelen.

Prestasjonspress var et viktig funn i vår forskning. Det kan se ut til at gutter på utvalgte idrettslinjer føler større press om å prestere innenfor sin egen idrett og aktivitetsfag på skolen, enn at de føler press rundt utseendet. I praksis kommer prestasjonspresset tydelig fram i fag som treningslære og aktivitetslære. I lys av det faktum at en kropp som ser godt trent ut antas å prestere godt, kan prestasjonspresset på mange måter sees i sammenheng med kroppspress innenfor denne idrettskulturen. Miljøet blant guttene på idrettslinjen bar preg av mye snakk om trening, muskler og kosthold. De både kommenterer og sammenligner seg med hverandre når det gjelder kropp og prestasjon. Til tross for at dette anses som en del av kulturen og noe man ikke skal ta seg nær av, kan

vi i lys av deres opplevde usikkerhet rundt tematikken anta at også dette er med i bidraget til økt press på kropp og det å se veltrent ut. Det kom fram at kroppspresset kan oppleves større for idrettselever enn andre elever grunnet deres tilhørighet i et miljø hvor de fleste trener mye og ser bra ut. I tillegg tilbringer idrettselever mye tid i garderoben ettersom de har flere aktivitetsfag. Dette anses som en sentral faktor da garderoben er en arena der kropp blir eksponert og samtidig kan føre til usikkerhet, kommentarer og press. Forskningen vår viser at kroppspress absolutt er til stede blant unge gutter, men at det er et tabubelagt tema. Det kan se ut som at guttene på utvalgte idrettslinjer ser på kroppen sin som et objekt og noe de skal prestere med. Læreplanen i aktivitetslære synes å være relevant her, da den muligens kan påvirke elevenes kroppssyn og dermed potensielt kan bidra til kropps- og prestasjonspress.

6.2 Videre forskning

Til videre forskning kan det være interessant å undersøke hvordan idrettselevenenes lærere forholder seg til tematikken. Forskningen ville da sammenligne idrettslærere og andre lærere, og hvordan de inkluderer kropp og kroppspress i sin undervisning. Vi kan stille spørsmålstegn ved lærernes rolle i å motvirke kropps- og prestasjonspresset dagens unge opplever; hvilke spesifikke tiltak kan lærerne iverksette for å minske presset og dempe stigmaet rundt tematikken? Det ville også vært interessant å undersøke omfanget av prestasjonspress. Gjelder dette bare for idrettslinjen, eller er det slik for andre skoler som ikke tilbyr idrettsfag? I hvilken grad oppleves kropps- og prestasjonspress blant elever i vg2 og vg3?

Litteraturliste

- Bakken, A., Sletten, A. M., & Eriksen, I. M. (2018). Generasjon Prestasjon? Ungdoms Opplevelse av Press og Stress. *Tidsskrift for ungdomsforskning*.
<https://journals.oslomet.no/index.php/ungdomsforskning/article/view/3151/3083>
- Befring, E. (2007) *Forskningsmetode med etikk og statistikk*. (2.utg). Samlaget.
- Bingen, H. M. & Aasbrenn, M. (2012). Fleksibel fagdiskusjon. *Uniped*, 35(3), 16-31.
<https://www.idunn.no/doi/10.3402/uniped.v35i3.19890>
- Braun, V. & Clarke, V. (2006). *Using thematic analysis in psychology*, *Qualitative Research in Psychology*, 3(2), 77-101
<https://www.tandfonline.com.galanga.hvl.no/doi/pdf/10.1191/1478088706qp063oa?needAccess=true>
- Braun, V. & Clarke, V. (2021) *One size fits all? What counts as quality practice in (reflexive) thematic analysis?*, *Qualitative Research in Psychology*, 18(3), 328-352, DOI: 10.1080/14780887.2020.1769238
- Braun, V. & Clarke, V. (2022). *Thematic analysis. A practical guide*. SAGE publications.
- Brottveit, G. (2018). *Vitenskapsteori og kvalitative forskningsmetoder. Om å arbeide forskningsrelatert*. Gyldendal.
- Busch, Tor. (2021). *Akademisk skriving for bachelor- og masterstudenter*. (utg. 2). Fagbokforlaget.
- Caprona, Y. D. (2013). *Norsk etymologisk ordbok*. Kagge forlag.
- Dahle, R. (1999). Kropp og aldring. *Fysioterapeuten*, 66(11), 8-12.
https://www.fysioterapeuten.no/files/archive/512/5204/version/3/file/1199_Fagartikkel1.pdf

- Denzin N. K. (2001). *The reflexive interview and a performative social science*. *Qualitative Research* 1(1) <https://doi.org/10.1177/146879410100100102>
- Denzin N. K. & Lincoln, Y. S. (2018). *The SAGE Handbook of Qualitative Research 5 2018*. Sage publication.
- Diseth, Å. (2019). *Motivasjonspsykologi. Hvordan behov, tanker og emosjoner fremmer prestasjoner og mestring*. Gyldendal Norsk Forlag.
- Dworkin, S. L. & Wachs, F. L. (2009). *Body Panic: Gender, Health, and the Selling of Fitness*. NYU Press. <http://www.jstor.org/stable/j.ctt9qgds8>
- Dyregrov, K. (2019) Selvtillit, selvfølelse og selvbilde. Hva er forskjellen? *Psykobloggen*. <https://mentalhelse.no/aktuelt/psykobloggen/selvtillit-selvfoelse-og-selvbilde-hva-er-forskjellen>
- Eriksen, I. M. & Bakken, E. (2018). Stress, press og psykiske plager blant unge - Hva sier NOVA forskningen? *Oslomet*. https://www.researchgate.net/profile/IngunnEriksen/publication/329155811_Stress_press_og_psykiske_plager_blant_unge_hva_sier_NOVAforskningen/links/5bf8591e92851ced67d378e9/Stress-press-og-psykiske-plager-blant-unge-hva-sier-NOVA-forskningen.pdf
- Eriksen, I. M. & Walseth, E. (2021). *Ungdommen*. Cappelen Damm Akademisk, s. 153-168.
- Gjellan, M., Midtbøe, O. M., Aardal, E. & Vignæs, M. K. (2015, 10.juni). *Én av ti unge vil endre på utseendet*. NRK. <https://www.nrk.no/norge/en-av-ti-unge-vil-endre-pa-utseendet-1.12399764>
- Goldschmidt-Gjerløw, B. & Eriksen, K. G. (2022). *Kontroversielle, emosjonelle og sensitive tema i skolen*. Universitetsforlaget.
- Gondoli, D. M., Corning, A. F., Salafia, E. H. B., Bucchianeri, M. M., Fitzsimmons, E. E. (2011). Heterosocial Involvement, Peer Pressure For Thinness, and Body Dissatisfaction Among Young Adolescent Girls. *ScienceDirect*, 143-148.

https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S1740144510001415?casa_token=GBA5x5FQeAAAAA:pjybL0oyH3vRIGM44ROF8HmBXfBd1Tdo6q3I6YsVmpS_R_XQRF0CPbqUEYv0gnFXo4gw9ZSPg

Jacobsen, D. I. (2021). *Forståelse, beskrivelse og forklaring. Innføring i metode for helse- og sosialfagene* (3.utg.). Cappelen Damm AS.

Jacobsen, D. I. (2022). *Hvordan gjennomføre undersøkelser? Innføring i samfunnsvitenskapelig metode*. (4 utg). Cappelen Damm Akademisk.

Johannessen, A., Tufte, P. A. & Veiden, P. (2006). *Å forstå samfunnsforskning*. Gyldendal Akademisk.

Johannessen, L. E. F., Rafoss, T. W., Rasmussen, E. B. (2019). *Hvordan bruke teori? Nyttige verktøy i kvalitativ analyse*. (2.utg). Universitetsforlaget.

Johannessen, A., Tufte, P. A, og Christoffersen, L. (2021). *Introduksjon til samfunnsvitenskapelig metode* (6. utg.) Abstract Forlag.

Krumsvik, J. R. (2014). *Forskningsdesign og kvalitativ metode*. Fagbokforlaget.

Kunnskapsdepartementet (2019). Læreplan i kroppsøving (KRO01-05). Fastsatt som forskrift. Læreplanverket for kunnskapsløftet 2020. <https://www.udir.no/lk20/kro01-05/kompetansemaal-og-vurdering/kv186?lang=nob>

Kvale, S. & Brinkmann, S. (2015) *Det Kvalitative Forskningsintervju*. (3.utg). Gyldendal Norsk Forlag AS.

Larsen, A. K. (2017). *En enklere metode. Veiledning i samfunnsvitenskapelig forskningsmetode* (2.utg). Fagbokforlaget.

Loland, S. (2000). Kroppssyn, idrett og mosjon. *Tidsskriftet Den Norsk Legeforening*. 120:2919-21. <https://tidsskriftet.no/2000/10/tema/kroppssyn-idrett-og-mosjon>

Madsen, O. J. (2018). *Generasjon Prestasjon*. (2. utg.) Universitetsforlaget.

- McCabe, M. P. & Ricciardelli, L. A. (2004). Body Image Dissatisfaction Among Males Across the Lifespan: A Review of Past Literature, *Journal of psychosomatic research*, 56(6), 675-685. [https://doi.org/10.1016/S0022-3999\(03\)00129-6](https://doi.org/10.1016/S0022-3999(03)00129-6)
- McCabe M. P. & Ricciardelli L. A. (2011) *Body Image. A Handbook of Science, Practice, and Prevention* (2.utg.) The Guilford Press.
- McCreary D. R. & Sasse D. K. (2000). An Exploration of the Drive for Muscularity in Adolescent Boys and Girls. *Journal of American College Health*, 48(6), 297-304, DOI: [10.1080/07448480009596271](https://doi.org/10.1080/07448480009596271)
- Moen, T. & Larøsdottir (2011). *Sentrale aspekter ved kvalitativ forskning*. Tapir akademisk forlag.
- Moen, K. M., Westlie, K. & Skille, E. Å. (2017). Nakenhet som allmenndanning. *Norsk Pedagogisk Tidsskrift*, 101(1), 5-18 <https://www.idunn.no/doi/epdf/10.18261/issn.1504-2987-2017-01-02>
- Moen, K. M. & Rugseth, G. (2018). Perspektiver på kropp i kroppsøvfingsfaget i skolen i faglærerutdanningen i kroppsøving. *Journal for Research in Arts and Sports Education*, 2(1). <https://jased.net/index.php/jased/article/view/1052/2547>
- Nome, D. Ø. (2012). Kroppen som dannelsesarena. *Tidsskrift for norsk helsearbeid.*, 9(2), 144-152 <https://www.idunn.no/doi/full/10.18261/ISSN1504-3010-2012-02-06>
- Nilssen, V. (2012). *Analyse i kvalitative studier. Den skrivende forskeren*. Universitetsforlaget.
- Nyeng, F. (2012). *Nøkkeltbegreper i forskningsmetode og vitenskapsteori*. Fagbokforlaget.
- Ottesen, A. & Thornquist, E. (2015). Kroppen i styringsdokumenter for psykisk helsearbeid. *Tidsskrift for psykisk helsearbeid*, 12(2), 130-138. <https://doi.org/10.18261/ISSN1504-3010-2015-02-0>
- Regjeringen. (2022). Etikk i forskningen. <https://www.regjeringen.no/no/tema/forskning/innsiktsartikler/etikk-i-forskningen/id2000710>

- Ricciardelli, L. A. (2012). Body image development - Adolescent boys. In T. F. Cash (Ed.), *Encyclopedia of body image and human appearance*, 180–186. *Elsevier Academic Press*.
- Rysst, M. & Roos, G. (2014) Kroppsidealer og kroppspress blant noen kvinner i Oslo. *Statens institutt for forbruksforskning*.
https://oda.oslomet.no/odaxmlui/bitstream/handle/20.500.12199/5944/file79609_prosjekt_notat_5-2014_web.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Skaalvik, E. M. & Federici R. A. (2015). Prestasjonspresset i skolen. *Bedre skole* (3. utg.)
<https://utdanningsforskning.no/artikler/2015/prestasjonspresset-i-skolen/>
- Skaalvik, E. M. & Skaalvik, S. (2021). *Skolen som læringsarena. Selvoppfatning, motivasjon, læring og livsmestring* (4. utg.), Universitetsforlaget.
- Skavern, J. (Produsent). (2022). Kroppspress (Sesong 5, Episode 6) [Episode i TV-serie]. Haugen, V. F. (Redaktør). *Kort fortalt - livsmestring*. NRK. <https://tv.nrk.no/serie/kort-fortalt-livsmestring/sesong/5/episode/6/avspiller>
- Sæle, O. (2017). *Danningsperspektiver i kroppøvfingsfaget*. Fagbokforlaget.
- Sæle, O. (2021). *Kroppssyn gjennom historien - og om vår tids kroppsidealer og kroppsfokus*. Gyldendal.
- Sæle, O., Sæther, I. K., & Viig, N. G. (2021): The Ideal Body: A Social Construct? Reflections on BodyPressure and Body Ideal Among Students in Upper Secondary School. *Front. Sports Act. Living* 3:727502. <https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fspor.2021.727502/full>
- Tjora, A. (2021) *Kvalitative forskningsmetoder i praksis* (4. utg.). Gyldendal.
- Ueland, V. (2019). Stigmatisering og skam - en kvalitativ studie om å leve med fedme. *Sykepleieren Forskning*, 14(77012). <https://doi.org/10.4220/Sykepleienf.2019.77012>
- Utdanningsdirektoratet (2020). Læreplan i aktivitetslære (IDR01-02). Fastsatt som forskrift. Læreplanverket for kunnskapsløftet 2020. <https://www.udir.no/lk20/idr01-02/om-faget/tverrfaglige-temaer>

- Utdanningsdirektoratet (2020). Læreplan i treningsledelse (IDR04-03). Fastsatt som forskrift. Læreplanverket for kunnskapsløftet 2020. <https://www.udir.no/lk20/idr04-03/om-faget/tverrfaglige-temaer>
- Utdanningsdirektoratet (2020). Læreplan i breddeidrett (IDR06-03). Fastsatt som forskrift. Læreplanverket for kunnskapsløftet 2020. <https://www.udir.no/lk20/idr03-02/om-faget/tverrfaglige-temaer>
- Utdanningsdirektoratet (2020). Læreplan i idrett og samfunn (IDR03-02). Fastsatt som forskrift. Læreplanverket for kunnskapsløftet 2020. <https://www.udir.no/lk20/idr03-02/om-faget/tverrfaglige-temaer>
- Vignæs, M. K. & Honningsøy, K. H. (2018). *Vi kan ikke nok om guttas kroppspress*. NRK. <https://www.nrk.no/norge/xl/-vi-kan-ikke-nok-om-guttas-kroppspress-1.14070205>
- Vrabel, K. (2021). Hva er kroppspress? *Norsk Psykolog Forening*. <https://www.psykologforeningen.no/publikum/videoer-om-psykisk-helse/videoer-om-livsutfordringer/hva-er-kroppspress>
- Westrum-Rein, J. (2019). *Alle vet jo at det ligger et kroppspress der og at alle kjenner på det*. NRK. <https://www.nrk.no/norge/styrketrener-for-a-se-bra-ut-flere-menn-fole-pa-kroppspress-1.14608950>
- Widerberg, K. (2001). *Historien om et kvalitativt forskningsprosjekt*. Universitetsforlaget.
- Øgård-Repål, A., Strand, S. A. & Karlsen, T. I. (2017). Karakterpress, kroppspress og gjengpress - Fokusgruppeintervju av jenter i 9. klassetrinn etter funn fra Ungdata - Undersøkelsen, *Tidsskrift for psykisk helsearbeid*, 14(2), 109-120. <https://www.idunn.no/doi/full/10.18261/issn.1504-3010-2017-02-03>
- Øksnes, M., Sundsdal, E. & Haugen, C., R. (2018). *Ungdom, danning og fellesskap*. Cappelen Damm Akademisk.

Vedlegg

Vedlegg 1

Intervjuguide



Innledende samtale:

- Presentere oss selv og formålet med prosjektet.
- Fortelle at vi ønsker å høre den individuelle oppfatningen hver elev sitter inne med.
- Påpeke våre roller; hvem som skal stille spørsmål og hvem som observerer og tar tiden.

Hovedspørsmål med eventuelle oppfølgingsspørsmål:

1. Du går nå på idrettslinjen. Driver du aktivt med idrett på fritiden?
 - Om ja: Hvilken?
 - Hvorfor holder du på med denne idretten?
 - Om nei: Trener du på treningssenter?
 - Hvorfor gjør du det?
2. Hva legger du i ordet selvbilde?
3. Hva tenker du når du hører ordet kropp?
 - Knyttet til skole, trening, overgangen fra ungdomsskole til idrettslinje osv.?
4. Har kropp og selvbilde en sammenheng?
 - På hvilken måte?
5. Er det usikkerhet rundt kropp på idrettslinjen?
 - Hvorfor?
6. Hva tenker du når jeg sier kroppspress?
7. Syns du det er et kroppsideal for gutter; en tanke om hva den "perfekte" kroppen er?

- Hvordan da? Kan du beskrive den?
8. Opplever du at det er et bestemt kroppsideal i din idrett?
- Hvordan da? Kan du beskrive det?
9. Har du selv opplevd å kjenne på kroppspress?
- Hvordan opplevdes det?
 - Fortalte du det til noen?
 - Tror du at noen av kompisene dine på skolen har kjent på det?
 - Tror du de hadde fortalt det?
10. Er det situasjoner i skolesammenheng der du tenker over din egen kropp?
- Når? Hvilke?
 - Hvordan opplevde du det?
11. Snakker du og dine kompiser på skolen om kropp?
- Hva snakker dere om?
 - Hvordan opplever du det?
12. Henger kropp og prestasjon sammen for deg?
- På hvilken måte?
13. Kan du fortelle litt om klassemiljøet ditt?
- Trives du?
 - Har du opplevd kroppspress i klassen før?
 - På hvilken måte/hvordan opplevde du dette?

Vedlegg 2

Informasjonsskriv



Hei!

Vi er to studenter fra Høgskulen på Vestlandet, campus Bergen, som går siste semester på Faglærer i kroppsøving og idrett, og nå skal vi skrive bacheloroppgave. I vår bacheloroppgave skal vi gjennomføre et kvalitativt forskningsprosjekt, basert på intervju med tematikken «kroppspress blant gutter» som går på idrettslinje. Vi har valgt å ta utgangspunkt i et utvalg gutter som går på VG1.

Vi vil komme opp på skolen og gjennomføre fysiske intervjuer med de som frivillig vil bidra. Intervjuene vil foregå i undervisningstid. Spørsmålene som stilles vil handle om trening, helse og kroppspress. Det vil bli stilt 10-15 spørsmål, der vi anslår at det vil ta rundt 30-45 minutter.

Intervjuene anslås å bli gjennomført tidlig i mars. Vi setter stor pris på om du ønsker å delta og dele dine tanker og erfaringer med oss. Din stemme er et viktig bidrag i vår forskning. Det er også viktig for oss å si at din deltakelse vil skje anonymt. Ingen navn vil bli skrevet ned. Du som deltaker har rett til innsyn i prosjektet, rett til retting, sletting, begrensning, tilgang til dataportabilitet og rett til å klage til Datatilsynet. Du kan når som helst trekke deg fra prosjektet, uten en spesiell grunn.

Gjerne kontakt oss om du har noen spørsmål vedrørende prosjektet!

Mvh

XXX og XXX

Kontaktinformasjon HVL personvernombud:

Trine Anikken Larsen

+47 55 58 76 82

trine.anikken.larsen@hvl.no

NSD - Sikt personverntjenester:

tlf: 73 98 40 40

Vedlegg 3



Samtykkeskjema

Du har nå meldt deg frivillig til å bidra i vårt forskningsprosjekt hvor formålet er å forske på gutter på idrettslinjen i vg1 sin opplevelse av kroppspress og hvordan dette kan påvirke selvbildet. I dette skrevet gir vi deg informasjon om målene for prosjektet og hva deltakelse vil innebære for deg.

Denne studien er et forskningsprosjekt til vår bacheloroppgave der formålet er å få en dypere forståelse av gutter sin opplevelse av kroppspress. Vår studie retter seg mot gutter på idrettslinjen i vg1. I dette skrevet gir vi deg informasjon om målene for prosjektet og hva deltakelse vil innebære for deg.

Formål

Vi ønsker å belyse et viktig tema som det er mye forskning på blant jenter, men dessverre for lite blant gutter, nemlig kroppspress og selvbilde. Vi ønsker å få et nærmere innblikk i tematikken omkring kroppspress blant gutter på idrettslinjen; hvordan oppleves fokus på trening og kropp for elevene, og hvordan påvirker dette elevens syn på egen kropp?

Hvem er ansvarlig for forskningsprosjektet?

Studentene XXX og XXX er ansvarlig for prosjektet, sammen med veileder Silje Blindheim.

Hvorfor får du spørsmål om å delta?

Vi er interessert i å intervju deg fordi du er gutt på idrettslinjen i vg1. Vi ønsker å belyse viktigheten av tematikken «kroppspress blant gutter», samt bidra til økt kunnskap og åpenhet om gutter syn på egen kropp. Du får spørsmål om å delta i prosjektet fordi du er gutt og elev på idrettslinje VG1. Ditt bidrag er viktig.

Hva innebærer det for deg å delta?

Dersom du takker ja til å delta, ønsker vi å gjennomføre et dybdeintervju med deg. Vi vil legge til rette for møterom, dato og klokkeslett for intervju. Intervjuet vil vare fra 30-45 minutter. Det vil bli

tatt notater og lydopptak underveis i intervjuet. Notater og lydopptak oppbevares beskyttet så lenge forskningen pågår. Intervjuet slettes i sin helhet når prosjektet avsluttes.

Ditt personvern – hvordan vi oppbevarer og bruker dine opplysninger

Det er frivillig å delta i prosjektet. Hvis du velger å delta, kan du når som helst trekke samtykke tilbake uten å oppgi noen grunn. Alle opplysninger om deg vil da bli anonymisert. Det vil ikke ha noen negative konsekvenser for deg hvis du ikke ønsker å delta eller senere velger å trekke deg. Du som deltaker har rett til innsyn i prosjektet, retting, sletting, begrensning, tilgang til dataportabilitet og rett til å klage til Datatilsynet.

Med vennlig hilsen

Studenter

XXX og XXX

Studentenes veileder

Silje Blindheim

Samtykkeerklæring

Jeg samtykker til å delta på dette prosjektet og at mine opplysninger behandles frem til prosjektet er avsluttet.

(Navn, dato)

Studenter:

XXX

XXX

Vedlegg 4

28.03.2023, 10:47

Meldeskjema for behandling av personopplysninger



[Meldeskjema](#) / [Bachelor](#) / Vurdering

Vurdering av behandling av personopplysninger

Referansenummer

472043

Vurderingstype

Standard

Dato

27.02.2023

Prosjekttittel

Bachelor

Behandlingsansvarlig institusjon

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

Prosjektansvarlig

Silje Blindheim

Student**Prosjektperiode**

01.01.2023 - 25.05.2023

Kategorier personopplysninger

Alminnelige

Særlige

Lovlig grunnlag

Samtykke (Personvernforordningen art. 6 nr. 1 bokstav a)

Behandlingen av personopplysningene er lovlig så fremt den gjennomføres som oppgitt i meldeskjemaet. Det lovlige grunnlaget gjelder til 25.05.2023.

[Meldeskjema](#)

Kommentar

OM VURDERINGEN

Sikt har en avtale med institusjonen du forsker eller studerer ved. Denne avtalen innebærer at vi skal gi deg råd slik at behandlingen av personopplysninger i prosjektet ditt er lovlig etter personvernregelverket.

Prosjektet vil behandle særlige kategorier av personopplysninger om helseopplysninger.

FØLG DIN INSTITUSJONS RETNINGSLINJER

Vi har vurdert at du har lovlig grunnlag til å behandle personopplysningene, men husk at det er institusjonen du er ansatt/student ved som avgjør hvilke databehandlere du kan bruke og hvordan du må lagre og sikre data i ditt prosjekt. Husk å bruke leverandører som din institusjon har avtale med (f.eks. ved skylagring, nettspørreskjema, videosamtale el.)

Personverntjenester 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).

MELD VESENTLIGE ENDRINGER

Dersom det skjer vesentlige endringer i behandlingen av personopplysninger, kan det være nødvendig å melde dette til oss ved å oppdatere meldeskjemaet. Se våre nettsider om hvilke endringer du må melde: <https://sikt.no/melde-endringer-i-meldeskjema>

OPPFØLGING AV PROSJEKTET

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

Lykke til med prosjektet!

<https://meldeskjema.sikt.no/63d3a142-6fc4-4aa6-b70e-244d2d8f7261/vurdering>

1/1

Vedlegg 5

Analyseprosessen

Steg 1: Forslag til tema

1	2	3	4	5	6
Treningscenter	Egen idrett	Kropp	Selvbilde	Idrettslinje og kropp	Selvbilde
Selvbilde	Selvbilde	Kroppsideal	Kroppspres	Kroppspres	Kroppsideal
Kropp	Kropp	Kroppspres	Sunt kroppspres?	Teorifag: læring om kropp og kosthold	Kroppspres
Kroppspres	Kroppspres	Prestasjonspres	Kroppsideal	Snakk om kropp	Snakk om kropp
Kroppsideal	Kroppsideal	Snakk om kropp: et sensitivt tema	Snakk om kropp og trening		Prestasjonspres (militæret)
Sammenligne kropp	Snakk om kropp	Idrettslinje og kropp	Idrettslinje og kropp (+teori)		
Idrettslinje og kroppspres	Miljøet på idrettslinjen		Prestasjonspres		
Guttegjengen og kropp	Sensitivt tema				
Kropp og prestasjon					
Klassemiljø					

Steg 2 og 3: Kode datamaterialet og søke etter tema

1	2	3	4	5	6
Kroppsideal på treningssenter	Beskrivelser (kroppsideal), egen idrett	Tanker rundt kropp	Egen definisjon av selvbilde	Garderoben	Egen definisjon av selvbilde
Sammenligning på treningssenter	Sammenheng mellom kropp og prestasjon	Prestasjon vs. utseende?	Sammenheng mellom selvbilde og kropp	Snakk i skolegjengen	Sammenheng (selvbilde og kropp)
Egen definisjon av selvbilde	Egen definisjon av selvbilde	Tanker rundt kroppsideal	Tanker rundt kropp	Kultur på idrettslinjen	Sammenligning (medelever)
Tanker rundt kropp	Tanker rundt selvbilde	Beskrivelser (kroppsideal)	Kalorier	Kalorisnakk i skolegjengen	Tanker rundt kroppsideal
Egen definisjon av kroppspress	Prestasjon	Sosiale medier	Prestasjonspress	Klassemiljø	Kroppsideal på treningssenter
Tanker rundt kroppspress	Egen definisjon av kropp	Kroppsideal (fotball)	Tanker om kroppspress	Idrettslinje vs. andre linjer	Beskrivelser av kroppsideal
Egne opplevelser (kroppspress)	Tanker rundt kropp	Garderobe	Kroppspress blant gutter på idrett	Stereotypisk idrettsleiv	Tanker rundt kropp
Følelser (kroppspress)	Tanker rundt egen kropp	Egne opplevelser med kroppspress	Egne opplevelser med kroppspress	Tanker rundt kropp	Egen definisjon av kroppspress
Konsekvenser av kroppspress	Trening og kropp	Egen definisjon av kroppspress	Negative konsekvenser av kroppspress	Tanker om egen kropp	Garderoben
Innrømmelser om kroppspress	Kommentarer på kropp	Tanker rundt kroppspress	Positive konsekvenser av kroppspress	Egne opplevelser med kroppspress	Kroppspress på idrettslinjen
Egen definisjon av kroppsideal	Tanker rundt kroppspress	Selvbilde	Sammenheng (kropp og prestasjon)	Beskrivelser av kroppsideal	Innrømmelser av kroppspress
Beskrivelser (kroppsideal)	Egne opplevelser med kroppspress	Prestasjon vs. utseende?	Sammenligning (medelever)	Tanker om kroppsideal	Egne opplevelser (kroppspress)
Konsekvenser av kroppsideal	Tanker rundt kroppsideal	Sammenheng (kropp og prestasjon)	Innrømmelser om kroppspress	Innrømmelser om kroppspress	Kalorier
Sammenligning mellom idrettsleiver	Beskrivelser (kroppsideal)	Egne erfaringer med prestasjonspress	Usikkerhet rundt kropp	Ernæring	Snakk med skolegjengen

Følelser (sammenligning)	Beskrivelser (kroppsideal), egen idrett	Usikkerhet	Idrettslinje vs. andre linjer	Kalorier	Sammenheng (kropp og prestasjon)
Konsekvens av sammenligning	Egne opplevelser knyttet til kroppsideal	Snakke med kompis om kropp	Tanker rundt kroppsideal	Kommentarer	Hvorfor idrettslinje?
Sammenligning med andre linjer	Idrettslinje vs. studiespesialiserende	Sensitivt tema	Beskrivelser av kroppsideal	Sammenheng (kropp og prestasjon)	Klassemiljø
Snakk med skolegjengen	Snakkes i guttegjengen	Stereotypisk idrettsleiv	Kroppsideal (håndball)	Prestasjonspress	Idrettslinje og kropp
Sammenheng mellom kropp og prestasjon	Prestasjon	Idrettslinje vs. andre linjer	Kroppsideal (idrettslinjen)	Egen definisjon av selvbilde	Andre situasjoner (kropp)
Beskrive eget klassemiljø	Situasjoner (økt kroppsfokus)	Sammenligning (medelever)	Snakk i skolegjengen		Motsigelser
	Klassemiljø		Kommentarer på kropp		
	Tørre å innrømme ubehageligheter		Snakk om kropp (hjemme)		
	Situasjoner (økt kroppsfokus)		Miljø på idrettslinjen		
			Garderoben		
			Prestasjonspress (aktivitetsfag)		
			Prestasjonspress (teorifag)		
			Klassemiljø		
			Egne opplevelser med prestasjonspress		
			Forventninger (prestasjon)		

Steg 4: Gjennomgå tema

Kroppsideal	Egen definisjon av kroppsideal	Beskrivelser (kroppsideal)	Beskrivelser (kroppsideal) - egen idrett	Kroppsideal (idrettslinjen)	Kroppsideal på treningssenter	Egne opplevelser knyttet til kroppsideal	Konsekvenser av kroppsideal	Tanker rundt kroppsideal
Sammenligning	Sammenligning på treningssenter	Sammenligning mellom idrettselever	Følelser (sammenligning)	Konsekvens av sammenligning				
Selvbilde	Egen definisjon av selvbilde	Tanker rundt selvbilde	Selvbilde	Sammenheng mellom selvbilde og kropp				
Kroppspress	Egen definisjon av kroppspress	Tanker rundt kroppspress	Egne opplevelser (kroppspress)	Følelser (kroppspress)	Konsekvenser av kroppspress (positivt og negativt)	Kroppspress på idrettslinjen		
Kropp: et sensitivt tema	Innrømmelser om kroppspress	Usikkerhet	Sensitivt tema					
Snakk om kropp	Snakk med skolegjengen	Kommentarer på kropp	Snakk om kropp (hjemme)	Kalorier	Ernæring			
Prestasjonspress	Sammenheng mellom kropp og prestasjon	Prestasjon	Prestasjon vs. utseende	Prestasjonspress	Egne opplevelser med prestasjonspress	Forventninger (prestasjon)		
Kropp	Egen definisjon av kropp	Tanker rundt kropp	Tanker rundt egen kropp	Trening og kropp	Situasjoner (økt kroppsfokus)	Usikkerhet rundt kropp		
Kultur på idrettslinjen	Klassemiljø	Stereotypisk idrettselev	Miljø på idrettslinjen	Idrettslinje vs. andre linjer	Garderoben	Prestasjonspress (aktivitetsfag)	Prestasjonspress (teorifag)	Hvorfor idrettslinje?
Motsigelser	Motsigelser							
Sosiale medier	Sosiale medier							

Steg 5: Definere og navngi tema

Kroppsideal	Kroppsideal + Sosiale medier
Kropp: et sensitivt tema	Sammenligning + Kropp: et sensitivt tema + Snakk om kropp + Motsigelser
Kroppspress	Kroppspress
Kropp og selvbilde	Kropp + selvbilde
Idrettslinjen: kroppspress eller prestasjonspress?	Kultur på idrettslinjen + prestasjonspress