



Universitetet
i Stavanger

FAKULTET FOR UTDANNINGSVITENSKAP OG HUMANIORA

MASTEROPPGAVE

Studieprogram: MGL460M

Semester: Vår

Masteroppgave i kroppsøving,
Grunnskolelærerutdanning 5-10.

År: 2023

Forfatter: Kristian Roer Andersen

Veileder: Cathrine Nyhus Hagum

Tittel på masteroppgaven: En kvalitativ studie om hvordan ungdomsskolegutter og deres kroppsøvingslærere opplever kroppspress i guttegarderoben i kroppsøvingsfaget.

Engelsk tittel: A qualitative study on how secondary school boys and their physical education teachers experience body image pressure in the boys' changing room in the physical education subject.

Emneord: Kroppspress, Garderobe, Gutter,
Kroppsøvingslærere, Kroppsøving

Antall ord: 29 973

+ antall vedlegg: 6

Stavanger, 02.06.2023

Forord

Da var omsider tiden kommet for å gjøre mine siste justeringer med denne masteroppgaven. Dette vil også si at min tid som student ved universitet i Stavanger er over. Dette føles både trist og godt på samme tid. Det skal bli vemodig å gå fra en studenttilværelse der jeg har fått meg mange gode venner som virkelig har gjort de siste fem årene fantastiske. Samtidig skal det bli spennende å møte nye utfordringer som nå står foran meg i læreryrket.

Å skrive denne masteroppgaven kan beskrives som å ha vært igjennom en følelsesladet berg- og dalbane. Jeg har til tider vært i dype daler hvor prosessen har vært krevende og frustrasjonen har vært stor. Samtidig har det vært en spennende og læringsfull prosess jeg etter endt prosjekt ikke ville vært foruten.

I arbeidet med masteroppgaven har jeg fått god hjelp fra min veileder Cathrine Nyhus Hagum. Å skrive denne oppgaven har til tider vært ensomt, og det har derfor vært godt å lufte tanker og følelser med noen som er innforstått med prosjektet jeg har jobbet med. Du har gitt gode tilbakemeldinger, oppmuntrende ord, inspirasjon og gode diskusjoner gjennom hele prosessen fra oppgavens start til slutt. Tusen takk for hjelpen! Jeg vil også takke informantene som frivillig har deltatt i intervjuprosessen. Uten dere ville det ikke vært mye å skrive om!

Til slutt vil jeg også rette en takk til familie og venner som har stått ved min side underveis i prosjektet, som alltid har gitt støttende ord og gitt meg motivasjon til å stå på i prosessen. En spesiell takk til min kjæreste Jeannet som har stått i dette sammen med meg, mens hun selv har skrevet sin egen masteroppgave. Det har vært godt å lufte tanker og følelser med noen som vet hva man selv står i.

Kristian Roer Andresen

Stavanger, 02.06.2023

Sammendrag

Temaet for denne masterstudien er kroppspress, gutter og garderobesituasjonen i kroppsøvingsfaget. Studien er rettet mot å undersøke hvordan ungdomsskolegutter og deres kroppsøvingslærere opplever kroppspress i guttegarderoben.

Masterstudien tar til sikte på å besvare problemstillingen «Hvordan opplever og erfarer ungdomsskolegutter og deres kroppsøvingslærere kroppspress i guttegarderoben i kroppsøvingsfaget?». Problemstillingen er konkretisert med tre underordnede forskningsspørsmål: «Hvordan opplever gutter og deres kroppsøvingslærere kroppspresset blant guttene i ungdomsskolen?», «Hvordan opplever guttene og kroppsøvingslærerne tilnærmingen til å følge opp i garderoben?» og «Hvilken tilnærming har kroppsøvingslærerne knyttet til læring om kroppspress og kroppsbilde i kroppsøvingsfaget, og hva erfarer guttene å sitte igjen med?».

For å besvare masterstudiens problemstilling har det blitt anvendt en kvalitativ tilnærming, der intervju har blitt brukt som metode. Utvalget består av 3 kroppsøvingslærere og 9 gutter på ungdomstrinnet. Intervjuene har blitt analysert gjennom en tematisk analyse som er rettet mot å finne dypere mening i informantenes fortellinger gjennom å utvikle temaer.

Resultatene viser at det er store variasjoner i hvordan gutter opplever kroppspress i garderoben. Enkelte gutter opplever kroppspress i større grad, mens hos andre er kroppspresset fraværende. Dette er også erfaringene kroppsøvingslærerne gjør seg. Et hovedfunn er at kroppspress er en betydelig faktor som påvirker flere gutter i garderobesituasjonen. Det opplevde kroppspresset knyttes til at guttene eksponerer kroppene sine i større grad i garderoben enn i andre situasjoner. Dette fører til at flere opplever et økt fokus på kropp og utseende, og dette kan føre til negative følelser, sammenligning med andre og en opplevelse av utilstrekkelighet.

Hvis kroppsøvingsfaget skal bidra til at guttenes kroppspress i garderobesituasjonen reduseres er det viktig at kroppsøvingslærerne møter utfordringen med alvor. Mine resultater viser at det er viktig at kroppsøvingslærerne legger til rette for refleksjon, samtale, aktivitet og tiltak som reduserer kroppspress og fremmer kroppslig bevissthet i form av å skape positive felles holdninger til kropp. Mine resultater viser at slike tiltak kan påvirke guttene i form av å skape tryggere og mindre kroppsfikserte miljøer både i garderoben og i bevegelsesaktivitet i faget.

Nøkkelord: Kroppspress, Kroppsbilde, Garderobe, Gutter, Kroppsøvingslærere, Kroppsøving.

Abstract

The topic of this master thesis is body image pressure, boys, and the changing room in the physical education subject. The study is aimed at investigating how secondary school boys and their physical education teachers experience body image pressure in the boys' changing room.

The master thesis aims to answer the question "How do secondary school boys and their physical education teachers perceive and experience body image pressure in the boys' changing room in the physical education subject?". The issue is concretized with three subordinate research questions: "How do boys and their physical education teachers experience body image pressure among boys in secondary school?", "How do the boys and physical education teachers experience the approach to supervision in the changing room?" and "Which approach do the physical education teachers have in relation to learning about body image pressure and body image in the physical education subject, and what experiences do the boys experience learning?".

In order to answer the master thesis issue, a qualitative approach has been used, where interviews have been used as the method. The selection consists of 3 physical education teachers and 9 boys at the secondary school level. The interviews have been analyzed through a thematic analysis, aimed at finding deeper meaning in the informants' narratives by developing themes.

The results indicates that there are large variations in how boys experience body image pressure in the changing room. Some boys experience body pressure to a larger extent, while for others the body image pressure is absent. These are also the experiences physical education teachers gain. A major finding is that body image pressure is a significant factor that affects several boys in the locker room situation. The perceived body image pressure is linked to the fact that the boys expose their bodies to a greater extent in the changing room than in other situations. This can lead to increased focus on their body and appearance, which can lead to negative feelings, comparison with others, and a feeling of inadequacy.

If the physical education subject is to contribute to reducing the pressure on the boys' bodies in the changing room situation, it is important that the physical education teachers face the

challenge seriously. The study's results show that it is important that physical education teachers facilitate reflection, conversation, activity, and measures that reduce body image pressure and promote body awareness in the form of creating positive shared attitudes towards the body. Furthermore, the results show that such measures can influence the boys in terms of creating safer and less body-fixated environments, both in the changing room and in movement activities in the subject.

Keywords: Body image pressure, Body image, Changing room, Boys, Physical education teachers, Physical education.

Innholdsfortegnelse

Forord	II
Sammendrag	III
Abstract	V
1. Innledning	1
1.1 Tema og bakgrunn for masterstudien	1
1.2 Masterstudiens problemstilling og forskningsspørsmål	2
2. Teoretisk forankring	4
2.1 Tidligere forskning.....	4
2.1.1 Ungdom og kroppspress.....	4
2.1.2 Garderobesituasjonen og kroppspress.....	6
2.1.3 Kroppsøvlingslærere i møtet med kroppspress	7
2.2 Perspektiver på kropp.....	8
2.2.1 Den kartesianske kroppen	8
2.2.2 Vår tids overfladiske kroppstilmæringer.....	9
2.2.3 Den fenomenologiske kroppen	10
2.3 Viktige begreper.....	11
2.3.1 Selvpåfatning	11
2.3.2 Pubertet og sosial utvikling.....	12
2.3.3 Kroppsbilde.....	13
2.3.4 Kroppspress.....	15
2.3.5 Kroppspress blant gutter	16
2.5 Garderobesituasjonen.....	18
2.6 Hva sier læreplanen?.....	20
2.7 Kroppsøvlingslærere i møtet med kroppspress.....	21
3. Metode	23
3.1 Valg av metode.....	23
3.1.1 Intervju som kvalitativ forskningsmetode	23
3.1.2 Fenomenologi og hermeneutikk.....	24
2.1 Utvalg.....	25
3.2.1 Utvalgskriterier	25
3.2.2 Rekruttering	26
3.2.3 Presentasjon av informanter.....	26
3.3 Intervjuprosessen	27
3.3.1 Intervjuguide	27
3.3.2 Pilotintervju.....	28
3.3.3 Datainnsamlingen.....	28
3.4 Forskerrollen	30
3.5 Tematisk dataanalyse.....	31
3.6 Etske overveielser	34
3.7 Kvalitetsvurderinger	35
3.7.1 Reliabilitet.....	35

3.7.2 Validitet.....	36
3.7.3 Overførbarhet	37
4. Resultat og diskusjon.....	39
4.1 Kroppsøvlingslærernes og guttenes erfarte kroppspress blant guttene i ungdomsskolen.....	40
4.1.1 Guttenes kroppslike fokus.....	40
4.2.1 Kroppspress i guttegarderoben.....	50
4.2 Kroppsøvlingslæreren i møte med guttegarderoben.....	61
4.2.1 Dusjsituasjonen.....	61
4.2.2 Tilstedeværelse og tiltak	65
4.3 Læring om kroppspress og kroppslike i kroppsøvlingsfaget	67
4.3.1 Læring om kroppspress og kroppslike i kroppsøvlingsundervisningen.....	68
4.3.2 Læring om kroppspress og kroppslike i garderoben.....	71
5. Oppsummerende konklusjon	74
5.1 Begrensninger og videre forskning.....	76
Litteraturliste.....	78
Vedlegg	87
Vedlegg 1 – Intervjuguide for kroppsøvlingslærere	87
Vedlegg 2 – Intervjuguide for guttene	90
Vedlegg 3 – Informasjonsskriv til kroppsøvlingslærerne	93
Vedlegg 4 – Informasjonsskriv til guttene	96
Vedlegg 5 – Informasjonsskriv til foresatte	99
Vedlegg 6 – Vurdering fra SIKT.....	102

1. Innledning

1.1 Tema og bakgrunn for masterstudien

Temaet for denne masterstudien er unge gutters erfaringer og opplevelser av kroppslig fokus i form av kroppspress, spesielt rettet mot garderobesituasjonen i kroppsøvfingsfaget på ungdomsskolen. Masterstudien vil også ta for seg guttenes kroppsøvlingslæreres erfaringer og opplevelser knyttet til guttenes kroppspress, og egen tilnærming til kropp og garderobesituasjon i kroppsøvlingsundervisningen. Bakgrunnen for masterstudien min er knyttet til flere faktorer. For det første er dette et tema jeg har personlig interesse for. I tillegg er temaet svært aktuelt i dagens samfunn og mediebilde. Jeg ønsker også å undersøke hvordan temaet kan knyttes opp til kroppsøvfingsfagets formål.

«Ingen i klassen dusjer etter gymtimen: – Vi vil ha egne båser» (Fallmyr og Danielsen, 2022). Slik lyder overskriften i en NRK-artikkel utgitt høsten 2022. Artikkelen tar for seg en 10.klasse der ingen av elevene, hverken jenter eller gutter ønsker å dusje etter kroppsøvingstimene. Elevene forteller at de synes at det er ubehagelig å dusje, hvor det forklares at kroppspress er en påvirkende faktor (Fallmyr og Danielsen, 2022). Selv om ingen elever i klassen NRK har besøkt ønsker å dusje etter kroppsøvingstimene, viser forskning gjennomført på elever i Norge at dette er noe de fleste elever er komfortable med (Moen et al., 2017, s. 16). Likevel fremheves det at enkelte fortsatt synes at situasjonen er problematisk. Hvor fornøyd man er med egen kroppsidentitet er et viktig tema i ungdomsårene, ettersom dette er en periode man opplever stor utvikling fysisk, kognitivt og sosialt (Jones og Crawford, 2005, s. 629). I dag utfordres unge menneskers kroppsidentitet i form av et kroppspress som formidles gjennom «alle kanaler», som påvirker unges tanker til hvordan man skal og ikke skal se ut (Bjørnebekk, 2015, s. 28). Kroppspressbegrepet er en samlebetegnelse på hvordan mennesker opplever å ha et utseende og en kropp som skal se ut på bestemte måter (Bjørnebekk, 2015, s. 27). Ungdataundersøkelsen fra 2022 viser at 71% av ungdommer i Norge opplever kroppspress i en eller annen grad, hvor jenter opplever det i større grad enn gutter (Bakken, 2022, s. 36).

Sett opp mot garderobesituasjonen forklarer Bjørnebekk (2015, s. 28) at kroppspress er en viktig faktor til at ungdommer føler det ubehagelig å kle av seg i garderoben. Samtidig viser en kartleggingsstudie gjennomført av Moen et al. (2018, s. 67) at 6 av 10 elever i Norge

opplever å ikke bli passet på av kroppsøvingslærerne sine mens de er i garderoben. Dette er noe Moen sitert av Fallmyr og Danielsen (2022) er kritisk til, hvor hun forteller at en opplevelse av en fraværende kroppsøvingslærer i garderobesituasjonen kan være med på å gjøre situasjonen mer utrygg for elevene. Moen siteres videre ved å forklare at det derfor er viktig at kroppsøvingslærerne og skolene legger til rette for trygge rammer, struktur og mobilforbud i garderobesituasjonen (Fallmyr og Danielsen, 2022). Kroppsøvingsfaget inkluderer også garderobesituasjonen med skift og dusj, hvor allmenndanning og formålet med faget også skal inkluderes (Moen et al., 2018, s. 77). Ifølge Moen et al. (2018, s. 77) er det ønskelig at garderoben skal være en arena der læring skal forekomme naturlig ved at læreren er til stede eller i nærheten. Kroppsøvingslærerne skal derfor kunne inkludere garderobesituasjonen som en del av kroppsøvingsundervisningen. Blant annet skal kroppsøvingslærerne legge til rette for at elevene lærer å «reflektere over hvordan ulike framstillinger av kropp i media og samfunnet påvirker bevegelsesaktivitet, kroppsidentitet og selvbilde», som er et av kroppsøvingsfagets kompetansemål i LK20, både i gymsalen og i garderoben (Utdanningsdirektoratet, 2020, s. 8). Foruten boken *Påkledd i dusjen: om ungdom og kroppspress* (Bjørnebekk, 2015), forteller Moen et al. (2017, s. 6) at norsk forskning innenfor garderobesituasjonen i kroppsøving er begrenset. Internasjonale forskere innenfor kroppsøvingsfeltet fremhever også at det er behov for mer forskning innenfor garderobesituasjonen i kroppsøvingsfaget (Moen et al., 2017, s. 6; O'Donovan et al., 2015, s. 64). Denne masterstudien ønsker derfor å være et forskningsbidrag til å belyse temaet om ungdomsskolegutters og kroppsøvingslæreres opplevelse av kroppspress i guttenes garderobesituasjon i kroppsøvingsfaget.

1.2 Masterstudiens problemstilling og forskningsspørsmål

På bakgrunn av masterstudien teoretiske rammeverk, tidligere forskning og studiens formål har jeg kommet frem til denne problemstillingen.

- **Hvordan opplever og erfarer ungdomsskolegutter og deres kroppsøvingslærere kroppspress i guttegarderoben i kroppsøvingsfaget?**

For å få en dypere forståelse og mer informasjon om informantenes opplevelser og erfaringer av kroppspress i guttegarderoben har jeg utviklet tre underordnede forskningsspørsmål:

- 1. Hvordan opplever gutter og deres kroppsøvingslærere kroppspresset blant guttene i ungdomsskolen?**
- 2. Hvordan opplever guttene og kroppsøvingslærerne tilnærmingen til å følge opp i garderoben?**
- 3. Hvilken tilnærming har kroppsøvingslærerne knyttet til læring om kroppspres og kroppsbilde i kroppsøvingsfaget, og hva erfarer guttene å sitte igjen med?**

2. Teoretisk forankring

I dette kapittelet vil masterstudiens teoretiske grunnlag bli presentert. Teorien som blir presentert står til grunn for min grunnleggende forståelse av temaet som skal forskes på. Masterstudiens problemstilling har fortalt at det ønskes å undersøke både ungdomsskolegutter og deres kroppsøvingslæreres opplevelse av kroppspress knyttet til garderobesituasjonen. For å kunne få en vid forståelse av det masterstudien ønsker å undersøke er kapittelet delt inn i ulike deler for å kunne forstå kroppspress som fenomen, og kroppspress som fenomen i garderobesituasjonen. Først vil studien ta for seg *Tidligere forskning (2.1)* knyttet til fenomenet, for så å se videre på *Perspektiver på kropp (2.2)*. Neste delkapittel vil ta for seg *Viktige begreper som Selvoppfatning, Pubertet og sosial utvikling, Kroppsbilde, Kroppspress og Kroppspress blant gutter (2.3)*. Videre vil teorien presentere *Garderobesituasjonen (2.5)*, for så å gå igjennom *Hva læreplanen sier om kropp og press i skolen og kroppsøvingsfaget (2.6)*. Avslutningsvis vil teorikapittelet ta for seg *Lærere i møtet med kroppspress (2.7)*.

2.1 Tidligere forskning

I dette delkapittelet vil det bli presentert relevant forskning for masterstudien. Kroppspress som forskningsfelt er stort. Delkapittelet vil derfor presentere både norsk og internasjonal forskning som er gjennomført tidligere på feltet. Kapittelet vil presentere forskning delt inn i tre deler. Delene kapittelet er delt inn i er *Kroppspress blant ungdom (2.1.1)*, *Kroppspress i garderobesituasjonen (2.1.2)* og *Lærere i møtet med kroppspress (2.1.3)*.

2.1.1 Ungdom og kroppspress

Hvert tredje år gjennomfører NOVA (Norsk institutt for forskning om oppvekst, velferd og aldring) spørreundersøkelsen *Ungdata – nasjonale resultater* i de aller fleste kommuner i Norge (Bakken, 2022). Hensikten med Bakken (2022) sin undersøkelse er å gi en oppdatert rapport på norske ungdommers fritidsaktiviteter og hvordan ungdom i Norge har det. Et av temaområdene rapporten tar for seg er helse, hvor deltakerne blant annet har blitt spurt om ulike former for press i deres hverdag. På spørsmålet «Press om å se bra ut eller ha en fin kropp» svarer 14% at de opplever «svært mye press», mens 12% har svart at de opplever «mye press» (Bakken, 2022, s. 36). I den nyeste rapporten som blir lagt frem på området er det ikke et skille mellom jenter og gutter. Dette hadde derimot rapporten fra Ungdata undersøkelsen fra 2018 der 10% av guttene og 35% av jentene svarer at de opplever påstanden «Press om å se bra ut eller å ha en fin kropp», «mye» eller «svært mye» (Bakken,

2018, s. 73). Gjennom undersøkelsen ser man at kroppspress er noe som er til stede blant unge, hvor jenter opplever det i litt større grad enn gutter. Likevel viser undersøkelsene at begge kjønn er påvirket av press knyttet til utseende eller kropp. Ifølge Bakken (2022, s. 36) kan kroppslige forventninger og press skape grobunn for en hverdag med mye stress, noe ungdommer opplever svært variert. Likevel påpeker Bakken (2022, s. 36) at stress ikke nødvendigvis bare er noe negativt. Med dette eksemplifiserer han med at stress kan gi mer energi og gjøre deg i stand til å prestere og fokusere.

Elvebakk et al. (2018) har gjennomført en studie som undersøker om fremstillinger av kroppsideal skaper kroppspress. Utgangspunktet for deres studie er at de unge i dagens samfunn lever i en «kompleks medievirkelighet» hvor ulike sosiale medier spiller vesentlige roller. Ifølge Elvebakk et al. (2018) er et tema som mange har gitt oppmerksomhet sammenhengen mellom sosiale medier, kroppsidealer og kroppspress. Noe som kjennetegner de sosiale mediene er at bildebruk dominerer, hvor det gjennom bildene forsterkes et fokus rettet mot kropp, utseende og ytre faktorer. Forskningen til Elvebakk et al. (2018) fokuserer på hva ungdom tenker om dette, og hvordan de forholder seg til idealer og press. Dataen knyttet til forskningen er hentet fra et forskningsprosjekt som heter «Body Curriculum i skolen» som har vært et tverrfaglig prosjekt i fagene norsk og kroppsøving som har foregått over ett semester. Studien er gjennomført i samarbeid med en ungdomsskole i Akershus, der datamaterialet er hentet fra en 10.klasse som har deltatt i prosjektet. Studien viser at elevene i prosjektet på god vei bekrefter de stereotypiske kroppsidealene som annen forskning tidligere har bevist. På spørsmål om hvordan elevene forholder seg til kroppsidealer de møter i media svarer jentene at de motiveres, men samtidig undertrykkes av bildene de møter. Medienes store fokus på det ytre får derfor betydning for hvordan elevene ser på seg selv.

Jones og Crawford (2005) har gjennomført en studie der de de forsker på hvordan bekymringer knyttet til vekt og muskler, spiller inn på unge gutters kroppsmisnøye. Studien legger vekt på at veien til kroppsmisnøye hos unge gutter er todelt i form av de to aspektene: bekymring til vekt og muskulær bekymring. Studien har forsket på 128 gutter i 13 og 16-årsalderen utenfor en storby i USA, gjennom en spørreundersøkelse. Resultatene i studien indikerte at bekymringer til vekt og muskler hver for seg utgjorde viktige faktorer knyttet til misnøye i eget kroppsbilde hos gutter. Hos guttene ble bekymringer til vekt knyttet til høy kroppsmasseindeks (KMI) og jevnlig prat om utseende med venner. Bekymringer rundt muskler er betydelig høyere hos gutter som prater jevnlig om muskelbygging, har lavere KMI

og er eldre. Samtidig viser funn i forskningen på modellen at gutter som ofte prater om muskelbygging opplever kroppsmisnøye i mindre grad enn gutter som blir påvirket i større grad av andre faktorer i modellen. Jones og Crawford (2005) konkluderer sin studie med å få frem viktigheten av å skille mellom bekymringer til vekt og muskler i den totale forståelsen av unge gutters kroppsbilde.

2.1.2 Garderobesituasjonen og kroppspress

Høsten 2014 gjennomførte Moen et al. (2017) en studie om kroppsøvingfaget. Studien ble gjennomført ved hjelp av et spørreskjema, der 751 grunnskoleelever på 5.-10.trinn ble spurt om ulike sider av kroppsøvingfaget. Et av områdene elevene ble spurt om, omhandlet skifting og dusjing i garderoben. I Moen et al. (2017) sin artikkel *Nakenhet som allmenndanning*, presenterer de hvordan elevene opplever denne situasjonen. I studien kommer dert frem at så og si alle elevene som har svart i undersøkelsen (99%) svarte at skolen forventer at de skal bytte til gymtøy før kroppsøving, hvor 97% selv også ønsker å skifte i forkant. Fire av fem elever oppgir også at de er nødt til å dusje i forbindelse med kroppsøvingfaget. På disse spørsmålene er det ingen signifikante forskjeller mellom jenter og gutter. Samtidig viser studien at det er flere på ungdomstrinnet enn på barnetrinnet som oppgir at de ikke er nødt til å dusje etter kroppsøvingstimene. På spørsmål om elevene må dusje uten klær sier 91% av elevene seg enig, hvor 97% svarer at de også dusjer uten klær. Elevene ble også spurt om de syntes det er greit å dusje i forbindelse med kroppsøvingfaget. Her svarte 88% av elevene ja. På ungdomstrinnet svarte 18% av jentene at de ikke syntes det var greit å dusje, mens hos guttene svarte 11% seg enig i samme påstand. I artikkelen konkluderer Moen et al. (2017) med at de aller fleste elever ønsker å dusje, og dusjer etter kroppsøvingstimene uten klær. Dette gjelder uavhengig av klassetrinn eller kjønn. Samtidig påpeker de at for noen få, så kan skift og dusj tilknyttet kroppsøvingfaget være en utfordring.

Moen, Westlie, Bjørke og Brattli (2018) har gitt ut en nasjonal kartleggingsstudie om hvordan 3226 elever, 139 lærere og 46 skoleledere opplever kroppsøvingfaget. I den nasjonale kartleggingen kommer det frem noen aspekter knyttet til skift og dusj som ikke blir dekket i Moen et al. (2017). I likhet med undersøkelsen i Moen et al. (2017) svarer de fleste elever at det forventes, og at de selv ønsker å skifte til kroppsøvingstøy før kroppsøvingstimene. Flertallet (73%) av elevene sier seg «helt enig» eller «enig» i påstanden som omhandler om de synes det er greit å dusje etter kroppsøvingstimen. Likevel viser undersøkelsen at 35% svarer seg «helt enig» eller «enig» i påstanden om at de ikke liker å være nakne sammen med

andre. Elevene ble også stilt spørsmål om hvordan de opplever kroppsøvlingslærerens tilstedeværelse i garderoben, der 6 av 10 svarer at de opplever liten tilstedeværelse. Elevene har også fått spørsmål om hvordan de opplever kroppsøvlingsstimen, hvor de blir spurt om påstanden: *Jeg er misfornøyd med kroppen min*. På påstanden svarer 22% seg «Helt enig» eller «Enig», fordelt på 13% hos jenter, og 6% hos gutter. Det er altså flere jenter enn gutter som sier de føler på dette, men det viser seg også å være til stede hos enkelte gutter. Resultatene viser også at det er flere på ungdomsskolen enn mellomtrinnet som føler på dette.

I den nasjonale kartleggingen (Moen et al., 2018) har lærere også blitt spurt om diverse forhold knyttet til garderobesituasjonen i kroppsøvlingsfaget. På spørsmål om elevene deres må dusje etter kroppsøvlingsstimene, svarer 62% ja på dette. Lærerne ble også spurt om de tilrettelegger dusj- og garderobesituasjonen for elever som har behov for det. Her svarer 78% ja, 2% nei, mens 19% svarer at det ikke er aktuelt. Et interessant funn som kan legges til var at undersøkelsen viste at en høyere andel av elever med kvinnelig kroppsøvlingslærer (62%), enn elever med en mannlig lærer (40%) oppgir at de må dusje i kroppsøvlingsfaget.

En dansk studie av Frydendal og Thing (2020) har utforsket skift- og dusjsituasjonen knyttet til kroppsøvlingsfaget på videregående skoler i Danmark. Ifølge Frydendal og Thing (2020) er mange unge i Danmark motvillige til å skifte og dusje i samme rom som medelever, hvor studien ønsker å forstå hvorfor. Studien har gjennomført 8 fokusgruppeintervjuer med 64 elever av begge kjønn. I studien kommer det frem at mange elever føler på skam og flauhet knyttet til å eksponere sine nakne kroppene i garderoben. Elevene forteller at faktorer som påvirker dette kan være bekymring knyttet til hvordan andre oppfatter kroppene deres, eller redsel for å bli tatt bilde av uten klær. Det kommer også frem at å være bevisst på at andre er skamfulle i situasjonen påvirker enkelte elevers egen skamfullhet. Studien viser også at dette kan påvirke elevenes deltakelse i de fysiske aktivitetene i kroppsøvlingsfaget, der elevene for eksempel prøver å unngå å svette, slik at de kan unngå dusjsituasjonen i etterkant av timen.

2.1.3 Kroppsøvlingslærere i møtet med kroppspress

Ifølge Kerner et al. (2022) har skolen blitt posisjonert som en egnet plass for læring og utvikling av eget kroppsilde. Deres studie tar utgangspunkt i å gjennomgå innhold og effektivitet i opplegg utviklet for å fremme læring om kroppsfokus og kroppsilde i kroppsøvlingsfaget. De vektlegger at det er lite informasjon om rollen til kroppsøvlingsfaget når det kommer til læring rundt kroppsilde hos elevene. Studien har tatt for seg en

masseundersøkelse av 1185 artikler. Utvalgskriteriene er basert på: 1. *Intervensjoner, opplegg eller læreplaner knyttet til kroppsøving sfaget som utforsker kroppsbilde eller lignende fenomener.* 2. *fokusert mot barn og unge opp til 18 år.* 3. *Utført i tidsrommet 2000-2021.* 4. *Kvantitative og kvalitative metoder.* 5. *Utgitt på engelsk (Hele verden).* Etter å ha gjennomført masseundersøkelsen sto studiet igjen med 19 artikler som videre ble vurdert. I artiklene viste det seg at opplegg rettet mot fysisk aktivitet og trening var den mest brukte intervensjonsformen, etterfulgt av programmer om kritiske sosiokulturelle perspektiver rettet mot bevegelsesopplevelser og kroppslig funksjonalitet. Etter å ha gjennomgått artiklene viste de fleste programmene til vellykkede resultater. Det er derfor sannsynlig at skoler og kroppsøvingslærere som er bevisste og gjennomfører opplegg i kroppsøvingsundervisningen rettet mot læring om eget kroppsbilde hos elevene, vil være positivt for elevenes kroppslige bilde.

2.2 Perspektiver på kropp

Tanker rundt kropp og det kroppslige finner man spor av helt tilbake til antikken (Moen og Rugseth, 2018, s. 157). I Dette kapittelet vil det bli presentert tre ulike kroppssyn, som ifølge Sæle (2021, s. 109) utgjør viktige ideologiske bidrag for å forstå undervisningspraksisen i kroppsøving sfaget og hvorfor elever tenker som de gjør rundt kropp. De ulike kroppssynene som vil bli presentert er et objektivt, et medialt og et subjektivt perspektiv på kropp.

2.2.1 Den kartesianske kroppen

Den kartesianske måten å tenke på kroppen som et objekt er særlig forbundet med filosofen René Descartes, som levde på første halvdel av 1600-tallet (Moen og Rugseth, 2018, s. 157; Sæle, 2021, s. 109). Descartes (1992) baserer seg på en dualistisk antropologi, der mennesket deles inn i en kognitiv substans og en utstrakt substans (Sæle, 2021, s. 109). Forestillingen om kropp er altså todelt, der Descartes (1992) avgrenser legemet med tilhørende sanseapparater og bevegelsesevne til å høre til det ytre, mens egenskaper som blant annet smak, lukt, og farge oppfattes som konstrueringer fra menneskets tenkning (Sæle, 2021, s. 109). Denne tankemåten åpnet muligheter for å skille kropp og sjel, der kroppen forstås som en fysisk størrelse, mens man gjennom å tenke kan finne kunnskap (Moen og Rugseth, 2018, s. 157). Ved å tenke på denne måten plasserte Descartes seg blant opplysningstenkere som forsto menneskets kropp som noe ensidig materielt, som en del av all annen natur (Sæle, 2021, s. 109). Den dualistiske forståelsen har vært sentral knyttet til moderne idrett og medisin, der

kroppen forskes på som et objekt i form av en instrumentell størrelse, som skiller seg fra menneskets psykiske aspekter i form av blant annet emosjoner, psyke og sosiale ferdigheter (Loland, 2000). Det kartesianske kroppssynet baserer seg derfor på det målbare, tekniske og effektive knyttet til kroppen som et presterende materiale (Sæle, 2021, s. 109).

Ifølge Sæle (2021, s. 110) er idrettens kroppsideologi tydelig til stede i kroppsøvfingsfaget gjennom at faget fortsatt praktiserer klassiske idrettsdisipliner som anatomi, biomekanikk, ernæring eller treningslære. Moen og Rugseth (2018, s. 157) forklarer at i kroppsøvfingsfaget vil en dualistisk måte å tenke på kropp komme til uttrykk ved at kroppslige prestasjoner og kroppen generelt forstås fysiologisk eller fysisk. Dette vil føre til at kroppen forstås som et biomekanisk objekt, som har forutbestemte målbare normer knyttet til hvordan den skal prestere (Augestad, 2003; Moen og Rugseth, 2018, s. 158; Tangen, 2004). Målbare kroppslig prestasjoner eller resultater kan også uttrykkes språklig, hvor typiske uttrykk i en idrettslig kroppsøvingssammenheng kan være «å løpe fort», «kaste langt» eller «å score mest» (Moen og Rugseth, 2018, s. 158). Et kartesiansk perspektiv på kropp vil derfor kunne rettes mot en kroppsøvingundervisning der et prestasjonsklima er gjeldende. Dette er et klima som er konkurranseorientert, hvor prestasjoner elevene imellom sammenlignes (Tvedt, 2015).

2.2.2 Vår tids overfladiske kroppstilmæringer

En som strekker seg lenger i idealiseringen av kroppen enn Descartes, er den franske filosofen og samfunnskritikeren Jean Baudrillard (1929-2007) (Sæle, 2021, s. 110). Baudrillard mener at det er vår bruk av sosiale medier som former vår tankegang om kropp. Før i tiden ble det begått innsats for å overbevise mennesket om at kroppen var noe som ikke eksisterte, noe som har endret seg helt i nyere tid (Baudrillard, 1998, s. 129). I dag er det mange krefter som arbeider for å overbevise mennesket om kroppene deres, med særlig påvirkning fra sosiale medier og forbrukersamfunnet. Baudrillard (1998, s. 129) mener at kroppen ses på som et objekt eller en gjenstand i sosiale medier og forbrukersamfunnet, hvor det alltid vil være en gjenstand som er mer attraktiv, finere og mer verdifull. Gjenstanden som beskrives er kroppen. Han ser derfor på mennesket som et passivt vesen som former egne kroppsbilder gjennom påvirkning. Bildene mennesket gjør seg om en sann kropp stammer derfor fra virtuelle bilder eller bilder man ser i media (Sæle, 2021, s. 110).

Innenfor et slik kroppslig perspektiv mener Baudrillard at mennesket lever i en «tingliggjort» livsverden, der ethvert selvstendig kroppssubjekt er blitt erstattet med en forestilling der

kroppen oppfattes som en gjenstand (Sæle, 2021, s. 110). I motsetning til å representere noe «autonomt» eller «intensjonalt», blir kroppen sett på som noe som kan justeres etter medie- og forbrukersamfunnets verdinormer (Baudrillard, 1998, s. 129; Sæle, 2021, s. 110). Ifølge Sæle (2021, s. 111) er et viktig begrep i Baudrillards tankegang «hyperrealitet». Dette er et begrep som brukes i semiotikken og postmoderne filosofi, som beskriver en manglende evne til å kunne skille mellom virkelighet og fantasi. Baudrillard bruker begrepet til å forklare hvordan kroppen oppfattes som en idealisert størrelse som blir skapt av medie- og forbrukersamfunnet (Sæle, 2021, s. 111). Han mener derfor at det forekommer en illusorisk kroppsframstilling, som han omtaler som en «derealisert kropp» (Sæle, 2021, s. 111).

2.2.3 Den fenomenologiske kroppen

Det subjektive perspektivet på kropp baserer seg på at man er til stede og finnes i verden, hvor å være kroppslig til stede gjør oss alle til unike subjekter (Moen og Rugseth, 2018, s. 158). Maurice Merleau-Ponty (1906-1962) blir stadig omtegnet som «kroppens filosof», hvor han blir sett på som den første vestlige filosofen som har fått gjennomslag i en teori om kropp (Engelsrud, 2006, s. 30). I Merleau-Ponty sin tankegang eksisterer det et integrert samspill mellom menneskers bevissthet og kropp, ved at menneskers bevissthet formes utfra det fysiske, «kroppslige virke i verden» (Sæle, 2021, s. 111). I det integrerte samspillet er det «vår kroppslige væren som er utgangspunkt for vår tenkning eller bevissthet» (Sæle, 2021, s. 111). På denne måten tar Merleau-Ponty utgangspunkt i et fenomenologisk kroppsperspektiv, der det ikke er tanken som former vår virkelighetskjennelse, slik Descartes mener, men kroppen. Kroppen blir derfor sett i ett mer autonomt, aktivt og positivt bilde, enn hos Baudrillard og Descartes (Sæle, 2021, s. 111). Merleau-Ponty sin kroppsfenomenologi har tatt utgangspunkt i Heideggers eksistensialisme, i form av at «våre kroppslige levde liv i en fysisk verden» danner grunnlag for at kropp er noe man er, i motsetning til noe man har (Sæle, 2021, s. 111).

Ifølge Sæle (2021, s. 112) oppfattet ikke Merleau-Ponty kroppen kun som noe subjektivt, ettersom den også kan erfares å fremstå som noe objektivt. For eksempel kan et ben oppfattes som en objektiv størrelse. Det avgjørende innenfor hans kroppsfilosofi er at hele vår livserfaring skjer gjennom sansene våre. Ifølge Moen og Rugseth (2018, s. 159) kan en kroppslig identitet med utgangspunkt i kroppsfenomenologien, ikke skapes uavhengig av de kroppslige erfaringene man tilegner seg i verden. Moen og Rugseth (2018, s. 159) forklarer dette slik: «Den kontakten og følelsen den enkelte har med seg selv, det blikket vi ser oss selv

med og det språket vi har tilgjengelig for å snakke til oss selv og om oss selv, henter næring og inspirasjon fra omgivelsene».

2.3 Viktige begreper

Dette delkapittelet vil ta for seg viktige begreper innenfor hvordan man som menneske oppfatter seg selv og egen kropp. Det vil også bli presentert faktorer som spiller inn på hvordan oppfattelsene og opplevelsene knyttet til kropp kan påvirkes. Delkapittelet vil ta for seg begrepene *Selvoppfatning (2.3.1)*, *Pubertet og sosial utvikling (2.3.2)*, *Kroppsbilde (2.3.3)*, *Kroppspress (2.3.4)* og *Kroppspress blant gutter (2.3.5)*.

2.3.1 Selvoppfatning

Begrepet selvoppfatning innebærer alle oppfatninger, vurderinger, forventninger, tro eller kunnskap en person har om seg selv (Skaalvik og Skaalvik, 2021, s. 88). Begrepet har altså mange aspekter, men begrepet selvoppfattelse eller selvbylde brukes som en fellesbetegnelse. En person kan for eksempel ha en oppfatning av seg selv som skoleelev, venn eller håndballspiller. Skaalvik og Skaalvik (2021, s. 88) forklarer at en oppfatning av seg selv som skoleelev er forbundet med skolefaglige prestasjoner. Denne oppfatningen vil innebære vurdering knyttet til tidligere prestasjoner, og også forventninger knyttet til prestasjoner i fremtiden. Andre selvoppfatninger kan være knyttet til områder som for eksempel en persons oppfattelse av eget utseende (Skaalvik og Skaalvik, 2021, s. 88). Ifølge Skaalvik og Skaalvik (2021, s. 88) er en persons oppfatninger av seg selv viktige faktorer knyttet til hvordan personen tenker, handler, føler eller motiveres. Hvordan en person oppfatter seg selv bunngrunnen i personens tidligere erfaringer, hvor personens forståelse og tolkning knyttet til erfaringene, er vesentlige i forhold til hvordan personen oppfatter seg selv. Oppfatningene er derfor subjektive, som vil si at en persons oppfatninger om seg selv vil være annerledes enn hvordan andre personer observerer vedkommende (Skaalvik og Skaalvik, 2021, s. 89).

Et begrep som beskriver et viktig aspekt av en persons selvoppfatning er personlig verdsettelse, som innebærer å respektere og akseptere seg selv for den man er (Skaalvik og Skaalvik, 2021, s. 92). Ifølge Hulme et al. (2012, s. 169) vil en lav grad av personlig verdsettelse assosieres med en mer negativ oppfattelse av seg selv, som blant annet kan ha en negativ innvirkning på en persons psykiske helse. I motsetning til en lav grad av personlig verdsettelse, vil en person med høy grad av personlig verdsettelse kunne assosieres til høyere

grad av psykisk velvære, god fysisk helse og mindre opplevd stress (Keizer et al., 2019, s. 1203). For å kunne forstå hvordan en persons selvverd utvikles og endres skiller Skaalvik og Skaalvik (2021, s. 95) mellom et individorientert og et sosialorientert perspektiv. Et individorientert perspektiv til selvverd omhandler hvilken grad en person klarer å innfri sine egne ambisjoner og idealer. Samtidig vil ikke en persons ambisjoner og idealer kunne skille seg helt fra miljøet personen lever i (Skaalvik og Skaalvik, 2021, s. 95). For eksempel vil en persons ambisjoner og idealer knyttet til kroppslig utseende ikke være helt upåvirket fra miljøet personen lever i.

2.3.2 Pubertet og sosial utvikling

Puberteten er en fase som markerer overgangen mellom barndom og kjønnsmoden alder der det skjer store biologiske endringer i kroppen (Vandvik og Nesheim, 2022). For gutter begynner denne perioden som regel i en alder mellom 10 og 15 år (Brooks-Gunn og Reiter, 1990; Kvalem og Wichstrøm, 2007, s. 18). Årsakene til pubertetsendringene er at kroppen produserer kjønns- og veksthormoner i økt grad (Kvalem og Wichstrøm, 2007, s. 19). Hos gutter vil dette føre til økt produksjon av testosteron som fører til utvikling i størrelse på penis og testikler. Veksthormonene resulterer i den raskeste perioden med vekst siden spedbarnsalder. Ved siden av høydevekst vil gutter oppleve å få mer muskler, bredere skuldre, mørkere stemme og mer hårvekst i ansiktet (Kvalem og Wichstrøm, 2007, s. 19). Det er stor variasjon i tidspunkt og varighet av pubertet mellom jevnaldrende (Archibald et al., 2003, s. 39; Kvalem og Wichstrøm, 2007, s. 19). Dette kan også føre til variasjon i hvor fornøyde gutter er med egen kropp og utseende i ungdomsårene. Ifølge Kvalem og Wichstrøm (2007, s. 19) er det mer sannsynlig at gutter som modnes tidligere er mer fornøyd med eget utseende, enn de som modnes sent. Samtidig beskriver yngre tenåringer å oftere mer intense følelser, der det er stort spenn mellom det positive og negative, enn hos en voksen person (Kvalem og Wichstrøm, 2007, s. 20). På tross av at puberteten kan virke utfordrende for noen i perioder, legger Kvalem og Wichstrøm (2007, s. 20) vekt på at de aller fleste ungdommer håndterer perioden med biologiske endringer greit.

En tenårings biologiske utvikling er ikke alltid i takt med den psykologiske modenheten og de sosiale forventningene man står ovenfor (Erling, 2001, s. 91). I ungdomstiden er sosiale relasjoner til foreldre og jevnaldrende ofte sett på som to ulike aspekter, som begge er en viktig del av en tenårings sosiale liv (Kvalem og Wichstrøm, 2007, s. 28). I tenårene skjer det ofte en tilbaketrekning fra voksne, som vil føre til at de sosiale relasjonene i vennegruppen

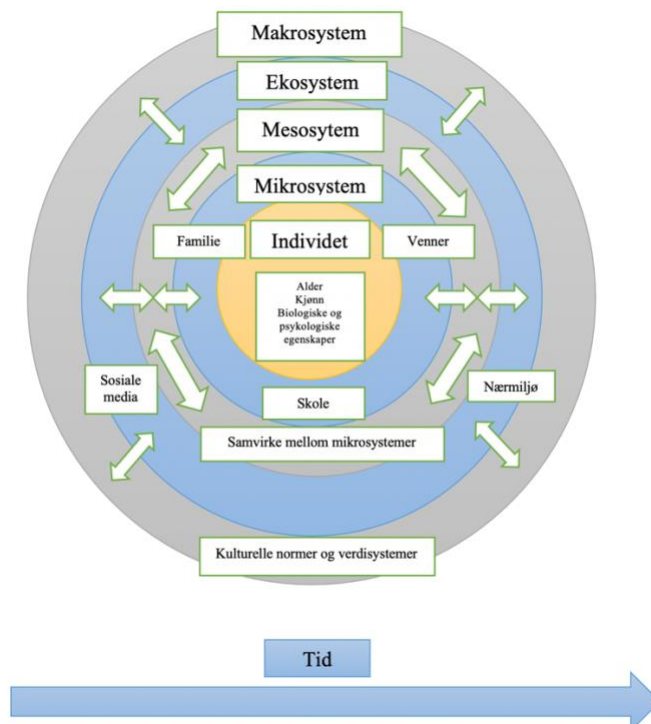
ofte vil foregå mer fristilt fra voksnes innflytelse. Dette fører blant annet til at kroppsbildet hos unge påvirkes i større grad av jevnaldrende, enn deres foreldre (Hosseini og Padhy, 2019). Endringen i det sosiale mønsteret kan delvis skyldes en søken etter identitet. Derfor blir forholdet til jevnaldrende en viktig del av selvutviklingen i ungdomsårene, der venner kan bli sett på som en viktig kilde for emosjonell støtte og sosial tilhørighet, der man kan utforske og lære (Kvalem og Wichstrøm, 2007, s. 28). Selv om vennskap og sosiale relasjoner til jevnaldrende kan være viktig for sosial tilpasning og psykisk velvære, kan det også føre til økt stress. Ifølge Kvalem og Wichstrøm (2007, s. 28) kan dette knyttes opp mot den kontinuerlige sammenligningen mellom unge, som kan ha en negativ effekt på selvfølelsen. Her vil ungdom blant annet oppleve forventninger til hvordan de sosiale relasjonene skal være. Disse forventningene kan påvirkes fra for eksempel sosiale medier. Ungdom som opplever ustabilitet i relasjoner eller ensomhet, er også mer utsatt for å utvikle internaliserende vansker som angst eller depresjon. Dette kan skyldes mangel på sosial kompetansetrening og redusert tilbakemelding på deres atferd og væremåte, noe som antas å være viktig for å danne et trygt selvbilde (Harter, 1990; Kvalem og Wichstrøm, 2007, s. 31).

2.3.3 Kroppsbilde

En av pionerne innenfor forskning på kroppsbilde er Paul Schilder, som i 1950 definerte kroppsbilde som «Bildet av vår egen kropp som vi danner i sinnet, forteller oss hvordan kroppen fremstår for oss selv» (Grogan, 2022, s. 4). Siden 1950 har forskere sett bredere på begrepet «kroppsbilde» utover Schilders definisjon (Grogan, 2022, s. 4). I dag er en vanlig tilnærming å dele begrepet kroppsbilde inn i to forskjellige elementer. Ett perseptuelt element som knyttes til estimeringen av ens egen størrelse og utseende, og et holdningselement som knyttes til hvilke følelser og holdninger man har til sin egen kropp (Grogan, 2022, s. 4). På bakgrunn av disse elementene har Grogan (2022, s. 4) definert kroppsbilde som «En persons persepsjoner, tanker og følelser knyttet til egen kropp». Ulike personers kroppsbilde kan variere fra å være positivt, til negativt, eller være et sted imellom (Gattario, 2013, s. 13). Ifølge Gattario (2013, s. 13) er en vanlig å måte å måle en persons kroppsbilde, å måle personens følelse over egen kropp, som kan forstås som en persons selvtilit ovenfor egen kropp. Mendelson et al. (2001, s. 104) har foreslått at en persons følelse av egen kropp består av tre ulike deler. De tre delene består av følelser om vekt, følelser om utseende, og tanker om hvordan andre ser på ens egen kropp (Mendelson et al., 2001, s. 104). Tanken bak disse tre delene er å bruke de til å kunne plassere personer fra lav til høy kroppsfølelse/kroppsbilde. Gattario (2013, s. 14) mener likevel det er nødvendig å være kritisk til Mendelson et al.

(2001) sine tre deler for å forstå en persons kroppsbilde, ettersom deres konsept ikke klarer å fange opp hele essensen av en persons kroppsbilde.

I et forsøk på å forstå ungdoms kroppsbilde bedre har Gattario (2013, s. 15) fokusert på å identifisere faktorene som knyttes til ungdoms utvikling av eget kroppsbilde. For å organisere faktorene har Gattario (2013) basert seg på Bronfenbrenners (1977) bioøkologiske modell for menneskelig utvikling (se figur 1):



Figur 1 – Ungdoms kroppsbilde i den bioøkologiske modell (Oversatt fra Gattario, K. H.)

Bronfenbrenners (1977) bioøkologiske modell baserer seg på at menneskelig utvikling er et resultat av interaksjon mellom mennesker og deres omgivelser (Gattario, 2013, s. 16). Modellen forteller at ulike lag av systemer påvirker menneskers utvikling, hvor påvirkningen mellom lagene kan gå begge veier. Påvirkningen kan altså både bevege seg fra og mot individet. I Gattarios (2013, s. 16) versjon av den bioøkologiske modellen rettet mot unges kroppsbilde, er sentrumet i modellen individet. I senteret vektlegges individets alder, kjønn og andre biologiske og psykologiske egenskaper. Gattario (2013, s. 16) beskriver biologiske faktorer som kroppsfasong eller tidspunkt for pubertet, som faktorer som kan spille inn på unges opplevelse av eget kroppsbilde. Psykologiske faktorer kan være individets tolkning av utseenderelatert informasjon fra ytterligere lag i modellen. Utenfor senteret av modellen ligger mikrosystemet, som innebærer den nærmeste koblingen til individet, som for ungdom

eksempelvis innebærer familie, jevnaldrende og skolen. Ifølge Gattario (2013, s. 16) er de vanligste påvirkningsfaktorene hos ungdom knyttet til kroppsbilde i mikrosystemet jevnaldrende og familie. Jevnaldrenes samtaler om utseende med hverandre danner et hverdagslig bilde knyttet til å diskutere, konstruere og tolke informasjon om utseende blant ungdom (Jones og Crawford, 2006, s. 258). I en vennegjeng er det ofte delte holdninger knyttet til grad av viktighet rettet mot utseende og strategier til kroppsforandring, som for eksempel slanking eller muskelbygging. Hva foreldre forteller sine barn i forhold til deres utseende og kropp er også betydningsfulle faktorer i barn og unges forming av eget kroppsbilde og atferd (Gattario, 2013, s. 21).

Videre ut fra senteret av modellen kommer mesosystemet. Mesosystemet kobler strukturene fra makrosystemet sammen, slik at man for eksempel kan beskrive hvordan ulike påvirkningsfaktorer som foreldre og jevnaldrende kan samhandle (Gattario, 2013, s. 16). Det neste laget kalles eksosystemet. Eksosystemet defineres som det større sosiale system som for eksempel sosiale media eller helse og velferdstjenester. Individet påvirker ikke nødvendigvis dette systemet i like stor grad som de tidligere, men blir fortsatt påvirket i sin individuelle utvikling. I individets utvikling av kroppsbilde kan spesielt sosiale medier være en faktor til å formidle idealer for utseende i eksosystemet (Gattario, 2013, s. 16). Til slutt kommer makrosystemet som forteller om hvilke holdninger og ideologier som tilhører kulturen individet er en del av (Gattario, 2013, s. 16). Sett i lys av et individs kroppsbilde kan for eksempel en kulturs holdninger til kjønnsroller spille inn på individets utvikling.

2.3.4 Kroppspress

Kroppspress er et begrep som samler betydningen av hvordan det oppleves ha en kropp og utseende som forventes å se ut på bestemte måter (Bjørnebekk, 2015, s. 27; Sand, 2019, s. 170). De kroppslige kravene defineres ofte i form av idealer for skjønnhet og attraktivitet (Sand, 2019, s. 170). Bjørnebekk (2015, s. 28) forklarer at idealene ofte dreier seg om at mennesker skal være slanke, veltrente og ha ulike former, avhengig av kjønn. Kroppspresset kan blant annet komme i form av eksponering av kroppsidealer i tv, reklame og mote, men også i form av påvirkning fra familie og venner (Sand, 2019, s. 170). Ifølge Bjørnebekk (2015, s. 28) handler ikke kroppspress bare om hvordan kroppen forventes å se ut, men også hvordan den ikke skal se ut, hvor enkelte måter å tenke på får større innflytelse enn andre. Et eksempel på dette innenfor kroppspress, er at det ofte blir sett på som noe bra å ha en veltrent og slank kropp, mens det å ha en overvektig kropp blir sett på som en uting, og noe man bør

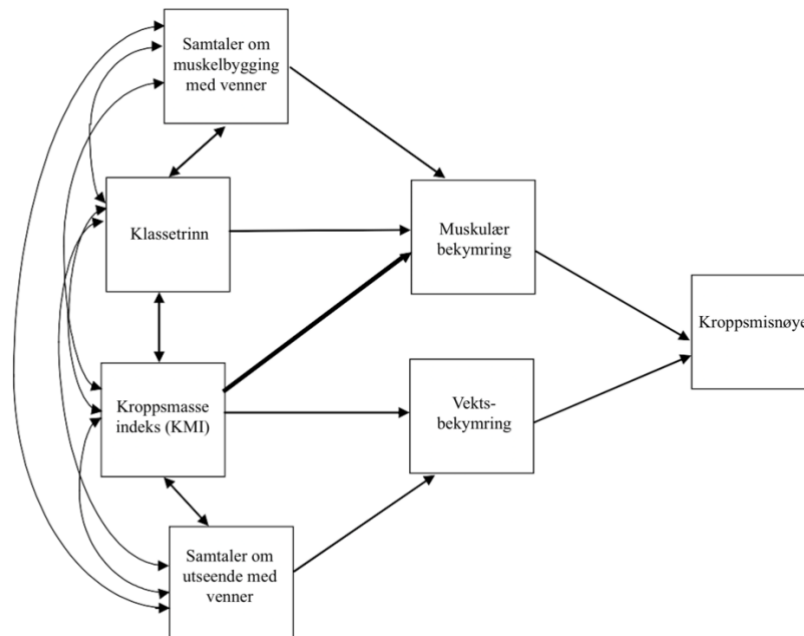
unngå (Bjørnebekk, 2015, s. 28). Sand (2019, s. 171) forklarer at det å oppleve kroppspress kan skape en grobunn for å sammenligne seg med andre på en negativ måte og kritiske selvevalueringer, hvor grad av hvor smalt kroppsideal defineres påvirker sannsynligheten i å oppleve forskjeller i eget utseende, og ønske om å se annerledes ut.

Ifølge Rand og Wright (2000, s. 99) er ungdommer sensitive til kulturelle idealer, som påvirker opplevd press knyttet til kropp og utseende. De menneskene ungdommer omgås med kan bidra til kroppspress i form av hvilket fokus de har på utseende og hvilke kommentarer om kropp de gir (Voelker et al., 2015, s. 150). Kroppspresset hos unge er ofte rettet mot trening, kosthold og utseende (Bjørnebekk, 2015, s. 28). Negative tanker og bekymringer til eget kroppsbylde kan føre til usunne trenings- og matvaner (Sand, 2019, s. 175). Dette er noe som er spesielt skadelig hos barn og unge som fortsatt er i kroppsbygging utvikling. Slike endringer i kosthold og trening kan hos unge i stor utvikling, svekke energinivå til å gjennomføre aktiviteter på skole og fritid (Sand, 2019, s. 176). Ifølge Bjørnebekk (2015, s. 28) har det skjedd en endring fra tidligere der kroppspress nå formidles i «alle kanaler», som blant annet sosiale medier, hvor gjerne bilder og videoer som fokuserer på utseende er med på å forsterke følelsen av å ikke se bra nok ut. På denne måten ser man at kroppspress er noe som varierer i form av den sosiokulturelle konteksten ungdommene befinner seg i, hvor deres kroppsbygging press påvirkes fra ulike kilder i deres hverdag (Kramer et al., 2008, s. 893). Ifølge Sand (2019, s. 171) er det variert mellom ulike klasser og klassetrinn hvor stor tilstedeværelse kroppspress som fenomen er. Dette vil avhenge av hvor smale kroppsideal som er utbredt enten i klassen, på trinnet eller utover skolen. Sand (2019, s. 175) forteller at bekymringer knyttet til kropp kan forstyrre elevenes oppmerksomhet og læring i skolen. Blant annet kan følelsen av «å komme til kort» i en kroppsbygging sammenheng kunne påvirke selvbildet negativt, som blant annet kan føre til at det bli vanskeligere å delta i det sosiale på skolen, eller å komme i gang med faglige oppgaver (Sand, 2019, s. 176).

2.3.5 Kroppspress blant gutter

I avsnittet om tidligere forskning på kroppspress, ble det påpekt at kroppspress er et fenomen som ofte får størst oppmerksomhet hos jenter. Men som Bakken (2018), Bjørnebekk (2015) og Jones og Crawford (2005) forteller, er kroppspress et fenomen som også er til stede i mange unge gutters hverdag. Ifølge Sand (2019, s. 175) er det sannsynlig at et stort fokus på kropp og utseende blant gutter vil være negativt og vil kunne føre til økt stress. For å kunne kartlegge hvor fokuset kommer fra, er det viktig å forstå hvilke faktorer som påvirker unge

gutters kroppsbilde (Jones og Crawford, 2005, s. 629). I møtet med disse temaene har Jones og Crawford (2005) laget en modell om hvilke faktorer som kan påvirke unge gutters kroppsmisnøye, som kartlegger hvilke faktorer som påvirker fenomenet, og hvordan de igjen påvirker hverandre.



Figur 2 – Faktorer som påvirker unge gutters kroppsmisnøye (Oversatt fra Jones, D. C. og Crawford, J. K.)

I Jones og Crawfords (2005, s. 630) modell pekes det ut bekymringer knyttet til vekt og muskler som betydelige bidragsyttere knyttet til misnøye over egen kropp blant unge gutter. Modellen viser også fire faktorer som kan påvirke bekymringene både til vekt og muskler i form av kroppsmasseindeks (KMI), utviklingsnivå i form av klassetrinn og sosiale påvirkninger, som er delt inn i faktorene som dreier seg om prat om utseende, og prat om muskelbygging blant jevnaldrende (Jones og Crawford, 2005, s. 630). Den primært biologiske egenskapen som er representert i modellen er KMI. Basert på tidligere forskning av Field et al. (2001) og Jones et al. (2004), har Jones og Crawford (2005, s. 630) koblet en sammenheng mellom KMI og bekymring rundt vekt og kroppsmisnøye. I modellen knyttes også KMI også til muskulær bekymring. Dette baseres på Neumark-Sztainer et al. (1999, s. 46) sin studie der gutter med lavere KMI-verdier kan relateres til muskulær bekymring.

Utviklingsnivå i form av klassetrinn hos guttene blir sett på som å ha en sammenheng knyttet til muskulær bekymring, ettersom man blir mer bevisst på den ideelle muskulære mannlige kroppen jo eldre man blir (Jones og Crawford, 2005, s. 631; McCreary og Sasse, 2000). Ifølge Ricciardelli og McCabe (2001, s. 197) kan samtaler om utseende blant guttevenner ha en

negativ påvirkning på unge gutters tanker om eget kroppsbilde. For å beskrive dette tar modellen for seg to ulike former for samtaler knyttet til utseende. De ulike formene for samtale er, samtale om utseende generelt, og samtaler om muskelbygging. Ifølge Jones og Crawford (2005, s. 631) er det forventet at gutter som ofte har samtaler om det helhetlige utseende, har større sannsynlighet for å være misfornøyde med egen vekt, mens gutter som oftere har samtaler om muskelbygging er forventet å ha større grad av bekymring knyttet til muskelstyrke og størrelse. Ifølge Bjørnebekk (2015, s. 28) er sosiale medier en ny faktor som kan spille inn på unges opplevelse av kroppspress, som ikke har vært til stede før, ettersom den sosiokulturelle konteksten blant ungdommene endrer seg.

2.5 Garderobesituasjonen

Skifting og dusjing har vært en del av kroppøvfingsfaget i Norge siden midten av 1900-tallet (Augestad, 2003, s. 208; Moen et al., 2017, s. 7). Den gang var skift og dusjing relatert til hygiene for å unngå smitte og infeksjoner. I læreplanen fra 1959 ble det presisert krav om at elevene skulle dusje etter kroppøvfingstimen (Moen et al., 2017, s. 7). I perioden 1965 til 1985 ble det bygget mange idrettsanlegg med dusjanlegg og garderobe i Norge (Olstad, 2020). Dette ble gjort fordi den norske velferdsstat ønsket å ta vare på innbyggerens helse, gjennom å legge til rette for fysisk aktivitet, trening og sosialt samspill. God hygiene blir sett på som et viktig aspekt for god helse. Det ble derfor bygget dusj- og garderobeanlegg landet over, slik at det ble mulig å dusje etter fysisk aktivitet, som igjen forebygget sykdom (Olstad, 2020). Mye har endret seg innenfor det nasjonale hygienebildet siden den gang. Hygiene ble sist nevnt i den reviderte læreplan for kroppøvfing i LK06 fra 2012, hvor et mål etter 4.trinn var: «forklare hva personlig hygiene har og si for egen og andres helse og trivsel» (Moen et al., 2017, s. 7). I LK20 blir hygiene, skifting og dusjing ikke nevnt i spesifikke mål. Selv om garderobesituasjonen fortsatt spiller en viktig rolle i kroppøvfingsfaget, er det ikke lenger et krav om at elevene må dusje etter kroppøvfingstimen. I utdanningsdirektoratets regelverkstolkning påpekes det at skolene ikke kan pålegge elevene å dusje i skolen (Utdanningsdirektoratet, 2014). Kjøpøvfing skal være et fag som skal fremme barn og unges helse, trivsel og læring. «Dersom dusjing er en utfordring for den enkelte, er det viktig at skolen ikke griper inn i enkeltelevers integritet på en måte som ikke fremmer deres helse, trivsel og læring, jf. opplæringsloven §9A-2» (Opplæringsloven, 1998; Utdanningsdirektoratet, 2014).

Ifølge Barneombudet (2023) er det enkelte elever som synes det av ulike grunner er vanskelig å dusje i sammenheng med kroppsøvingfaget. Wenche Bjørnebekk (2015) har skrevet boken *Påkledd i dusjen*, der hun blant annet har pratet med ungdom om hvordan de opplever garderobesituasjonen. Hos ungdommene hun har pratet med er det en felles enighet om at det er viktig å respektere hverandre i situasjonen, hvor ingen skal tvinges til å dusje eller å kle av seg. Bjørnebekk (2015, s. 19) forteller at det er usikkerhet knyttet til garderobesituasjonen, mest hos jentene, men det er også til stede hos enkelte i guttegarderoben. Noen av ungdommene hun har pratet med forteller at de skrur av lyset i garderoben når de skal skifte og dusje, hvor de får som dusjer ikke kler av seg før de er inne i dusjrommet. Guttene på samme skole har lyset på i garderoben, men det er kun et fåtall av de som faktisk dusjer. Ungdommen forteller at de som velger å dusje ofte er tynne, hvor de som ikke dusjer er tykkere. I hvilken grad ungdommen er kroppslig utviklet fortelles også å være en faktor til om elevene dusjer eller ikke (Bjørnebekk, 2015, s. 19).

Hvis garderobesituasjonen føles uvant kan den være ubehagelig og vanskelig å beherske for ungdom (Bjørnebekk, 2015, s. 22). På ungdomsskolen er ungdommenes kropp i forandring, som kan være med på å forsterke ubehaget i situasjonen, hvor nærværet av andres nakenhet kan være påtrengende når man er usikker på hvordan man skal håndtere sin egen kropp (Bjørnebekk, 2015, s. 22). Bjørnebekk (2015, s. 26) forteller at faktorer som virker inn på unges usikkerhet i garderobesituasjonen blant annet er flauhet, sjenertethet, frykt for blick eller kommentarer og kroppspress. Enkelte ungdommer forteller at de er veldig usikre på hvor de skal se, når de er i garderoben. Flauhet og sjenertethet er begreper som går igjen når ungdom forteller om hvorfor de selv, eller andre ikke ønsker å dusje, eller velger å dusje med undertøyet på. Disse følelsene som dannes i kroppen oppleves gjerne som ubehagelig, som igjen skaper et behov for å unngå de situasjonen som gjør oss sjenerte eller flaue (Bjørnebekk, 2015, s. 27). En annen faktor Bjørnebekk (2015) viser til, er at kroppspress kan være en faktor til at ungdommene synes garderobesituasjonen kan være ubehagelig. Slik det fortelles handler ikke kroppspresset kun om å ha en «bra» kropp, men også om kosthold, trening og utseende. Ifølge Bjørnebekk (2015, s. 28) er derfor også et press knyttet til blant annet klær, sminke eller parfyme. Ungdomstiden er altså en tid preget av store endringer i kroppen, fysisk, psykisk, og sosialt. Faktorer som om man vokser eller ikke, hormoner og humørsvingninger er alle med på å påvirke hvordan elevene opplever garderobesituasjonen (Bjørnebekk, 2015, s. 30). Dagens unge vil oppfatte faktorene som er nevnt i ulik grad i garderobesituasjonen, der noen vil føle mye på det, mens hos andre er de nesten ikke til stede. Som Moen et al. (2018)

påpekte i sin kartlegging av kroppsøvningsfaget, forteller flertallet av elevene at det er greit å dusje etter kroppsøvingstimene. Dette vil ikke nødvendigvis fortelle at de opplever det som en behagelig situasjon, ettersom 35% synes det er unaturlig å være naken sammen med andre. Det er dermed variasjon i hvordan elevene opplever og erfarer situasjonen, som preges av ulike faktorer fra person til person.

2.6 Hva sier læreplanen?

I den *overordnede delen* av den nye læreplanen (LK20) blir det lagt frem hvilke verdigrunnlag undervisning i norsk skole skal bygges på (Kunnskapsdepartementet, 2017). Blant verdigrunnlagene blir det blant annet lagt vekt på at skolen og undervisningen skal fokusere på elevenes opplevelse av menneskeverd, identitet og kulturelt mangfold (Kunnskapsdepartementet, 2017). Ifølge Teigen et al. (2022, s. 150) er disse verdiene relevante når kroppspress skal settes på timeplanen. Den *overordnede delen* viser også til hvilke tverrfaglige temaer som skal være gjeldende i skolen. Et av disse er *folkehelse og livsmestring*, som skal legge til rette for å fremme kompetanse hos elevene knyttet til god psykisk og fysisk helse, som vil gi muligheter for å ta ansvarlige livsvalg (Kunnskapsdepartementet, 2017, s. 14). Det legges videre vekt på at det i barne- og ungdomsårene er viktig å utvikle et positivt selvbilde og en trygg identitet. Andre aktuelle temaer som blir nevnt innenfor *folkehelse og livsmestring* er: levevaner, seksualitet og kjønn, rusmidler, forbruk og personlig økonomi. Det blir også lagt vekt på aspekter som «Å lære å håndtere medgang og motgang, verdivalg og betydning av mening i livet, mellommenneskelige relasjoner, å kunne sette grenser og respektere andres, og å kunne håndtere tanker, følelser og relasjoner» (Kunnskapsdepartementet, 2017, s. 14). I delen om *digitale ferdigheter* som grunnleggende ferdighet står det at elevene skal kunne bli bevisste og kritiske til egen bruk av digitale ressurser, knyttet til formålet om å utvikle en trygg identitet, positivt selvbilde og kroppsbevissthet (Sæle, 2021, s. 108).

I det nye læreplanverket (LK20) har kroppsøvningsfaget (KRO05-01) fått tre kjerneelementer, som beskriver det viktigste faglige innholdet elevene skal arbeide med i undervisningen (Utdanningsdirektoratet, 2020, s. 2). *Bevegelse og kroppslig læring* er et av kjerneelementene, hvor det beskrives at kroppslig læring skal skje gjennom at «Elevene utforsker egen identitet og eget selvbilde, og reflekterer og tenker kritisk om sammenhengene mellom bevegelse, kropp, trening og helse» (Utdanningsdirektoratet, 2020, s. 2). Undervisningen i skolen har

derfor et ansvar for å legge til rette for at elevene får arbeide med dette i kroppsøvningsfaget. Så tidlig som i kompetansemål for 2.årstrinn, presiseres det tydelig at elevene skal ha en allsidig og variert bevegelsesinnlæring, med et utgangspunkt i elevenes egne forutsetninger (Utdanningsdirektoratet, 2020, s. 5). Kompetansemålene for 4.årstrinn bygger videre på kompetansemålene fra 2.årstrinn. For 4.årstrinn er det også lagt inn et konkret kompetansemål knyttet til kroppslig ulikhet og refleksjon: «Forstå kroppslig ulikhet mellom seg selv og andre, og inkludere andre i ulike bevegelsesaktiviteter» (Utdanningsdirektoratet, 2020, s. 6). Etter 10.trinn har kroppsøvningsfaget i LK20 et læringsmål hvor elevene skal kunne «reflektere over hvordan ulike framstillinger av kropp i media og samfunnet påvirker bevegelsesaktivitet, kroppsidentitet og selvbylde» (Utdanningsdirektoratet, 2020, s. 8). Dette er et kompetansemål som tidligere har vært på videregående, men som nå er plassert ned til ungdomsskolen, ettersom området også har blitt oppfattet som relevant for elever i ungdomsskolealder de siste årene (Sæle, 2021, s. 108). Derfor har skolen og kroppsøvningslærere et ansvar for å legge til rette for elevenes læring i å reflektere over kropp, fra et samfunnsbasert til et individuelt perspektiv.

2.7 Kroppsøvningslærere i møtet med kroppspress

Som tidligere forskning og teori har vært inne på, er kroppspress et fenomen som er til stede blant mange unge i dagens skole. Ifølge Sand (2019, s. 176) er forholdet mellom kroppspress og stress i skolen komplekst, som lærere bør være klar over i deres møte med elevene. For lærere er det viktig å legge til rette for forebyggende tiltak mot kroppspress blant barn og unge. Hovedkilder til kroppsmisnøye hos barn og unge er minimalisering av kroppsidealene, kritiske evalueringer knyttet til egen kropp og fokus på andre jevnaldrende sitt utseende (Lawler og Nixon, 2011, s. 69). Ifølge Grogan (2010, s. 763) og Sand (2019, s. 183) bør forebyggende tiltak fokusere på elevenes kroppsbylde og strenge idealer, på en måte som fører til bevisstgjøring av eget selvbylde og sosiale sammenligninger hos elevene. Teigen et al. (2022, s. 164) har funnet tre hovedutfordringer innenfor å undervise om kropp i skolen: «Man må øke bevisstheten for å unngå at ungdommer går inn i autopilotmodus, redusere påvirkningen slik at de ikke opplever negative tanker og følelser knyttet til dette, samt å omsette kritisk tenkning til handling». Sand (2019, s. 186) forteller at det er flere arenaer i skolen hvor man kan jobbe med forebyggende tiltak. En naturlig arena for dette er klasserommet, hvor man kan invitere til samtale om for eksempel kroppsbylde. Her kan man sammen med klassen prate om hva som menes med begrepene kroppsbylde, hvilke faktorer

som påvirker kroppspress, eller hva som forstås som et positivt kroppsbilde. Her kan elevene for eksempel finne sunne rollemodeller i sosiale media som vektlegger andre ting enn kroppslig utseende (Sand, 2019, s. 187). Som lærer er det også mulig å initiere individuelle samtaler med elever som kan vise tegn til usunne holdninger knyttet til kropp, kosthold eller vekt. Det kan også være positivt å oppmuntre elever til å ha slike samtaler med hverandre, hvor det gjennom felles reaksjoner kan bli enklere å skape kritisk distanse til kroppsidealer, istedenfor å internalisere dem (Sand, 2019, s. 188).

For ungdommer som har et anstrengt forhold til kropp, vekt eller mat, kan kroppsøving være et fag som byr på ekstra utfordringer (Sand, 2019, s. 188). Som tidligere nevnt er garderoben en situasjon der elevenes kropper eksponeres for hverandre i større grad enn andre steder, som vil kunne føles belastende for noen. Ifølge Sand (2019, s. 188) kan man som kroppsøvingslærer iverksette flere tiltak for å dempe kroppspresset i kroppsøvingstimene, slik at flere kan være villige til å delta. Tiltak som kan gjøres i kroppsøvingsfaget er:

- Invitere til en felles holdning mot kroppsfokus og negative kommentarer på utseende.
- Tematisere sunne treningsformer for ungdommer og behov for hvile og restitusjon.
- Oppmuntre til å gå i komfortable og ikke altfor tettsittende klær i gymtimene.
- Åpne for individuell tilpasning av deltakelse i aktiviteter og vurderingssituasjoner.
- Legge til rette for egne rutiner for elever som strever med å være i felles garderobe.

3. Metode

Dette kapittelet vil presentere masterstudiens metodiske fremgangsmåte i form av metodiske valg og metodiske begrunnelser. Kvale og Brinkmann (2015, s. 83) forklarer at begrepet metode kan forstås i en vid forstand, men den opprinnelige betydningen av begrepet betyr «veien til målet». Målet med denne masterstudien er å svare på problemstillingen: *Hvordan opplever og erfarer ungdomsskolegutter og deres kroppsøvingslærere kroppspress i guttegarderoben i kroppsøvingfaget?* For å svare på problemstillingen er det nødvendig med et valg av hensiktsmessig metode, som vil kunne fungere som et redskap for å komme frem til det masterstudien ønsker å undersøke (Kvale og Brinkmann, 2015, s. 83).

Metodekapittelet er delt inn i fem delkapitler. Først vil det gjøres rede for valg av metode og vitenskapsteoretisk forankring, for så å gå igjennom prosessen med utvelgelsen av informanter. Videre vil det bli presentert hvordan selve datainnsamlingen er gjennomført gjennom intervjuguide, pilotintervju og selve datainnsamlingsprosessen. Deretter vil det bli lagt frem hvordan datainnsamlingen har blitt fortolket og analysert gjennom tematisk analyse. Videre vil kapittelet ta for seg min rolle som forsker. Avslutningsvis vil de etiske overveielser bli presentert, hvor det også vil bli vist til masterstudiens kvalitetsvurderinger i form av reliabilitet, validitet og overførbarhet.

3.1 Valg av metode

3.1.1 Intervju som kvalitativ forskningsmetode

Når man skal undersøke og utvikle forståelse knyttet til hvordan personer møter fenomener i deres sosiale virkelighet, ses det på som hensiktsmessig å benytte seg av en kvalitativ metode (Dalen, 2011, s. 15). Det blir derfor naturlig å anvende en kvalitativ tilnærming i masterstudiens søken etter å utvikle kunnskap om informantenes sosiale virkelighet knyttet til fenomenet kroppspress rettet mot garderobesituasjonen. Ved å ha en kvalitativ tilnærming knyttet til å sette seg inn i hva informantene forteller om opplevelser og erfaringer av kroppspress i garderobesituasjonen, vil man som forsker kunne søke innsyn og etablere en forståelse rundt informantenes refleksjoner av fenomenet (Tjora, 2021, s. 128). Postholm og Jacobsen (2018, s. 89) forklarer at man gjennom kvalitativ metode samler informasjon om virkeligheten gjennom språk og ord, som gjerne blir fremstilt i tekstform. Dette forekommer i form av nedskrivninger av hva folk sier, eller i en form der forsker skriver ned hva han eller hun observerer. Kvalitative studier kan derfor forekomme i ulike former, hvor

observasjonsstudier, intervjustudier eller en kombinasjon av disse blir sett på som de mest populære (Thagaard, 2018, s. 53). Ifølge Thagaard (2018, s. 53) er intervju som kvalitativ metode svært egnet for å få kjennskap til hvordan informantene forstår, erfarer og opplever seg selv og sine omgivelser. Thagaard (2018, s. 92) skiller mellom individuelle intervjuer med enkeltpersoner og gruppeintervjuer med flere personer samtidig som mulige måter å gjennomføre intervju på. Dette studiet har basert seg på individuelle semi-strukturerte intervjuer. Ved å anvende semi-strukturerte intervjuer vil samtalene være fokusert mot bestemte temaer som er valgt ut av forskeren i forkant (Dalen, 2011, s. 26). I denne sammenheng ses dette på som hensiktsmessig for å knytte samtalene i intervjuene opp mot temaene i masterstudiets problemstilling og forskningsspørsmål. Gjennomføring av individuelle intervjuer har blitt anvendt fordi masterstudien ønsker hver enkelt kroppsøvingslærer og gutts opplevelser, erfaringer og tanker om kroppspress i garderobesituasjonen. Ved å anvende individuelle intervju kan temaet og intervjusituasjonen oppleves mindre sårbar, spesielt for guttene (Dalen, 2011, s. 36). På samme tid kan man få hørt hver enkelt informants meninger uten påvirkning fra andre.

3.1.2 Fenomenologi og hermeneutikk

En viktig faktor i utviklingen av designet for masterstudien har vært problemstillingen. Likevel er det viktig å ta stilling til den vitenskapsteoretiske posisjoneringen, og dens påvirkning av studiet. Dette masterstudiet vil ha en fenomenologisk tilnærming i form av at studien ønsker å få en dypere forståelse av hvilke erfaringer og opplevelser kroppsøvingslærere, og gutter på ungdomstrinnet har gjort seg, knyttet til fenomenet kroppspress i garderobesituasjonen. Innenfor kvalitativ forskning er fenomenologi et begrep som peker på en interesse for å forstå sosiale fenomener basert på aktørenes egne perspektiver (Kvale og Brinkmann, 2015, s. 45). I dette masterstudiet vil det derfor legges vekt på å forstå fenomenet kroppspress i form av informantenes fortellinger om egne opplevelser og erfaringer knyttet til fenomenet. En fenomenologisk studie kan beskrives ved at forskeren utforsker hvilke meninger en person tillegger sine egne erfaringer, hvor man er ute etter å oppnå en dypere forståelse av personers meninger om deres erfaringer knyttet til et fenomen (Thagaard, 2018, s. 36). Ifølge Tjora (2018, s. 31) er det to hovedspørsmål som er relevante innenfor fenomenologien. Spørsmålene tar utgangspunkt i hva den sosiale verden betyr for forskeren, og hva den betyr for informantene innenfor deres verden, og hva informanten mener med sine handlinger.

Å få frem informantenes beskrivelser gjennom en fenomenologisk tilnærming vil ikke være mulig uten å gjennomføre tolkning og analyse av svarene informantene har gitt. En hermeneutisk posisjonering i fenomenologien vil derfor også være gjeldende i møtet med å fortolke intervjueteksten. Målet med å fortolke intervjuetekstene med en hermeneutisk vinkling er å oppnå et dypere meningsinnhold knyttet til informantenes svar og fortellinger, enn det som umiddelbart fremstår som innlysende (Thagaard, 2018, s. 37). Thagaard (2018, s. 39) forklarer at hermeneutikken går svært langt i å betrakte handlinger som tekster, som igjen kan fortolkes. Det er derfor viktig å være konsekvent som forsker i beskrivelsen av atferdsmønstre, og ens egen fortolkning i arbeidet i masterstudien (Thagaard, 2018, s. 39). Ifølge van Manen (2016, s. 92) er det viktig i en hermeneutisk tilnærming å kunne tilegne seg ferdigheter til å kunne «isolere temaer» i fortolkningen av intervjuetekstene. Det er derfor blitt benyttet en tematisk analysemodell i møtet med å fortolke informantenes fortellinger.

2.1 Utvalg

3.2.1 Utvalgsriterier

Når man skal velge informanter til en kvalitativ intervjustudie er hovedregelen at det velges informanter som av ulike årsaker kan uttale seg på en reflektert måte om det aktuelle temaet studiet dreier seg om (Tjora, 2021, s. 145). Masterstudien har lagt vekt på å velge deltakere som har kvalifikasjoner og egenskaper som er hensiktsmessige opp mot studiets teoretiske rammeverk og problemstilling. Dette kalles strategisk utvalg (Thagaard, 2018, s. 55). Det vil derfor opp mot problemstillingen til masterstudien bli strategisk å velge kroppsøvlingslærere og gutter på ungdomstrinnet som informanter, ettersom problemstillingen baserer seg på erfaringer og opplevelser knyttet til dette utvalget. Når det kommer til kroppsøvlingslærerne, har det vært et ønske om at de er fagutdannede og av begge kjønn. Det har blitt lagt vekt på å unngå kroppsøvlingslærere som ikke er fagutdannet, ettersom det kan være fare for at disse har mindre kompetanse knyttet til masterstudiens tema. Masterstudien har også i hovedsak ønsket gutter på ungdomstrinnet som er elever av kroppsøvlingslærerne som blir intervjuet, for å se hvordan opplevelsene kan sammenlignes dem imellom. Det har også blitt lagt vekt på å intervju kroppsøvlingslærere og gutter på flere skoler.

3.2.2 Rekruttering

Når det skal rekrutteres deltakere til en kvalitativ masterstudie vil det være hensiktsmessig å henvende seg innenfor en setting hvor det er mulig å finne deltakere som potensielt kan delta (Thagaard, 2018, s. 56). Det vil være viktig å finne en person som kan presentere prosjektet innenfor miljøet masterstudien skal finne sted, for å opprette en formell kontakt (Thagaard, 2018, s. 56). I masterstudiet har det blitt henvendt til rektorer på ulike skoler for å opprette formelle kontakter innenfor skolemiljøene. Rektorene har henvendt seg til kroppsøvlingslærere, hvor det ble etablert kontakt med tre kroppsøvlingslærere som var villige til å stille til intervju. Kroppsøvlingslærerne var også hjelpsomme i form av å ta kontakt med tre gutter hver som de underviser i kroppsøving, som var villige til å stille til intervju. Det ble først etablert kontakt med tre forskjellige kroppsøvlingslærere på tre forskjellige ungdomsskoler. Underveis i prosessen måtte en av kroppsøvlingslærerne trekke seg. Dette førte til at det ble opprettet kontakt med en ny kroppsøvlingslærer som er kollega med en av de andre kroppsøvlingslærerinformantene. Her ble snøballmetoden benyttet. Snøballmetoden innebærer at en person som har kvalifikasjoner som er relevante for masterstudiets problemstilling blir bedt om å foreslå andre personer som befinner seg i en tilsvarende situasjon med tilsvarende kvalifikasjoner (Thagaard, 2018, s. 56). Informantene var derfor spredd på to ulike skoler der to kroppsøvlingslærere og seks gutter representerer den ene skolen, mens en kroppsøvlingslærer og tre gutter representerer den andre. Utvalget er fordelt på en urban og en rural skole. De tre kroppsøvlingslærerne har godkjent kroppsøvlingslærerutdanning.

3.2.3 Presentasjon av informanter

I *Tabell 1* ligger det en oversikt over informantene som har deltatt i masterstudien. Både kroppsøvlingslærere og gutter har fått fiktive navn slik at deres anonymitet ivaretas. Kroppsøvlingslærerne er av ulike kjønn og alder. De har et variert erfaringsgrunnlag som kroppsøvlingslærere i skolen, fra et halvt til tretten års praksis. Guttene er fordelt ved at tre er elever på 9.trinn, mens de resterende seks er elever på 10.trinn.

Tabell 1. Masterstudiets informanter der kroppsøvlingslærere er nevnt med alder, kjønn og antall års erfaring som kroppsøvlingslærere i skolen. Guttene er nevnt med klassetrinnsnivå.

Kroppsøvlingslærere/ Alder/ Kjønn/ Års erfaring	Gutt/ Trinn	Gutt/ Trinn	Gutt/ Trinn
Lærer 1, 45 år, kvinne, 13 år	Elev 1, 9.trinn	Elev 2, 9.trinn	Elev 3, 9.trinn
Lærer 2, 29 år, mann, 6 år	Elev 4, 10.trinn	Elev 5, 10.trinn	Elev 6, 10.trinn
Lærer 3, 27 år, kvinne, ½ år	Elev 7, 10.trinn	Elev 8, 10.trinn	Elev 9, 10.trinn

3.3 Intervjuprosessen

3.3.1 Intervjuguide

I forkant av intervjuene ble det utarbeidet to semi-strukturerte intervjuguider, en til kroppsøvlingslærere og en til guttene (se vedlegg 1 og 2), basert på masterstudiets problemstilling og teoretiske rammeverk. Dette vil si at det har blitt utarbeidet intervjuguider som baserer seg på samtaler mot temaer som er bestemt av forskeren på forhånd, men rekkefølgen utvikler seg naturlig underveis i intervjuets gang (Dalen, 2011, s. 26). Ifølge Dalland (2020, s. 83) er intervjuguiden til hjelp for å huske temaene som skal tas opp underveis i intervjuet. Intervjuguidene inneholdt spørsmål som var bygget opp om masterstudiets problemstilling om opplevd kroppspress i garderoben, samtidig som de har inneholdt oppfølgende og inngående spørsmål for å oppnå mer dybde og detaljerte refleksjoner fra informantene knyttet til fenomenet (Postholm og Jacobsen, 2018, s. 122). Intervjuene er basert på «tre og gren» modellen, som vil si at problemstillingen er delt opp i temaer, hvor hvert tema dekkes av spørsmål i intervjuguiden (Postholm og Jacobsen, 2018, s. 124). Kroppsøvlingslærernes intervjuguide inneholdt temaene: *Kroppspress blant guttene, Guttenes kroppspress i garderobesituasjon, Kroppsøvlingslærernes tilretteleggelse av guttenes garderobesituasjon og Tilnærming til læring om kroppspress og kroppsbylde i kroppsøvlingsundervisningen*. Guttenes intervjuguide inneholdt temaene: *Selvbilde, Kroppspress, Kroppspress i garderobesituasjonen, Kroppsøvlingslærerenes rolle i garderobesituasjonen og Kroppspress og kroppsbylde i kroppsøvlingsundervisningen*.

Intervjuguidene er også utviklet gjennom «traktprinsippet» der intervjueren har startet med litt enklere og lette spørsmål som ligger på grensen til de mer viktige og sårbare spørsmålene, spesielt i intervjuguiden til guttene som blir spurt om eget opplevd kroppspress i garderobesituasjonen (Dalen, 2011, s. 26). Avslutningsvis var det lagt til spørsmål om generelle forhold. Disse inneholdt om informantene hadde mer å tillegge, og en avklaring på hvordan dataen skal behandles videre.

3.3.2 Pilotintervju

Når intervjuguidene var klare, ble det gjennomført et pilotintervju med en kroppsøvlingslærer og et pilotintervju med en gutt. Disse kommer fra en lokal skole hvor gutten har kroppsøvlingslæreren i kroppsøvlingsfaget, slik at det ble en nokså identisk situasjon som den faktiske datainnsamlingen som skulle foregå senere. Dette ble gjort for å teste ut spørsmålene i intervjuguidene og intervjuers ferdigheter i intervjusituasjonen (Dalen, 2011, s. 30).

Etter pilotintervjuet med eleven var gjennomført viste det seg at spørsmålene som var forberedt i intervjuguiden la opp til en ønsket mengde av informasjon og varighet. I elevens tilbakemeldinger ga han beskjed om at intervjusituasjonen og intervjuer var behagelig å forholde seg til underveis i intervjuet, og var selv fornøyd med svarene han hadde gitt. Det ble fortsatt gjort noen endringer i etterkant. Blant annet ble begrepet kroppspress byttet med kroppsfokus ved enkelte anledninger til å begynne med. Dette for å ufarliggjøre de mest sårbare spørsmålene i større grad i takt med «traktprinsippet».

Når pilotintervjuet med kroppsøvlingslæreren var gjennomført, ble det åpenbart at det måtte gjøres en del endringer i kroppsøvlingslærernes intervjuguide. Spesielt temaet rundt guttenes opplevelse av garderobesituasjonen. Etersom læreren selv ofte ikke er inne i garderobesituasjonen det ble stilt spørsmål om, ble svarene korte og lite innholdsrike. Noen av spørsmålene ble eksempelvis derfor omformulert til hva som kjennetegner komfortable og ukomfortable elever/klasser. Det ble også lagt til spørsmål om hvordan de jobber opp mot garderobesituasjonen i kroppsøvlingskollegiet for å få større innblikk i kroppsøvlingslærernes perspektiver knyttet til guttenes garderobesituasjon.

3.3.3 Datainnsamlingen

Etter at pilotintervjuene var testet og oppdatert ble masterstudiens faktiske intervjuer gjennomført. Uken før intervjuene ble gjennomført fikk kroppsøvlingslærerne utdelt

informasjonsskriv med samtykkeerklæring (se vedlegg 3). De fikk også utdelt informasjonsskrivene til guttene og deres foresatte. På denne måten fikk guttene og deres foresatte mulighet til å lese informasjon om intervjuet før de skrev under på samtykkeerklæringene (se vedlegg 4 og 5). Intervjuene ble gjennomført ansikt til ansikt på ulike grupperom på skolene til informantene. Hensikten med å gjennomføre på skolene var for å gjøre det enklere for informantene å stille til intervju, hvor intervjuene kunne bli gjennomført i løpet av informantenes skoledag/arbeidsdag. Dette skapte også rom for at spesielt guttene kunne få gjennomføre intervjuene i mer kjente og trygge omgivelser. Hvis man skal lykkes med individuelle intervjuer er det viktig at man som intervjuer klarer å skape en avslappet stemning, hvor det er komfortabelt for informanten å åpne seg om personlige erfaringer, og hvor det er tillat med digresjoner og å tenke høyt (Tjora, 2021, s. 132). Ifølge Kvale og Brinkmann (2015, s. 160) er de første minuttene av intervjusituasjonen avgjørende ettersom informantene ønsker å ha en klar oppfatning av hvordan gjennomføringen av intervjuet vil være, før de utleverer personlige opplevelser, erfaringer og refleksjoner til en ukjent person. I oppstarten av hver intervjusituasjon ble det snakket lett om hva som helst for å bryte isen før samtalene ble sentrert mot intervjusituasjonen og tema for masterstudien. De første minuttene av intervjusituasjonen ble brukt til å informere om hva intervjuet ville innebære, bruk av lydopptaker, informantenes rettigheter, og informasjon om informantenes anonymisering. Kroppsøvlingslærerinformantene ble også minnet på deres taushetsplikt ovenfor deres elever.

Til guttenes intervju ble det beregnet å bruke 15-30 minutter. De korteste intervjuene lå på i overkant av 15 minutter, mens de lengste varte i overkant av 40 minutter. Det kom tydelig frem at det var stor variasjon i hvor reflekterte guttene var på temaet for masterstudien, som påvirket lengde og innhold i guttenes intervjuer. Kroppsøvlingslærernes intervjuer var beregnet å vare 30-45 minutter, som var et tidsrom de tre intervjuene holdt seg innenfor.

Ifølge Tjora (2021, s. 172) er det ideelle for et individuelt dybdeintervju ofte den frie, uformelle samtalen, noe som fort kan forstyrres av intervjuguiden. Samtidig er det viktig å tenke over at informanter som stiller til intervju ofte forventer å svare på spørsmål som intervjuer allerede har satt opp, i motsetning til å snakke løst gjennom hele intervjusituasjonen (Tjora, 2021, s. 133). I oppstarten av de fleste intervjuene ble det tydelig at informantene svarte relativt kort og konsist på det de ble spurt om, for så å vente på neste spørsmål. Dette førte til flere svar tidlig i intervjuene ble ganske korte. Etter hvert som intervjuene gikk, fløt

samtalene bedre. Det ble her viktig å være en aktiv lytter som kom oppfølgerspørsmål som supplerte de tidligere spørsmålene fra intervjuguiden med mer informasjon fra informantene på en naturlig måte. Videre ble det viktig å komme med oppfølgingsspørsmål som ledet informantene inn på relevante spørsmål fra intervjuguiden for å supplere studiens problemstilling (Kvale og Brinkmann, 2015, s. 170). Blant informantene av kroppsøvingslærere fløt samtalene for det meste naturlig over til videre forberedte tema og spørsmål. Hos guttene var dette også tilfelle hos flere, mens noen hadde behov for å hentes litt inn på temaene igjen eller å få flere oppfølgingsspørsmål for å åpne seg mer opp om temaene. Intervjuguiden som ble brukt på kroppsøvingslærerne viste seg dermed å være godt planlagt i form av hvilke forventninger som ble satt til hva kroppsøvingslærerne kom til å fortelle. Guttenes intervjuguide fungerte godt hos mange av informantene, men hos noen burde enkelte spørsmål og oppfølgingsspørsmål vært mer konkrete og åpnet mer for informantenes refleksjoner.

3.4 Forskerrollen

I løpet av masterstudien har det blitt gjort flere overveielser og refleksjoner rundt min rolle som forsker, og i hvilken grad min forskerrolle har vært med på å påvirke datainnsamlingen og analysen av datamaterialet. Som forsker har det vært viktig å tenke over sin egen posisjon i møtet med informantene i intervjusituasjonen (Thagaard, 2018, s. 104). Det er avgjørende å etablere en behagelig og tillitsfull atmosfære som bidrar til mindre sosial distanse mellom forsker og intervjuobjekt. Dette er en vesentlig faktor og noe som har blitt vektlagt for at intervjuene skulle få så god kvalitet som mulig (Thagaard, 2018, s. 105). Til intervjusituasjonene har det også vært viktig som intervjuer å reflektere over hvordan egen atferd og eget ytre har påvirket intervjuene. Ifølge Dalen (2011, s. 35) kan faktorer som alder, kjønn og etnisk tilhørighet spille inn på intervjusituasjonen, som er viktig å tenke over i møtet med informantene. Gjennom planlegging og gjennomføring av intervjuene er dette noe jeg som forsker og intervjuer har vært bevisst på. Blant guttene kan faktorer som at jeg er en ung mann som har opplevd situasjonen de får spørsmål om, være en faktor til at de kan åpne seg mer. På denne måten kan de føle at intervjueren kjenner seg mer igjen i situasjonen, enn om det for eksempel skulle vært en kvinnelig intervjuer (Dalen, 2011, s. 35). Ytre faktorer har også blitt tatt i betraktning. Blant annet kan min rolle som masterstudent i kroppsøving ha hatt en positiv påvirkning i form av hva kroppsøvingslærerne har gitt av informasjon, i forhold til om jeg som intervjuer hadde vært utenforstående (Dalen, 2011, s. 35). Det er også viktig å

være kritisk til møtet med informantene. For eksempel kan det at informantene er bevisste på at jeg som intervjuer og forsker er kroppsøvlingslærerstudent være en faktor som kan virke forstyrrende på datainnsamlingen, i den grad at de kan gi svar de tror er forventet av dem i forhold til intervjuers bakgrunn. At informantene ikke kjente til meg som intervjuer er noe som kan ha påvirket resultatene både positivt og negativt. For enkelte kan det for eksempel vært sjenerende eller unaturlig å dele informasjon om temaet med en ukjent, mens for andre kan det ha hatt påvirkning i den grad av at det er enklere å åpne seg opp for en som kommer utenfra.

Med en fenomenologisk- hermeneutisk tilnærming i møtet med informantene, har jeg som forsker kommet inn med mine allerede opparbeidede erfaringer, kunnskaper og fordommer, som er vesentlig når man skal gi mening og forståelse i fortolkningen til intervjutekstene. Samtidig har informantene sine egne oppfatninger av kroppspress og garderobesituasjonen. Guttene har oppfatninger og forståelser om hvordan de selv opplever kroppspress i garderobesituasjonen, mens kroppsøvlingslærerne har oppfatninger om hvordan de opplever kroppspresset hos guttene i situasjonen. Det vil altså være en ulik forståelse mellom guttene og deres kroppsøvlingslærere, ettersom det kun er guttene som faktisk opplever fenomenet oppgaven er vinklet mot direkte i deres hverdag. Det vil derfor være viktig som forsker å være bevisst på sine tolkningsmønstre, slik at man også gir rom for informantenes egne refleksjoner og meninger, som er oppgavens formål. Det vil også foregå en form for dobbelfortolkning i tolkningen av kroppsøvlingslærernes fortellinger, ettersom de selv tolker situasjonen til guttene. I denne prosessen har det vært viktig som forsker å være klar over egen forforståelse, egen fortolkning av informantenes meninger og konteksten som informantenes meninger fortolkes i, som danner den hermeneutiske sirkel (Gilje og Grimen, 1993, s. 153). I arbeidet med å fortolke meningsinnholdet har det som forsker vært viktig å være bevisst på sine egne tolkningsmønstre, slik at det blir gitt rom for informantenes refleksjoner og meninger, som er oppgavens formål.

3.5 Tematisk dataanalyse

Når data skal fortolkes kreves det at det blir gjennomført en analyse i forkant (Dalland, 2020, s. 247). Ifølge Dalland (2020, s. 247) er analyse en ferdighet som innebærer å kunne på en systematisk måte dele opp intervjutekstene i deres bestanddeler for å kunne forstå helheten på en bedre måte. Ved en fenomenologisk- hermeneutisk tilnærming til forskningsmetoden, må

man kunne tilegne seg ferdigheten av å kunne lese tekster (Sloan og Bowe, 2014, s. 3). I masterstudien vil dette være ferdigheter knyttet til å lese tekster i form av transkripsjoner av informantenes beretninger om personlige erfaringer, som van Manen (2016, s. 92) forklarer er viktig for å kunne «isolere temaer». Ifølge Sloan og Bowe (2014, s. 3) kan temaene ses på som skriftlige tolkninger av levd erfaring hos informantene. I en fenomenologisk-hermeneutisk tilnærming er det derfor behov for å studere tekstene, for så å reflektere over innholdet for å oppdage noe «fortellende», noe «meningsfullt» og noe «tematisk» (Van Manen, 2016, s. 86). På bakgrunn av den fenomenologisk-hermeneutiske tilnærmingen til masterstudien vil det bli benyttet tematisk analysemodell basert på Braun og Clarke (2022, s. 35), for å kunne fortolke og analysere intervjuetekstene. Dette fordi man er ute etter finne dypere meninger i informantenes fortellinger gjennom å utvikle temaer. Dette er en modell som er delt inn i seks steg (Braun og Clarke, 2022, s. 35):

1. Gjøre seg kjent med datasettet
2. Koding
3. Konstruere innledende temaer
4. Utvikle og gjennomgå temaer
5. Definere og navngi temaer
6. Skriveprosessen

I kvalitativ forskning blir det ofte opprettholdt et skille mellom innsamling og analyse av informasjon. Dette referer til forskerens overgang fra møtene med informantene i felten, til å sette seg ned å fortolke og analysere informasjonen som har blitt innhentet i intervjuene (Thagaard, 2018, s. 151). Thagaard (2018, s. 151) poengterer at det er viktig som forsker å være bevisst på at man allerede er i gang med analysen under intervjuene med informantene. I det første steget i modellen til Braun og Clarke (2022), ble intervjuene transkribert fortløpende etter at de var gjennomført. Dette ble gjort for å forsikre at så mye som mulig av intervjueren sine visuelle detaljer og atmosfære ble ivaretatt. Dette kan potensielt være de viktigste tapene i en intervjusituasjon, og det er derfor viktig for forsker å gjøre transkripsjonen kort tid etter intervjuene er gjennomført (Tjora, 2021, s. 186). Ved å gjøre transkripsjonene kort tid etter intervjuene, ble det lagt til rette for at man som forsker tidlig fikk tid til å lese over og blitt kjent med dataene som har blitt innhentet i intervjuene. Å gjennomføre denne prosessen tidlig har også lagt til rette for tankeprosessen for videre arbeid

i masterstudien, i form av å se etter interessante funn blant informantenes fortellinger og refleksjoner.

I etterkant av transkriberingen og gjennomgang av intervjuene begynte den systematiske prosessen med å kode datamaterialet. Å kode vil si å identifisere elementer i datasettet som potensielt fremstår som relevante, interessante eller meningsfulle for masterstudiens forskningsspørsmål (Braun og Clarke, 2022, s. 35). I arbeidet med kodene har det blitt benyttet en empirinær tilnærming, som vil si at kodene startet i arbeidet med masterstudiens datamateriale (Anker, 2020, s. 77). I kodingsarbeidet ble det laget to hovedkategorier. Ett sett med koder tilhørende guttene, og ett sett med koder tilhørende kroppsøvlingslærerne. Dette ble gjort for å skape bedre oversikt og for å skille kodene fra de ulike gruppene informanter fra hverandre. Under hver av disse kategoriene ble det dannet underkategorier basert på temaene fra intervjuguiden. Dette for å samle informasjon og sitater til settingen de ble fortalt i. Som hjelpemiddel til å kode intervjuene ble det digitale programmet NVivo versjon 1.7.1 anvendt. Programmet la godt til rette for å lage koder og kategorisering av dem på en oversiktlig måte.

Når kodingsarbeidet var gjennomført startet prosessen med å konstruere de innledende temaene. I denne prosessen ønsker man som forsker å identifisere sammenlignbare meningsmønstre i datasettet i søken etter å finne temaer (Braun og Clarke, 2022, s. 35). I denne delen av analysearbeidet ble sammenlignbare koder samlet, som etter hvert ga et bilde på hva som gikk mer igjen i informantenes fortellinger. På bakgrunn av dette ble det dannet forslag til temaer som fanget informasjon som dekket masterstudiens forskningsspørsmål. Alle koder og data som følt relevant ble samlet til hvert temaforslag (Braun og Clarke, 2022, s. 35). I arbeidet med fase fire av Braun og Clarke (2022) sin modell, ble temaene gjennomgått ved å sjekke om de ga mening i forhold til kodene som blir brukt under temaet, og det helhetlige datasettet (Braun og Clarke, 2022, s. 35). Temaene ble gjennomgått nøye for å sjekke om de ga det beste og viktigste meningsinnholdet fra datasettet. Samtidig ble det gjort en gjennomgang på forholdet mellom temaene, i form av at de blant annet kan skilles fra hverandre og dekker hele datasettet på en god måte.

Avslutningsvis ble temaene definert og navngitt. Temaene som ble ansett som mest relevante etter endt analyse var: *Kroppsøvlingslærernes og guttenes erfarte kroppspress blant guttene i ungdomsskolen, Kroppsøvlingslæreren i møtet med guttegarderoben og Læring om*

kroppsbilde og kroppspress i kroppsøvingssfaget. Når temaene sto klare, ble innholdet fra hvert tema skrevet ned og presentert i masterstudiens kapittel *Resultat og diskusjon (4)*.

3.6 Etske overveielser

De etiske overveielserne som er tatt i betraktning i denne masterstudien er basert på å fremme fri, god og forsvarlig forskning i tråd med Den nasjonale forskningsetiske komite for samfunnsvitenskap og humaniora (NESH, 2021, s. 5). Innenfor forskningsetikken finnes det ulike grunnleggende normer, som masterstudien har rettet seg etter. En av disse er sannhetsnormen som baserer seg på at man som forsker forplikter seg til å søke sannheten, hvor forskningen skal være redelig og ærlig (NESH, 2021, s. 5). Det er også viktig å følge metodologiske normer som klarhet, saklighet, etterrettelighet og etterprøvnbarhet (NESH, 2021, s. 5). Normene skal sørge for at man holder seg innenfor faglige forsvarlige rammer ved bruk av vitenskapelige metoder (NESH, 2021, s. 5).

For å sørge for at masterstudien oppfyller de forskningsetiske kravene, ble det sendt inn en søknad til SIKT- (Kunnskapssektorens tjenesteleverandør). Når prosjektet ble godkjent av SIKT (se vedlegg 6) ble informasjonsskriv med samtykkeerklæringer sendt ut til informantene. Informasjonsskrivet inneholdt informasjon om masterstudiens formål, hva informasjonen informantene gir vil brukes til, samt informantenes rettigheter. Siste side av informasjonsskrivet inneholdt en samtykkeerklæring der informantene måtte krysse av om de ville stille til intervju og signere (se vedlegg 3, 4 og 5). Informasjonsskrivet og samtykkeerklæringen er utviklet på bakgrunn av de tre grunnleggende kravene om forholdet mellom den det forskes på og forskeren, som norsk forskningsetikk tar utgangspunkt i (Postholm og Jacobsen, 2018, s. 246). Disse er informert samtykke, krav på privatliv og krav på å bli korrekt gjengitt. Alle informantene hadde krysset av og signert samtykkeerklæringene i forkant av intervjuene. Guttene som var under 15 år, hadde også fått med signering om tillatelse av sine foresatte.

Under informert samtykke går kompetanse og frivillighet, som forteller at den som undersøkes må selv være i stand til å bestemme frivillig og overveie valget om å delta eller ikke. Dette fører videre til at deltakeren har krav på full informasjon som er forstått før hen tar valget om å delta (Postholm og Jacobsen, 2018, s. 248). For å forsikre at informantene hadde full forståelse om hva intervjuet innebar, ble det også gjort en gjennomgang av

informasjonsskrivet, samt informantenes rettigheter i forkant av selve intervjuene. Spesielt hos guttene var det noen som ikke hadde vært like nøye på å lese informasjonsskrivet før de hadde signert. Dette ga de mer forståelse av hva intervjuet ville handle om og hvordan det skulle foregå. Når det kommer til krav om privatliv opereres det ofte med tre elementer: Hvor følsom er den informasjonen som samles inn? Hvor privat er informasjonen som samles inn? Hvor stor mulighet er det for å identifisere enkeltpersoner utfra data? (Postholm og Jacobsen, 2018, s. 250). Når det kommer til krav om privatliv har masterstudien tilrettelagt for at informantene anonymiseres, i form av at navn på informanter og deres skoler er fiktive. Dette ble også beskrevet i informasjonsskrivet, samt informert om i forkant av intervjuene. Som et ledd i anonymiseringen er alle intervjuene transkribert til bokmål, slik at informantene ikke kan identifiseres gjennom dialekt (Tjora, 2021, s. 186). Det kan være vanskelig å si hvor følsom og privat informasjonen som er samlet inn er for deltakerne. Ettersom masterstudien omhandler guttenes opplevelse av kroppspress i garderobesituasjonen kan noen av temaene oppleves som følsomme for enkelte, og det blir derfor viktig å betrygge med at deres private identitet blir ivaretatt. Kroppsøvingslærerne er kun nevnt gjennom fiktive navn, kjønn, alder og antall år som kroppsøvingslærer, slik at deres identitet er anonymisert. Krav om riktig presentasjon av data innebærer at det ikke skal forfalskes resultater eller data (Postholm og Jacobsen, 2018, s. 252). Dette masterstudiet er basert på å at disse etiske kravene er fulgt. Informantene ble også informert om at det er kun det de sier i intervjuene som kan bli brukt i masterstudien. Det er ikke blitt presentert noen andre resultater eller data enn det informantene i studiet selv har gitt av informasjon.

3.7 Kvalitetsvurderinger

3.7.1 Reliabilitet

Utgangspunktet for begrepet reliabilitet referer til spørsmålet om en annen forsker som praktiserer de samme metodene som har blitt anvendt i et forskningsprosjekt, vil komme frem til de samme resultatene (Thagaard, 2018, s. 187). Her er man altså ute etter å finne ut om en reproduksjon av forskningsprosessen som er anvendt i masterstudien vil føre til like resultater. Ifølge Postholm og Jacobsen (2018, s. 223) vil en kvalitativ studie være svært vanskelig å reprodusere, fordi både møtene mellom forskeren, forskningsfeltet og menneskene vil være forskjellige og i konstant utvikling. Forskere vil være forskjellige fra hverandre i grad av hvilke subjektive individuelle teorier og erfaringer man vil ta med seg inn i egen forskning (Postholm og Jacobsen, 2018, s. 224). Masterstudien har gjennom en fenomenologisk-

hermeneutisk tilnærming sett på informantenes subjektive refleksjoner av kroppspress i garderobesituasjonen som fenomen. I en studie med en slik tilnærming er det et krav om at informantene har erfart fenomenet som forskeren ønsker å beskrive og forstå (Postholm og Jacobsen, 2018, s. 118). Ettersom det er informantenes subjektive meninger knyttet til fenomenet man er ute etter å forske på, vil man få ulike erfaringer, opplevelser og refleksjoner i forhold til hvem man spør. Man vil derfor få ulike svar med et annet sett med informanter, ettersom mennesker er forskjellige. Dette vil også gjelde fortolkningsprosessen der jeg som forsker kan fortolke ulikt fra andre. Ifølge Bjørnebekk (2015, s. 28) var forventningene og idealene knyttet til kroppspress annerledes på 70 og 80-tallet enn det er i dag, og noe som stadig har endret seg siden. Kroppspress er altså et sosialt fenomen som er i konstant utvikling. Hvilke resultater man sitter igjen med vil derfor også være påvirket av tiden studien er gjennomført i. Dette kan påvirke utfall av resultater i en lik studie gjennomført på et senere tidspunkt.

I arbeidet med å styrke masterstudiens reliabilitet brukte jeg først tid på å lese meg opp om tidligere forskning og litteratur som er relevant for temaet. Videre har jeg brukt teori og forskning jeg har lest meg opp på til å utarbeide intervjuguidene. I forkant av datainnsamlingen ble intervjuguidene testet på et utvalg som samsvarer med det faktiske utvalget av informanter i masterstudien. Under gjennomføringen av intervjuene har jeg forsøkt å være objektiv og stilt åpne spørsmål, slik at informantenes egne erfaringer, opplevelser og refleksjoner ble fortalt med så lite som mulig påvirkning fra min forforståelse som forsker. Samtidig er jeg bevisst på at min rolle og fremtoning som intervjuer kan ha påvirket informantenes svar. Jeg har også vært konsistent i den form at jeg anvendt samme prosedyre på hvert intervju med guttene, og samme prosedyre med hver kroppspøvlingslærer. I arbeidet med transkribering har jeg vært nøye på å skrive ned så ordrett som mulig hva informantene har fortalt, for å best mulig kvalitetssikre at informasjon ikke skulle gå tapt. I analysearbeidet av transkripsjonene har jeg forsøkt å være nøye og systematisk. Dette for å skille hva informantene har uttalt og egne vurderinger. Samtidig har det ved noen få anledninger vært vanskelig å tyde ord og setninger i lydopptakene i transkriberingsarbeidet. Derfor har noe informasjon gått tapt, og heller ikke blitt brukt i videre analysearbeid.

3.7.2 Validitet

For å beskrive hva begrepet validitet vil si, forklarer Dahlum (2021) at man er ute etter å forstå i hvilken grad masterstudiens resultater kan trekke gyldige slutninger til det man har

satt seg som formål å undersøke. Ifølge Postholm og Jacobsen (2018, s. 229) er det innenfor kvalitativ forskning viktig å spørre seg: «Hvor godt representerer mine beskrivelser virkeligheten (empirien)». Jeg vil derfor i denne masterstudien spørre meg hvor relevant beskrivelsene representerer fenomenet kroppspress i garderobesituasjonen. Datamaterialet i masterstudien er ikke den faktiske virkeligheten, men representasjoner av den, hvor man sjeldent kan bekrefte om informasjonen man har hentet inn er sann eller ikke. Jeg kan derfor ikke med sikkerhet si om alle svarene informantene har gitt har vært ærlige. Dette tolker jeg spesielt kan ha en påvirkning hos guttene, ettersom kroppspress er et begrep gutter sjeldent bruker når de snakker om seg selv eller andre (Bjørnebekk, 2015, s. 28). Jeg mener likevel jeg har lagt til rette for en trygg atmosfære i intervjuene der guttene virket avslappet og reflekterte på spørsmålene rundt tematikken, som guttene også bekreftet i etterkant. Studiets interne validitet vil derfor avhenge av hvilken grad beskrivelsene er meningsfulle (Postholm og Jacobsen, 2018, s. 230). Dette gjelder både for de som utgjør forskningsfeltet, og for de som leser masterstudien.

Ifølge Silverman (2014, s. 84) er det mulig å styrke validiteten av masterstudiet ved å vektlegge teoretisk gjennomskiktighet. Dette innebærer å beskrive studiens teoretiske ståsted som representerer grunnlaget for mine tolkninger, og å vise til hvordan analysen har gitt utgangspunkt til studiens konklusjoner og tolkninger. «Å se virkeligheten slik den fremsto for forskeren» er viktig for leseren for å gjøre sine egne formeninger i sin bedømmelse av om beskrivelsene er meningsfulle formuleringer (Postholm og Jacobsen, 2018, s. 230). I masterstudiens teorikapittel har jeg gjort rede for hvilke teoretiske perspektiver og tidligere forskning som står til grunn for datainnsamlingen. Metodekapittelet viser hvordan jeg trinnvis har gått frem metodisk. Her har det blitt vist hvilke metodiske overveielser som har blitt gjort, knyttet til hvordan datainnsamling og analyse har blitt gjennomført. På bakgrunn av studiens fenomenologisk- hermeneutiske tilnærming har det blitt gjennomført en tematisk analyse basert på Braun og Clarke (2022).

3.7.3 Overførbarhet

Masterstudiet har tatt sikte på å utvikle en forståelse av fenomenet kroppspress knyttet til garderobesituasjonen, hvor tolkningen av resultatene skal gi grunnlag for overførbarhet. Hvis resultatene knyttet til en intervjuundersøkelse anses som godt pålitelige og gyldige, forteller Kvale og Brinkmann (2015, s. 289) at man videre må finne ut om resultatene kan overføres til andre, eller om de er av lokal interesse. Ifølge Dalland (2020, s. 246) betyr overførbarhet å

gjøre studiens resultater gjeldende for andre grupper eller situasjoner, enn kun de som har vært med i forskningsprosjektet. Ifølge Kvale og Brinkmann (2015, s. 289) er en utfordring innenfor kvalitativ intervjuforskning at det er for få deltakere til å kunne generalisere resultatene. Dette vil si at masterstudien ikke har nok deltakere til å kunne bevise en konkret sannhet. Informasjonen både guttene og kroppsøvingslærerne har gitt vil ikke kunne representere alle gutter på ungdomstrinnene eller alle kroppsøvingslærere. I arbeidet med denne masterstudien har det derfor vært viktig å stille spørsmålet om den tolkningen som har blitt utviklet innenfor studiens rammer, også vil kunne være relevant, ikke globalt, men i andre relevante sammenhenger (Thagaard, 2018, s. 194). Dette vil altså si om studiens fortolkninger, beskrivelser og forklaringer vil være relevante i andre sammenhenger lignende denne. Ifølge Thagaard (2018, s. 194) er det forskerens ansvar å argumentere for studiens overførbarhet. Jeg mener at resultatene i masterstudien kan overføres til andre situasjoner lignende denne. Ettersom masterstudien har et utvalg fra både en urban og en rural skole i Norge, mener jeg at den kan ha en overføringsverdi til andre norske ungdomsskolesammenhenger generelt. Studien kan ha overføringsverdi knyttet til at andre kroppsøvingslærere på ungdomstrinnet kan kjenne seg igjen i situasjonen i deres møte med kroppspress og guttenes garderobesituasjon. Jeg tror også masterstudien kan ha overføringsverdi til andre gutter på ungdomstrinnet, og muligens også ungdomsskoleelever generelt i deres eget møte med kroppspresset knyttet til garderobesituasjonen.

4. Resultat og diskusjon

I dette kapitlet vil masterstudiens resultater presenteres og drøftes opp mot det utvalgte teoretiske rammeverket og tidligere forskning. Underveis vil jeg også implementere med egne tolkninger. Resultatene vil bli presentert og diskutert gjennom hvert tema som har blitt utviklet i analysearbeidet. Til sammen vil resultatene og drøftingen opp mot disse temaene belyse oppgavens problemstilling: **Hvordan opplever og erfarer ungdomsskolegutter og deres kroppsøvlingslærere kroppspress i guttegarderoben i kroppsøvlingsfaget?**

Tema 1

Det første temaet som ble utviklet i analysearbeidet er *Kroppsøvlingslærernes og guttenes erfarte kroppspress blant guttene i ungdomsskolen (4.1)*. Dette delkapitlet vil ta for seg resultater og drøfting opp mot forskningsspørsmål 1: **Hvordan opplever gutter og deres kroppsøvlingslærere kroppspresset blant guttene i ungdomsskolen?**

Tema 2

Det neste temaet som ble utviklet i analysen tar for seg *Kroppsøvlingslæreren i møte med guttegarderoben (4.2)*. Dette delkapitlet vil ta for seg resultater og drøfting opp mot forskningsspørsmål 2: **Hvordan opplever guttene og kroppsøvlingslærerne tilnærmingen til å følge opp i garderoben?**

Tema 3

Det siste temaet som ble utviklet i analysearbeidet er *Læring om kroppspress og kroppsbylde i kroppsøvlingsfaget (4.3)*. Dette delkapitlet vil ta for seg resultater og drøfting opp mot forskningsspørsmål 3: **Hvilken tilnærming har kroppsøvlingslærerne knyttet til læring om kroppspress og kroppsbylde i kroppsøvlingsfaget, og hva erfarer guttene å sitte igjen med?**

4.1 Kroppsøvlingslærernes og guttenes erfarte kroppspress blant guttene i ungdomsskolen

Dette delkapittelet vil presentere og drøfte resultater opp mot forskningsspørsmål 1:

Hvordan opplever gutter og deres kroppsøvlingslærere kroppspresset blant guttene i ungdomsskolen?

Informantene ble spurt om hvordan gutters kroppslige fokus blir erfart i deres hverdag, hvor garderobesituasjonen var inkludert. Guttene ble stilt spørsmål om hvordan de selv opplever eget kroppslig fokus i sin hverdag og kroppspress i garderobesituasjonen.

Kroppsøvlingslærerne ble på sin side spurt hvordan de opplever kroppslig fokus og kroppspress blant guttene i guttenes skolehverdag, og i guttenes garderobesituasjon. I analysen ble det innenfor dette temaet utpekt to underkategorier som vil bli presentert i dette delkapittelet. Disse er: *Guttenes kroppslige fokus (4.1.1)* og *Kroppspress i guttegarderoben (4.1.2.)*. For å dekke temaet vil delkapittelet vil presentere og drøfte resultatene opp mot masterstudiens teoretiske rammeverk og tidligere forskning på feltet innenfor disse underkategoriene.

4.1.1 Guttenes kroppslige fokus

I intervjuene ble guttene først bedt om å rangere hvor mye de føler på et kroppslig fokus i hverdagen på en skala fra 1-10. Skalaen ble forklart ved at 1 vil si å føle kroppslig fokus lite eller ingenting i hverdagen, mens 10 ble forklart ved å føle eller bruke svært mye tid på det. Elev 2, 3 og 7 forteller at de opplever det lite, der de rangerer seg på 1-2 på skalaen. Elev 4, 8 og 9 forteller at de føler det 3-4 på skalaen, mens Elev 1, 5 og 6 forteller å føle det fra 6-8 på skalaen. Selv om noen av guttene forteller å oppleve det kroppslige fokuset i liten grad, gir samtlige av guttene indikasjoner på å oppleve et fokus på kropp i hverdagen i en eller annen form. At det er forskjeller i informantenes opplevelser kan tolkes å ha sammenheng med at hver enkelt informant vil sitte med forskjellige subjektive opplevelser av kroppslig fokus i deres hverdag. Ifølge Skaalvik og Skaalvik (2021, s. 88) vil forståelse og tolkning av tidligere erfaringer være viktige faktorer til hvordan man opplever seg selv. Dette tolker jeg kan knyttes til guttenes opplevde påvirkning, der guttenes fortellinger viser forskjeller i hva som påvirker deres kroppslige fokus. For eksempel forteller enkelte å oppleve mer påvirkning knyttet til hva de ser av kroppslig innhold i sosiale medier enn andre, mens noen opplever mer

påvirkning i form av prat eller trening mellom jevnaldrende. Ifølge Gattario (2013, s. 16) sin modell er dette ulike elementer som spiller inn på påvirkningen av en ung persons kroppsbilde, som jeg også ser kan ha sammenheng med guttenes kroppslige fokus i mine funn.

Kroppsøvingslærerne ble også spurt om hvordan de opplever kroppslig fokus og kroppspress blant guttene i skolen. Samtlige kroppsøvingslærere forteller at de er klar over at kroppspress er til stede blant guttene. De forteller at det er variert hvor mye det kroppslige fokuset er til stede fra klasse til klasse. Det erfarer at det i noen klasser kan være mye til stede i form av prat, kosthold og trening, mens i andre klasser er dette noe guttene fokuserer lite på. På spørsmål om å rangere hvor mye det er til stede fra 1-10 (der 1 vil si at det er fraværende og 10 vil si at det er et stort utbredt fokus) svarer Lærer 3 slik:

«Hvis du for eksempel skal si i klassene som jeg har da så vil jeg i den ene klassen sann totalt si at det er 8, mens i den andre klassen tror jeg det kanskje er nede i 3. Men så tror jeg det er litt avhengig av om du har klasse med mye idrettsfolk, eller om du har klasser der folk liker mer gaming eller andre ting, men så ja veldig avhengig av klasser. Sann totalt sett så tror jeg det er midt på treet, men det avhenger av hva slags folk du får da.» Lærer 3

Blant barn påvirkes deres kroppslige fokus i størst grad av deres foreldre, noe som endrer seg gradvis når man kommer inn i ungdomsårene (Hosseini og Padhy, 2019). Kroppsbildet hos ungdom påvirkes i større grad av jevnaldrende, der deres responser ofte blir sett på som viktigere enn familiens (Hosseini og Padhy, 2019). Lærer 3 trekker spesielt frem klasser med mye idrettsfolk som klasser det kan oppleves å være et større kroppslig fokus i. Hvilke samtaler jevnaldrende gutter har om kropp og utseende er med på å danne det subjektive hverdagslige bildet de gjør seg av kropp (Jones og Crawford, 2006, s. 258). Dette kan tyde på at klassemiljøer med flere aktive elever skaper en større interesse for kroppslige tanker og utvikling. Ifølge forskning av Ricciardelli et al. (2000, s. 189) blir tilbakemeldinger fra jevnaldrende gutter sammenlignet med påvirkning til metoder for å endre eller utvikle egen kropp. Dette kan forklare at klasser og miljøer blant ungdomsskolegutter der kroppslig relaterte temaer snakkes mer om vil kunne ha en påvirkning knyttet til hvor utbredt kroppslige tanker og fokus blir hos guttene. Denne type fokus og prat kan være en faktor til å bidra til kroppspress blant unge, noe som kroppsøvingslærerne i mitt utvalg også legger vekt på i sine

erfaringer (Voelker et al., 2015, s. 150). Videre vil det bli belyst ulike aspekter som funnene blant informantene i analysen utpeker å påvirke det kroppslige fokuset hos guttene.

4.1.1.1 «Jeg føler jo at det er litt press»

Flere av guttene forteller å oppleve et større kroppslig fokus i hverdagen. Sett dette i lys av Skaalvik og Skaalvik (2021, s. 88) kan disse guttene ha gjort seg andre erfaringer, eller tolket og forstått tidligere erfaringer på en måte der det skapes et større kroppslig fokus i deres hverdag. Blant annet forteller Elev 1 å føle på et press knyttet til et ønske om å være tynn og ha muskler, noe som går igjen hos flere av guttene.

«7-8. (...) Jeg føler jo at det er litt press på at du liksom må være perfekt, og være tynn og ha muskler og sånt.» Elev 1.

Ifølge Bjørnebekk (2015, s. 28) handler kroppspresset ofte om at man skal være slank og vel trent basert på forutbestemte normer for kroppslige idealer, noe som Elev 1 sitt sitat virker å kjenne seg igjen i. Gattario (2013) sin bioøkologiske modell legger vekt på at ulike lag av sosiale systemer er med på å påvirke en ung persons kroppsbilde, hvor påvirkningen kan gå begge veier, for eksempel ved at et individ påvirker omgivelsene sine, eller at individet blir påvirket av sine omgivelser. Ifølge Bessenoff og Snow (2006, s. 728) kan en kulturell norm bli internalisert når en offentlig standard eller felles oppfatning blir til en persons personlige ideal, som vil føre til at standarden kan oppfattes som å stamme fra deres eget selv. Slik jeg tolker Elev 1 og flere av guttene som legger vekt på at de føler press til hvordan de burde se ut i deres hverdag, kan de vise tegn til å ha internalisert kulturelle normer for utseende til egne individuelle selvoppfatninger (Bessenoff og Snow, 2006, s. 728; Gattario, 2013, s. 16). Om kroppsidealene er noe de føler stammer fra eget selv gir ikke mine funn nok beskrivelser om. Loland (2000) legger videre vekt på at å internalisere kroppsidealer som man har vanskeligheter med å nå, kan ha problematiske konsekvenser i form av å for eksempel være misfornøyd med egen vekt. Å være misfornøyd med egen vekt kan igjen være en faktor til å oppleve kroppsmisnøye og kroppspress, som også mine funn viser indikasjoner på i guttenes fortellinger om eget opplevd kroppslig fokus og kroppspress i hverdagen (Jones og Crawford, 2005, s. 630).

Lærer 1 og 3 forteller i sine erfaringer om kroppspress blant guttene, at bekymring rundt KMI og vekt kan være knyttet opp mot guttenes hverdagslige kroppslige misnøye og kroppspress.

Lærer 3 forklarer at hun opplever gutter med stort fokus på kropp, som gjerne ikke går under samme kategori som de guttene som prater og viser mye kropp. Hun opplever at det er noen gutter som er usikre på egen kropp, som gjerne ønsker å unngå ubehagelige situasjoner knyttet til spising, og ofte prøver å skjule kroppen sin til en viss grad i for eksempel svømmetimene der kroppene er mer eksponert.

«Men så har du gjerne den personen som ønsker å bli, som gjerne er usikker på seg selv og vil gjerne ikke vil spise i klasserommet fordi de kanskje veier bittelitt mer enn noen av de andre, og velger å ikke spise i klasserommet for da viser det gjerne hvert fall hvorfor han har litt mer enn deg, og den som går da og drar badeshortsene opp litt ekstra og er først ut av hallen, men er også først ned i bassenget.» Lærer 3.

Sett opp mot Jones og Crawford (2005) modell er bekymringer til KMI og vekt også sentrale faktorer som kan knyttes opp til gutters misnøye over egen kropp. Likevel virker det som om denne type press og misnøye er noe kroppsøvlingslærerne opplever i mindre grad ettersom dette er noe guttene prater mindre om i skolehverdagen, og noe de heller observerer gjennom guttenes atferd. Ifølge forskning av Puhl og Lessard (2020, s. 408) kan det å være ung og føle på stigma knyttet til vekt være skadelig på psykisk, sosialt og fysisk velvære. Slik jeg tolker Lærer 3 er hun inne på flere stigmaer hun opplever å observere hos enkelte av guttene, hvor hun forteller at det kan være et ubehag knyttet til spising eller eksponering av kropp. At noen velger å unngå å spise i klasserommet eller å holde seg under vann så snart de kommer i inn i svømmehallen, antyder at negative følelser knyttet til kroppen påvirker deres atferd i en slik grad at de unngår situasjoner som kan virke skamfulle. Dette samsvarer med forskningen til Puhl og Lessard (2020, s. 408) som konkluderer med at å oppleve vektrelaterte stigmaer kan bidra til økt emosjonell bekymring og usunn atferd knyttet til for eksempel spising.

4.1.1.2 «Jeg er ganske fornøyd med hvordan jeg ser ut»

Noen av guttene forteller også at de føler kroppslig fokus i liten grad i deres hverdag. Guttene som forteller at de føler lite kroppspress legger vekt på at de er fornøyde og komfortable med kroppene deres, og mener selv at de har gode, lite anstrengte forhold til kosthold og trening.

«Akkurat nå kjenner jeg ingenting sånn egentlig, så da ville det vært 1 eller noe. (...) Jeg er ganske fornøyd med hvordan jeg ser ut egentlig selv.» Elev 7.

Ifølge Bjørnebekk (2015, s. 28) handler presset om å ha den perfekte kroppen om faktorer som trening, kosthold og utseende generelt. At disse guttene forteller å tenke lite over disse faktorene i deres hverdag kan gi et inntrykk av at de faktisk opplever kroppspress i liten grad. Dette kan ha sammenheng med at disse guttene kan oppleve mindre avstand mellom oppfattelsen av eget kroppsbilde, og egne internaliserte kroppsidealer. Dette kan føre til redusert grad av kroppsmisnøye (Loland, 2000). En lavere grad av kroppsmisnøye tolker jeg kan settes i sammenheng med en opplevelse av et mer positivt kroppsbilde. Dette tolker jeg opp mot Gattario (2013, s. 13) som forteller at man kan måle en persons kroppsbilde i form av å måle følelsene personen har for egen kropp. At Elev 7 og flere av guttene som erfarer lite kroppslig fokus og kroppspress i hverdagen forteller at de føler seg fornøyde med hvordan de ser ut, tolkes derfor å kunne gi inntrykk om at de innehar positive tanker om eget kroppsbilde.

4.1.1.3 Prat om kropp og kroppspress

De fleste guttene forteller at det er lite snakk om kroppslig fokus og kroppspress blant venner og medelever i deres hverdag, noe som gjør at de fleste erfarer å ha lite innsikt i hvordan andre føler rundt temaet. Dette stemmer overens med Bjørnebekk (2015, s. 28) sine funn, der kroppslige temaer viser seg å snakkes hyppigere om blant jenter, men at begrepet kroppspress sjeldent nevnes i samtaler mellom gutter. Likevel er det en ganske bred enighet blant guttenes fortellinger der de tror andre føler på kroppspress av ulik grad, uten at de kan bekrefte dette helt sikkert.

«Jeg vet ikke om så mange på trinnet egentlig, for jeg har ikke snakket med andre på trinnet, men av folk jeg har snakket med så føler jeg at noen føler på det. Også er det jo mange som ikke snakker om det, så jeg vet jo ikke om de føler på det eller ikke. Jeg føler nesten at alle føler på en ting, enten negativt eller positivt.» Elev 7.

Forskning av Alonso et al. (2020, s. 1) viser at unge som er fornøyde med egen kropp viser høyere grad av sosiale ferdigheter, tilpasningsevne og er på en generell basis i bedre humør. Om guttene som opplever å være mer tilfreds med egen kropp innehar disse egenskapene kan ikke funnene gi klare indikasjoner på. Imidlertid kan det tolkes at guttene seg imellom kan oppleve slike egenskaper hos hverandre, som kan være en faktor til hvordan de vurderer og føler på kroppslig fokus og kroppspress hos medelever eller venner, når det ikke blir snakket om direkte. Elev 9 sine uttalelser skiller seg ut på dette området, hvor han i motsetning til de andre guttene føler det er mye prat knyttet til trening og kroppspress. Han forteller at han

opplever at det ofte stilles et spørsmålstegn til om man er «bra nok» hos medelevene sine, der det virker som om flere av medelevene sitter med en følelse av at de «kommer til kort» kroppslig.

«Men vi snakker mye om det. Det var sånn ... jeg bryr meg ikke så veldig mye om trening eller om kroppspress, men det er mange rundt meg som gjør det. Som jeg ser på dem og de snakker om det, og mine venner med venner ja, men «føler meg ... jeg ser ikke så bra ut» eller «kanskje jeg burde begynne å trene litt mer» eller det blir på en måte hele tiden et spørsmålstegn om de er bra nok.» Elev 9.

Ifølge Sand (2019, s. 171) kan et opplevd kroppspress påvirke unge til å skape selvkritiske holdninger der man sammenligner seg med andre på en negativ måte. Dette kan tyde på at det er en utbredt kroppslig misnøye og et opplevd kroppspress hos flere i Elev 9 sitt miljø, ettersom det fortelles at flere av guttene sammenligner seg med kroppslige idealer hvor en tydelig selvkritisk holdning er til stede. Dette tolker jeg også kan knyttes opp mot Alonso et al. (2020, s. 1) i form av at Elev 9 her erfarer at medelever kan virke mer nedbrutt eller negative knyttet til prat om tematikken og derfor oppleve de som mer usikre på egen kropp.

Kroppsøvlingslærerne forteller at de opplever guttene som har et mindre kroppslig fokus som mer tilbaketrukne. Disse guttene erfares også prate lite om kropp, og oppleves som å ha litt andre interesser enn gruppen av gutter som i større grad prater eller viser tegn til at de er opptatt av kropp. Det tolkes på kroppsøvlingslærerne at disse guttene kan kategoriseres under to forskjellige grupper. De opplever det som vanskelig å skille om guttene har en lav grad av kroppslig fokus der de er tilfredse med eget utseende, eller om de egentlig bryr seg i stor grad utenom å vise tegn til dette ovenfor medelever eller lærere. Lærer 1 forteller å oppleve dette ved at hun har en følelse av at flere av guttene kan ha et stort kroppslig fokus, uten å få bekreftet dette på noen måte.

«Men så er det jo noe med at noen av de har jo sikkert et voldsomt kroppsfokus, men de sier det ikke ... sant. Altså det er jo mange av de som sikkert synes det er mest ubehagelig å gå inn i en garderobe, men de snakker ikke om det, men det blir jo en følelse, altså at det er noe jeg tenker. (...) Men det er klart at jeg har jo mange gutter som sikkert ikke tenker så mye på det.» Lærer 1.

Tidligere forskning av Frisén og Holmqvist (2010, s. 207) sine resultater viser at unge som kategoriserer seg som ha gjennomsnittlige kropper viser å ha en høyere grad av positive tanker rundt egen kropp og utseende. I forskningen kategoriseres disse elevene som ha mindre fokus på at de må se bra ut. Dette tolker jeg at kroppsøvlingslærerne også opplever hos mange av guttene, der det virker å være en opplevelse av at guttene oppfattes fornøyde med egen kropp og utseende i den grad at de ikke fokuserer eller prater så mye om det. Likevel tolkes det på kroppsøvlingslærerne å være en usikkerhet knyttet til denne type gutter der det kan være vanskelig å vite hvordan de egentlig tenker rundt denne tematikken. Sett i sammenheng med tidligere forskning av Grogan og Richards (2002, s. 224) kan det å prate om kropp, og spesielt andres kropper være et sensitivt tema som kan føles ubehagelig blant unge gutter. Det kan derfor tydes at denne type samtaler er noe mange unge gutter som er usikre på egen kropp unngår, som igjen kan gjøre det vanskelig for kroppsøvlingslærerne å orientere om hvilke tanker guttene sitter med om eget kroppslig fokus og følt kroppspress.

4.1.1.4 Trening

Når guttene forteller om hvordan de opplever fokus på kropp er trening et tema som de fleste raskt kommer innom. Blant guttene virker det å være et større kroppslig fokus knyttet til dette på 10.trinn, enn 9.trinn. Dette kan ha sammenheng med at gutter blir mer bevisste på den ideelle muskulære kroppen jo eldre de blir (Jones og Crawford, 2005, s. 631; McCreary og Sasse, 2000). En svakhet ved masterstudien er at ingen gutter i utvalget er elever på 8.trinn, som ville belyst endringene knyttet til forskningsspørsmålet og tematikken bedre. På 9.trinn virker det å være et større fokus på trening gjennom ulike organiserte idretter. Blant annet forteller Elev 1 og 3 at det er mange som driver med organisert idrett på trinnet. Blant guttene på 10.trinn kommer det tydelig frem at det er mange som prioriterer styrketrening på treningssenter istedenfor å trene organisert. Elev 9 omtaler forskjellene han har erfart knyttet til dette slik:

«Jeg føler at i niende så var det ingen som gikk og trente, mens i tiende så er det langt over halvparten. Det er bare fire gutter i klassen som ikke går og trener hver dag.»

Elev 9.

Utviklingen Elev 9 erfarer samsvarer med Ungdata-undersøkelsen fra 2022 (Bakken, s. 31), der tallene viser at 33% av 9.trinnselever trener ukentlig på treningssenter, mens 48% av 10.trinnselevene gjør det samme. Samtidig viser rapporten at deltakelsen i idrettslag går ned i

perioden. Norges idrettsforbund (2023) har lagt frem de to hovedfaktorene tidspress og at det ikke er gøy lenger til at unge slutter med organisert idrett. En av faktorene til at idrett ikke er gøy lenger kan være det sosiale, i form av blant annet at venner slutter (NIF, 2023). Dette kan tyde på at treningssenteret blir sett på som den nye sosiale arenaen som mange unge gutter trekkes imot mot slutten av ungdomsskolen. Ifølge Kvalem og Wichstrøm (2007, s. 28) er ungdomstiden en tid for selvutvikling, hvor en viktig del av selvutviklingen foregår i vennekretsen. Venner er for ungdom en viktig kilde til emosjonell støtte samtidig som det er en sosial plattform der unge kan få oppleve å teste ut og lære (Kvalem og Wichstrøm, 2007, s. 28). Det virker derfor som om treningssenteret kan bli en arena der guttene samles og kan føle på emosjonell og sosial tilhørighet. Samtidig vektlegger Elev 9 at fokuset på treningssenteret ofte er rettet mot å trene seg opp til den «perfekte sommerkroppen».

«Det er ikke veldig kraftig, men konkret så er det jo noen som går og trener veldig mye nå. (...) Bare for å trene seg opp på en måte for å bulke seg opp for å se tøff og fin ut til sommeren, for å få den perfekte sommerkroppen.» Elev 9.

Selv om vennskap og sosiale kretser er viktig tilknyttet sosial tilpasning og psykisk velvære, kan relasjonene også føre til økt stress (Kvalem og Wichstrøm, 2007, s. 28). Dette tolker jeg å kunne være til stede i sitatet til Elev 9, som tyder på at det er et utbredt ønske blant guttene på treningssenteret om å bruke treningen til å etterstrebe et ønskelig kroppsideal i form av «den perfekte sommerkroppen». Slik jeg forstår Elev 9, legger denne type treningsmiljø til rette for økt grad av kroppslig sammenligning mellom guttene, som ifølge Kvalem og Wichstrøm (2007, s. 28) kan ha en negativ effekt. Dette kan blant annet kobles opp til økt kroppspress, ettersom fokuset ligger på å etterstrebe ett forventet kroppslig utseende (Bjørnebekk, 2015, s. 27). Denne opplevelsen kan igjen skape en grobunn for mer selvkritiske holdninger ovenfor egen kropp (Sand, 2019, s. 171). Det vises derfor tegn til at treningssenteret kan være en sosial arena som blant gutter kan underbygge å internalisere kroppslige idealer, sammenligning og kroppspress.

Blant kroppsøvlingslærernes fortellinger er det en utbredt opplevelse av at muskelvekst og styrketrening er det fokuset dreier seg mest om blant guttene. De tre kroppsøvlingslærerne legger vekt på at det er et fokus om å etterstrebe kroppslige muskulære idealer og ønsket styrke, noe de erfarer guttene prater og sammenligner seg imellom.

«Det som er hovedfokus, føler jeg er rett og slett dette med muskler. De er veldig opptatt av dette med muskelvekst og å bli større, og hvor tungt en løfter, altså hvor mange kilo man benker. Men veldig varierende, men når det er fokus på det så er det de tingene.» Lærer 1.

«Så det er først og fremst det visuelle, hvordan du ser ut, og da muskler, størrelsen på dem, først og fremst overkropp.» Lærer 2.

Hvordan kroppsøvlingslærerne forteller å oppleve det kroppslige fokuset blant guttene i deres hverdag, virker å samsvare godt med hva guttene selv legger vekt på i eget kroppslig fokus. Sett opp mot modellen til Jones og Crawford (2005) kan det tolkes at kroppsøvlingslærerne kan oppleve kroppsmisnøye hos guttene, spesielt knyttet til faktoren som omhandler bekymring knyttet til muskelmasse og styrke. Mine funn indikerer derfor på at dette er noe som er utbredt blant informantene gjennom ulike perspektiver, som gir indikasjoner på at kroppslig fokus og kroppspress knyttet til muskulær størrelse kan være til stede hos flere av guttene i ungdomsskolen. Sett i lys av Ungdata-undersøkelsen fra 2018 (Bakken, s. 73) som viser at 10% av unge gutter opplever «mye press» knyttet til å ha en fin kropp eller utseende, kan funnene blant informantene i denne masterstudien vise tegn til å samsvare i form av at det også her vises å kunne være til stede, spesielt knyttet til fokus på muskler. Likevel vil jeg presisere at funnene er basert på et begrenset utvalg i denne masterstudien. Det gis derfor ikke nok informasjon om hvor utbredt det kroppslige fokuset og kroppspresset knyttet til muskulær størrelse er blant gutter i ungdomsskolen, utover erfaringene og opplevelsene i mine informanternes fortellinger.

4.1.1.5 Sosiale medier

Flere av guttene forteller også å oppleve påvirkning knyttet til eget kroppslig fokus i form av å bli eksponert for bilder og videoer av godt trent og muskuløse folk, spesielt i sosiale medier.

«Men det er mye treningsvideoer på tiktok for eksempel. (...) Det er jo trening for å se bra ut. Trening for å ha den perfekte sommerkroppen og på en måte se sexy ut.»
Elev 9.

At flere av guttene opplever å bli påvirket av ytre faktorer i sosiale medier i deres hverdag samsvarer med funnene til Elvebakk et al. (2018), som forteller at mediernes fokus på det ytre har betydning for hvordan elever ser på seg selv. Gattario (2013) sin bioøkologiske modell legger vekt på at det er ulike lag som er med på å påvirke en ung persons utvikling av eget kroppsbilde. Dette viser at guttene kan la seg påvirke internt i modellens "mikrosystem", spesielt fra venner, men viser også tegn til samspillet i til "økosystemet" i modellen, der man blant annet finner sosiale medier som påvirkende faktor. Elev 9 forteller om hvordan samspillet mellom lagene i den bioøkologiske modell kan fungere ved at han ofte prater med venner om hva de ser av kroppslig fokus på sosiale medier.

«Så er det mye treningsfokus der. Som også har en effekt på oss her på skolen. For ja «Jeg så han på tiktok» eller det kommer veldig mye opp sånn «Ja jeg har sett han» eller «Ja jeg så ho».» Elev 9.

Både samtaler mellom jevnaldrende venner og sosiale medier er faktorer som kan påvirke og bidra til en ung persons kroppspress (Sand, 2019, s. 174; Voelker et al., 2015, s. 150). Dette stemmer overens med mine funn der flere av guttene forteller at de blir påvirket og føler et kroppspress knyttet til hva de ser på sosiale medier. Elev 6 legger vekt på at fokuset innenfor sosiale medier er på folk med godt trente kropper og store muskler, som fører til et press på hvordan man burde se ut. Det er derimot lite fokus på gjennomsnittlige kropper som guttene kan kjenne seg mer igjen i.

«Du ser jo folk med veldig bra kropper på en måte, så du ser bare det. Du ser liksom ikke folk som liksom ikke har så bra kropp. Du ser liksom bare hele tiden folk som er i veldig god fysisk form og som ser veldig bra ut liksom. (...) Du får jo på en måte et bilde av hvordan din kropp burde være, også liksom får du et press om at kanskje burde se sånn ut, selv om du kanskje ikke gjør det.» Elev 6

Sitatet til Elev 6 kan tyde på at en overfladisk kroppstilnærming kan være til stede, ettersom han forteller at sosiale medier kan skape et bilde på hvordan han burde se ut (Baudrillard, 1998). Det vises her tegn til at bruken av sosiale medier er med på å påvirke tankegangen om kropp, hvor kroppen gjerne blir sett på som en gjenstand eller et objekt som kan justeres etter sosiale mediers verdinormer (Baudrillard, 1998, s. 129; Sæle, 2021, s. 110). Dette tolker jeg Elev 6 viser til ettersom han gjennom bruk av sosiale medier forteller å få et bilde av hvordan

kroppen burde være. Foruten at det her vises tegn til at et en slik kroppstilnærming er til stede, er ikke dette noe jeg har nok informasjon i funnene til å bekrefte. Likevel tolkes det å være en sammenheng mellom Baudrillard (1998) sin kroppstilnærming og flere av guttenes fortellinger om kroppslige påvirkninger fra bilder og videoer i sosiale medier.

På spørsmål om sosiale medier bidrar til et økt kroppslig fokus forteller Elev 5 noe som skiller seg ut fra de andre guttene. Ifølge Elev 5 bidrar det han ser av kroppslig fokus på sosiale medier heller til motivasjon mot å bli en bedre versjon av seg selv, enn å skape et press på hvordan han burde se ut.

«Nei, eller det gir meg kanskje mer motivasjon til å trene mer og bli en bedre versjon av meg selv. (...) Sånn at man kan gjøre mye ting i hverdagen lettere.» Elev 5.

Forskning gjennomført av Beyens et al. (2020) viser at effekten sosiale media har på unge varierer fra person til person, der deres resultater viser at 46% på av ungdom opplever å føle seg bedre av å bruke sosiale medier. Sett opp mot Elev 5 som føler å ha et mer avslappet forhold til sosiale medier, kan det tyde på at en mer positiv holdning ovenfor det kroppslige fokuset han ser kan føre til en mer positiv følelse av egen kropp. At elev 5 legger vekt på kroppslig funksjon i hans møte med erfart påvirkning i sosiale medier, tolker jeg å ha sammenheng med et fenomenologisk kroppsperspektiv. Dette innebærer at det er et integrert samvirke mellom kropp og bevissthet, hvor det kroppslige væren kan være utgangspunkt for bevissthet eller tenkning (Sæle, 2021, s. 111). Slik jeg tolker Elev 5 tar hans bevissthet og tanker om trening og sosiale medier utgangspunkt i eget kroppslige væren, i form av at han ønsker å forbedre kroppslig funksjon og egenskaper, i motsetning til å se på egen kropp som et objekt han sammenligner med andre. En slik kroppslig tilnærming kan derfor vise tegn til å skape færre kroppslige sammenligninger, som igjen kan redusere negativ påvirkning på en ungs persons selvfølelse (Kvalem og Wichstrøm, 2007, s. 28).

4.2.1 Kroppspress i guttegarderoben

Garderobesituasjonen er også en del av guttenes skolehverdag. Når intervjuene ble sentrert til garderobesituasjonen ble guttene innledningsvis spurt om hvor mye kroppspress de føler på i guttegarderoben på en skala fra 1 til 10. Skalaen ble forklart ved at 1 vil si å ikke føle på det i det hele tatt, mens 10 vil si at man fokuserer og tenker mye på det i garderoben. På dette spørsmålet har guttene svart svært forskjellig. Av guttene svarer Elev 1, 4 og 6 at de føler på

et stort opplevd kroppspress i garderoben. Elev 3, 5, 7, 8 og 9 forteller at de føler på et lite opplevd kroppspress i situasjonen. Kun Elev 2 forteller at han føler på kroppspress i middels grad i garderoben. Kroppsøvlingslærerne ble også spurt om å rangere kroppspresset de opplever blant guttene i garderoben fra 1 til 10. De forteller at de opplever stor variasjon fra gutt til gutt, og fra klasse til klasse. Dette samsvarer med Sand (2019, s. 171) som forteller at kroppspress som fenomen i skolen varierer mellom ulike klassesammensetninger og klassetrinn, basert på hvilke kroppslige idealer som er utbredt og hvor smale de er (Sand, 2019, s. 171). Slike forhold kan dermed ha en effekt på hvordan guttene opplever kroppspress i garderobesituasjonen, der mine funn viser at enkelte sitter med tanker og følelser om et press mot hvordan deres utseende eller kroppslige form er forventet å se ut i situasjonen. Mine funn viser tegn til at guttene har ulike subjektive selvoppfatninger av seg selv og egen kropp i garderoben. At det er store variasjoner i hvordan guttene opplever kroppspress i garderoben tolkes å kunne knyttes til guttenes tanker om egen forståelse og forventninger til eget kroppsilde. Blant annet viser funnene tegn til at guttene har ulike tanker knyttet til egen kropp i garderoben, som fører til at guttene kan estimere egen størrelse og utseende forskjellig (Grogan, 2022, s. 4). Dette tolkes også å kunne knyttes til Grogan (2022, s. 4) sitt holdningselement, der guttene viser å ha ulike følelser knyttet til egen kropp. Ifølge Sand (2019, s. 171) kan å oppleve kroppspress skape selvkritiske følelser ovenfor egen kropp, som virker å være til stede i flere av guttenes erfaringer med fenomenet i garderoben. Ifølge Gattario (2013, s. 13) kan å måle følelser en person har ovenfor egen kropp, kunne være med på å måle en persons opplevde kroppsilde. Mine funn kan derfor tyde på at å føle kroppspress i guttegarderoben kan bidra til en mer negativ opplevelse av eget kroppsilde i situasjonen. Samtidig viser dette seg å være motsatt hos guttene som opplever lite kroppspress i garderoben, der disse fremstår som å ha mer positive følelser og selvtillit ovenfor egen kropp, som Gattario (2013, s. 13) mener kan settes i sammenheng med et mer positivt kroppsilde. Videre vil det bli belyst ulike aspekter som analysen rettet mot informantenes erfaringer utpeker å påvirke det opplevde kroppspresset i guttegarderoben

4.2.1.1 Eksponering av kropp

Blant funnene hos guttene viser det seg at de som forteller å føle på kroppspress i stor grad i egen hverdag, føler det i enda større grad i garderoben. Dette er noe kroppsøvlingslærerne også forteller at de erfarer. Flere av guttene som føler på et stort kroppspress i garderoben forteller at eksponering av kropp ovenfor medelever er en avgjørende faktor for hvorfor

garderoben kan føles ubehagelig og sårbar. Dette legger også de tre kroppsøvingslærerne vekt på i deres opplevelser av hvorfor enkelte gutter kan føle et stort kroppspress i garderoben.

«Jeg tenker det bare er litt kleint føler jeg. Jeg synes det bare er litt rart å være helt naken foran mange andre.» Elev 4.

«Jeg tror det er unaturlig for veldig mange å kle seg naken i lag.» Lærer 1.

Å føle på et kroppspress i garderoben kan skape et ubehag som blant ungdom kan føre til at man vil unngå å kle av seg i foran andre (Bjørnebekk, 2015, s. 28). Blant annet bruker Elev 4 begrepet «kleint», knyttet til å være naken og eksponere kroppen sammen med andre gutter i garderoben. «Kleint» er et begrep som jeg tolker kan knyttes opp mot begrepene «flauhet» eller «sjenerthet». Å føle på «flauhet eller «sjenerthet» er faktorer som kan spille inn på unges kroppslige usikkerhet og følelse av ubehag i garderoben (Bjørnebekk, 2015, s. 26; Frydendal og Thing, 2020, s. 166). Spesielt vil andres nakenhet i garderoben virke som noe påtrengende når man selv er usikker på hvordan man skal forholde seg til sin egen (Bjørnebekk, 2015, s. 22). Å føle på et ubehag knyttet til å eksponere kroppen for andre kan derfor være vanlig når det oppleves som noe uvant eller sjenerende, noe som mine funn indikerer å være til stede blant flere av guttene som opplever større grad av kroppspress i garderoben.

At flere av guttene føler på kroppspress i garderoben kan også knyttes til at ungdomstiden er en tid hvor kroppene er i stor forandring. På ungdomsskolen vil guttene være i ulike stadier av sin kroppslige, kognitive og sosiale utvikling, hvor de går fra å være barn til å bli unge voksne (Kvalem og Wichstrøm, 2007, s. 18). Ifølge Bjørnebekk (2015, s. 22) vil et kroppslig ubehag kunne forstekes i garderoben når man samtidig føler store biologiske endringer i egen kropp. Kroppsøvingslærerne forteller at det kroppslige fokuset blant guttene blir mer og mer til stede i garderoben jo eldre guttene blir, hvor det oppleves å være økende fra 8. til 10.trinn. Lærer 3 forteller at det trolig kan være en mulig sammenheng mellom guttenes økte grad av kroppslige fokus og deres kroppslige utvikling i årene på ungdomsskolen. Lærer 1 og 2 er også inne på dette hvor blant annet begrepet pubertet trekkes frem som en faktor de tror har mye å si i forhold til hvordan guttene opplever kroppspresset.

«Men det er ikke på alle trinn. Jo eldre de blir jo mer er det, men jeg vet ikke om det kan ha noen sammenheng med at de blir naturlig større også. Da er de ikke så små

lenger, sånn at nå begynner det faktisk å vises litt og det er gjerne nå de får mest fremgang og sånn. Så det er en større forskjell fra lavere trinn til høyere trinn. På de trinnene jeg har så er det mye mer her på tiende.» Lærer 3.

Hos gutter begynner puberteten i tidsrommet 10-15 år, som vil si at ungdomsskoleårene er en periode de aller fleste guttene opplever store biologiske endringer i egen kropp (Brooks-Gunn og Reiter, 1990; Kvalem og Wichstrøm, 2007, s. 18). Puberteten vil for gutter blant annet føre til at man vokser i høyden, og utseende og kroppsform vil endre seg i form av bredere skuldre, mer muskler og hårvekst (Kvalem og Wichstrøm, 2007, s. 19). Kroppsøvingslærerne fortellinger legger vekt på at slike endringer er noe de erfarer. Endringene i guttenes kropper erfares blant kroppsøvingslærerne å kunne føre til økt kroppspress. Å gjennomgå disse endrings- og utviklingsprosessene tolker jeg kan settes i sammenheng med at guttene blir mer bevisste med alderen på hvilke ideelle mannlige kroppsideal som er gjeldende (Jones og Crawford, 2005, s. 631; McCreary og Sasse, 2000). Gutter som modnes tidligere kan ha et fortrinn i å utvikle utbredte ønskelige kroppsideal i form av for eksempel muskelmasse i ungdomsårene (Jones og Crawford, 2005, s. 630; Kvalem og Wichstrøm, 2007, s. 19). Samtidig vil gutter som utvikles sent ha større sannsynlighet for å være mindre fornøyd med egen kropp, ettersom de kan føle en større avstand mellom selvoppfatningen av eget kroppsilde og ønsket kroppsideal (Kvalem og Wichstrøm, 2007, s. 19). Slik jeg tolker Elev 8 er dette noe han konkret har erfart utfordringer med i garderoben på et tidligere tidspunkt, som nå har gått seg til.

«Jeg opplevde det litt mer i åttende. Det var litt vanskelig da. (...) Da var jo alle de andre i klassen mer eller mindre ganske utvokst da. Så jeg hadde ikke det de hadde.» Elev 8.

Ifølge Kvalem og Wichstrøm (2007, s. 20) håndterer ungdom flest disse biologiske endringene greit, men i perioder kan det for enkelte oppleves som utfordrende. Dette er noe funnene hos Elev 8 kan indikere på, hvor han i en periode har opplevd en større utfordring til egen kropp i garderoben, i form av å være sent utviklet. Han legger likevel vekt på at dette er noe som i senere tid virker å ha gått seg mer til. Slik jeg forstår Elev 8 og flere av guttene som har opplevd utfordringer med eget kroppsilde i guttegarderoben, virker følelsen av å oppleve at man ikke innehar sosialt utbredte ønskede kroppsideal til å kunne forsterke opplevd kroppspress. Ifølge Sand (2019, s. 176) kan det å sitte med en følelse av at man ikke innehar

de kroppslige forutsetningene man ønsker eller som er forventet kunne påvirke selvbildet negativt, noe som sitatet til Elev 8 viser tegn til å ha forekommet.

4.2.1.2 Mobiltelefoner

Mine funn indikerer også på at mobiltelfoners tilstedeværelse i garderoben kan ha en tydelig sammenheng med en følelse av kroppslig utrygghet, og et ekstra følt kroppspress blant guttene. Samtlige gutter foruten Elev 5 forteller at de får en følelse av usikkerhet og utrygghet når de ser mobiltelefoner blir tatt frem i garderoben, med en særlig vekt på frykt for at det skal bli tatt bilder eller videoer i en situasjon der guttene eksponerer kroppene sine uten klær.

«Men med en gang kompisene mine står på mobiltelefon i garderoben så vet jeg aldri om noen har tatt ett bilde eller om noen har fått et bilde, skjønner du? Og det er litt scary, det er litt skummelt.» Elev 9.

Funnene i min analyse samsvarer med tidligere forskning av Frydendal og Thing (2020, s. 167) der mobiltelefoner blir sett på som et element som kan påvirke guttenes følelse av kroppslig trygghet i garderoben. Ifølge Frydendal og Thing (2020, s. 167) kan følelsen Elev 9 beskriver om at mobilers tilstedeværelse kan oppleves som skummelt og utrygt, være en faktor til at enkelte ikke ønsker å kle av seg i garderobesituasjonen eller dropper å dusje. I nyhetsartikkelen til Fallmyr og Danielsen (2022) siteres Moen ved å fortelle at et totalt mobilforbud i garderoben vil føre til tryggere rammer for elevene, noe det er viktig at kroppsøvingslærere og skoler jobber mot. Både guttenes og kroppsøvingslærernes opplevelser virker å støtte opp om denne påstanden, ettersom funnene blant informantene viser en bred enighet om at mobiler ikke burde være til stede i garderoben. Dette virker å ha effekt i form av at begge skolene informantene kommer fra har innført mobilforbud i garderoben. Lærer 1 forteller at garderoben er hovedbegrunnelsen for at de på denne skolen har innført mobilforbud gjennom hele skoledagen. På skolen til Lærer 2 er det innført mobilforbud i garderoben, hvor også han legger tydelig vekt på at dette er noe som ikke er bra, i form av at garderobesituasjonen vil bli mer utrygg for elevene.

«Det er ikke bra. Jeg hadde vært mer komfortabel selv hvis jeg var 14/15/16 år og visste at det ikke var noen telefoner. Så det er ikke bra, men det er en problematikk som er veldig vanskelig å deale med.» Lærer 2.

Ifølge Selwyn og Aagaard (2021, s. 8) har det de siste årene vært en økende verdensomspennende trend på å forby telefoner i klasserom og skoler, hvor forbudene oftest assosieres med nettmobbing, teknologiavhengighet eller distraksjon. Slik jeg tolker flere av guttenes frykt for mobiltelefoner i garderoben, er de redd for at bilder eller videoer av deres eksponerte kropper skal bli spredd. Dette tolker jeg kan knyttes til nettmobbing. Nettmobbing innebærer aggressive handlinger eller atferd utøvd med elektroniske hjelpemidler av en person eller en gruppe over tid, som blant annet kan bli utøvd ved å dele bilder eller videoer uten samtykke (Ertesvåg, 2022) Ifølge Utdanningsdirektoratets elevundersøkelse fra 2020, opplever 2,2% av elever i skolen å bli mobbet digitalt (2021, s. 2). Ingen av guttene forteller at dette har forekommet hos dem, men frykten for å bli utsatt for dette i garderoben tyder på å kunne være reell. Ifølge Frydendal og Thing (2020, s. 167) er dette reelle faktorer som spiller inn på gutters opplevelse av kroppslig trygghet i garderoben, hvor fraværet av mobiltelefoner vil kunne være med på å dempe det kroppslige fokuset og utryggheten guttene føler på i situasjonen.

På tross av at kroppsøvingslærerne erfarer å ta dette på alvor, virker ikke mobilforbud til å fjerne mobiltelefonene helt fra situasjonen. Dette virker også kroppsøvingslærerne å være tydelig innforståtte med. Samtidig legger de vekt på at det er vanskelig å få fjernet mobilene helt fra garderobesituasjonen, ettersom de ikke har mulighet til å ha kontroll på alles mobiler til enhver tid.

«Men så kan du ikke ransake de heller. Så det er ikke lov med telefoner, men det er flere som har telefonene i garderoben.» Lærer 3.

Mine funn viser derfor tegn til at det kan være behov for økt fokus knyttet til hvordan kroppsøvingslærere og skoler kan legge til rette for en så mobilfri sone som mulig, som vil kunne være avgjørende for å skape en tryggere garderobesituasjon, der kroppspress og kroppslig usikkerhet blant guttene kan dempes (Fallmyr og Danielsen, 2022, Moen sitert; Frydendal og Thing, 2020, s. 167).

4.2.1.3 Kommentarer og prat

Både guttenes og kroppsøvingslærernes fortellinger indikerer at det er et større synlig kroppslig fokus på 10.trinn, enn på 9.trinn guttene imellom, spesielt når det kommer til praten i garderoben. Her ville det også vært interessant å intervjuer gutter på 8.trinn for å dekke et

større aspekt av endringene informantene forteller å forekomme knyttet til prat i garderoben. Blant guttene på 9.trinn virker det som om deres kroppslige fokus og tanker om kroppspress er noe som flere føler på i garderoben, men det oppleves blant disse at dette er noe de snakker mindre om og holder mer for seg selv. Hos guttene på 10.trinn blir det tydeligere at det er mer prat og interesse knyttet til blant annet trening med hovedvekt på styrke og å bygge muskler. Som Jones og Crawford (2005, s. 631) tidligere har beskrevet blir gutter mer bevisste på den ideelle muskulære kroppen jo eldre de blir, noe som virker å påvirke garderobepraten blant guttene med alderen. Garderobesituasjonen blir trukket frem som en arena der det er mer prat om kropp enn andre, spesielt hos guttene på 10.trinn.

«Ja, det er mange som snakker veldig positivt om folk, og folk sin fysiske kropp. At de er veltrente og har mye muskler.» Elev 5

Garderoben oppleves som en arena der guttenes kropper eksponeres i større grad, som virker til å gjøre det enklere å prate om og kommentere hverandres kropper. Kroppsøvlingslærerne forteller at de opplever mest prat om hverdagslige temaer hos guttene i garderoben, men legger til at de også iblant opplever å høre kroppslige kommentarer og atferd guttene imellom.

«Jeg vet ikke om jeg vil kalle det prat, men at det er kommentarer ja. Ikke at vi snakker om hvor syk bicepsen min eller din er, men bare «Wow, shit du har trent bra i det siste». Så det er på en måte ikke en dialog, men det er mer en, ja.. skryt da av de som står og flexer, men lite ellers.» Lærer 2.

Flere av guttene og kroppsøvlingslærerne som har erfart eller lyttet til disse kommentarene, forteller at disse oppleves som positivt ladet hvor det hovedsakelig legges vekt på å rose hverandres muskler eller kroppslige form, eksempelvis gjennom å «flekse» muskler for hverandre og gi tilbakemeldinger. Samtidig legger Jones og Crawford (2005, s. 631) vekt på i sin modell at gutter som oftere har samtaler om muskler og muskelbygging oftere kan relateres til å ha større grad av misnøye knyttet til egen muskulær størrelse. Denne påstanden virker å treffe guttene variert. Jeg tolker at Elev 3, 5 og 9 kan synes at disse samtaler er med på å gi en god følelse og en positivt ladet garderobesituasjon. Funn i Jones og Crawford (2005, s. 634) sin forskning på egen modell viser faktisk at det kan være en sammenheng mellom positivt kroppsbilde og denne type form for prat. Ifølge Jones og Crawford (2005, s. 634) assosieres faktoren knyttet til samtaler om muskler og muskelbygging til en mindre grad av

kroppsmisnøye, enn de andre faktorene i modellen. Jeg tolker blant disse guttene at en atferd knyttet til å «flekse» og gi positive kroppslige kommentarer og ros i garderoben kan skape en positiv forsterkning guttene imellom, noe som fører til at denne type atferd kan øke i frekvens (Svartdal og Holth, 2010, s. 28). Det vises her tegn til at slike samtaler og kommentarer blant guttene kan bidra til å forme guttenes hverdagslige oppfatning av kroppen (Jones og Crawford, 2006, s. 258). Basert på at disse guttene kobler en positiv følelse knyttet til påvirkning gjennom slike kommentarer og samtaler, tolker jeg at dette kan være en faktor til å bidra til en økt positivitet rundt eget kroppsbilde og mindre grad av kroppsmisnøye, som samsvarer med funnene til Jones og Crawford (2005, s. 634).

Funnene blant guttene tyder samtidig på at å oppleve en positiv atmosfære knyttet til kroppslige kommentarer ikke er tilfelle hos alle, spesielt hos guttene som forteller å ikke ta del i denne type samtaler og atferd selv.

«Men noen andre kanskje sier sånn, ikke på en negativ måte da, men de sier sånn «å du har vært og trent» og jeg vet ikke, noe sånn treningsplass. Jeg vet ikke om det er negativt sånn «å du har endelig trent» eller «du har trent, så bra jobba». Men det er bare at noen andre har sagt det, men jeg vet ikke om det var positivt eller negativt.»
Elev 2.

Opplevelsen til Elev 2 tyder på at denne type prat eller kommentarer er noe som flere av guttene ikke tar del i, hvor han selv virker å kunne oppleve det som vanskelig å tolke hva som legges i andre gutters kommentarer om kropp. Ifølge Ricciardelli og McCabe (2001, s. 197) kan slike samtaler og kommentarer knyttet til utseende blant gutter ha en negativ påvirkningskraft sett opp mot guttenes opplevelse av eget kroppsbilde. Basert på funnene tolker jeg at flere av guttene som opplever å ikke strekke til, eller ikke deltar i disse samtalene, også kan oppleve å få eget kroppsbilde påvirket negativt av å være til stede. Følelsen av «å komme til kort» basert på kroppslige forutsetninger kan påvirke eget selvbilde på en negativ måte, som igjen kan føre til vanskeligheter med å komme til sosiale situasjoner i skolen (Sand, 2019, s. 176). Dette er også noe Lærer 3 beskriver i form av at hun opplever gutter som ønsker å delta i disse samtalene, men av kroppslige forutsetninger sliter med å få innpass. Slik jeg tolker Elev 2 og flere av guttene som føler kroppspress i garderoben, vil denne type prat kunne føre til at disse guttene trekker seg mer ut, og deltar mindre i det sosiale i situasjonen.

4.2.1.4 Garderobemiljø

Kroppsøvlingslærerne ble også spurt om hvilke kjennetegn de ser hos gutter som opplever garderoben som en ukomfortabel arena. Her svarer kroppsøvlingslærerne litt variert. Noe som derimot går igjen i funnene hos alle tre er at de kobler disse guttene opp mot høyere grad av sammenligninger innad i guttemiljøene i klassene. Lærer 2 trekker blant annet frem at i klasser der det er tydelige hierarkier knyttet til popularitet, utseende og resultater, ofte fører til at flere oppleves som ukomfortable i garderoben.

«Resultatorienterte, veldig opphengt av at man skal se bra ut, man er opptatt av å oppnå gode resultater.» Lærer 2

I funnene hos informantene til Bjørnebekk (2015, s. 105) kommer det frem at det er en enighet om at det er de populære i klasse- eller vennemiljøene som ofte setter standardene for sammenligning, og hvordan ting er forventet å skulle være. I forskjellige klasser kan det være ulike hierarkier som bestemmer hvordan ting skal være eller foregå, også knyttet til skift og dusj i garderoben (Bjørnebekk, 2015, s. 105). Basert på hva Lærer 2 trekker frem knyttet til guttegarderoben, tolker jeg at de som oppfattes som populære også kan være med å skape retningslinjene til hva som er forventet i guttegarderoben. En opplevelse av at det er andre gutter som setter premissene virker å være til stede hos flere av guttene som opplever mer kroppspress i garderoben. Blant annet tyder svarene til Elev 1 at han kan ha en tendens til å sammenligne seg med de han oppfatter som mer komfortable og «faktisk ser bra ut», som gjennom hans fortellinger virker å ta mer styring i garderobemiljøet.

«Det er jo liksom de som trener kampsport som er mest komfortabel i garderoben og sånt. (...) Fordi de trener såpass mye at de faktisk ser bra ut.» Elev 1.

En slik form for sammenligning kan i ha en negativ effekt på egen selvfølelse (Bjørnebekk, 2015, s. 106; Kvalem og Wichstrøm, 2007, s. 28). Jeg tolker at et slikt miljø kan legge til rette for en kartesiansk tenkemåte på kropp, der et dualistisk kroppssyn er utbredt. En følelse av at det blir satt retningslinjer for blant annet utseende kan føre til et mer objektivt syn på hverandres kropp, der kroppslige normer og forutbestemte mål kan være med på å avgjøre hvordan man oppfatter og tenker om egen og andres kropp (Loland, 2000; Moen og Rugseth, 2018, s. 158). Dette kan knyttes opp til at Lærer 2 opplever disse garderobemiljøene som mer

resultatorienterte der prestasjoner er viktig. Ifølge Moen og Rugseth (2018, s. 158) vil en dualistisk tenkemåte på kropp i kroppsøvingssammenheng føre til at det legges mer vekt på målbare kroppslige resultater og prestasjoner, der for eksempel kroppslige prestasjoner knyttet til utseende mellom guttene sammenlignes. Dette tolkes å kunne være til stede i flere av informantenes fortellinger om det kroppslige fokuset og kroppspresset i enkelte miljøer guttegarderobene.

I motsetning til guttene som forteller å føle på økt kroppspres i garderoben, viser samtlige av guttene som forteller å føle et mindre kroppspres i garderoben, at dette er en arena de føler på mindre kroppspres enn i andre.

«1 av 10. Jeg føler ikke på noe kroppsfokus i garderoben jeg.» Elev 3.

Mine funn viser at disse guttene erfarer garderoben som en sosial og trygg arena, der de er trygge både på seg selv og medelevene sine. Flere av guttene forteller dette i sammenheng med at de har en høy grad av trivsel, hvor de har et godt samhold med medelevene. De legger blant annet vekt på at de kan tulle og tøyse med hverandre i større grad enn for eksempel i gymsalen. Dette er også kroppsøvingslærerne inne på når de beskriver gutter som er mer komfortable med egen kropp i garderoben. De vektlegger kjennetegn som at de er avslappede og at de gjerne er de som vanligvis stikker seg litt frem i det sosiale på skolen. Lærer 2 legger også til at han opplever de som mer mestringsorienterte.

«Det er han som bruker lang tid, han prater i dusjen, han kan gå og hente ting ... altså du merker jo på han at han er avslappet, har god tid og kan prate og le.» Lærer 1.

Funn i forskning av Johansen og Haugen (2017, s. 53) om unges garderobesituasjon indikerer på at en atferd der guttene for eksempel synger eller tulle med hverandre kan knyttes til en større grad av positiv følelse av garderoben. Dette samsvarer med erfaringene kroppsøvingslærerne gjør seg av de komfortable guttene, og de komfortable guttene forteller å erfare selv i mitt utvalg. Basert på at mine funn viser at dette er atferd som forekommer mest hos gutter som føler lite kroppspres, kan det tyde på at lite opplevd kroppspres kan være en faktor til at garderobesituasjonen oppleves mer sosial, trivelig og positiv. Dette kan ses i lys av Sand (2019, s. 176) som forklarer at fraværet av følelsen av å «komme til kort» i kroppslig sammenheng vil kunne føre til at man reduserer negativ påvirkning på selvbildet i situasjonen,

som igjen kan gjøre det enklere å delta i det sosiale i skolen. I denne sammenheng tolker jeg at dette også vil kunne være tilfelle når det kommer til det sosiale i garderoben, der guttene som forteller å oppleve lite kroppspress i situasjonen legger vekt på trygghet, trivsel og samhold. Lærer 2 trekker også frem at de kroppslig komfortable guttene i garderoben oppfattes som mer mestringsorienterte. Elever som har et fokus på læring og mestring, vil oftere betrakte manglende løsning som en læringsmulighet eller som informasjon til å velge en annen tilnærming neste gang (Tvedt og Bru, 2019, s. 54). Dette betyr at elevene er mer engasjert i å utforske, forstå og utvikle sin egen kompetanse, enn å bare fokusere på prestasjoner eller sammenligninger med andre elever (Tvedt og Bru, 2019, s. 54). Et mestringsorientert miljø i garderoben kan derfor ha en sammenheng med at færre av guttene sammenligner kroppene sine med hverandre, hvor de kan legge mer vekt på å utforske og forstå egen kropp. At det er mindre kroppslige sammenligninger innad i miljøet kan igjen redusere negativ påvirkning på kroppslig selvfølelse (Kvalem og Wichstrøm, 2007, s. 28). Et slikt miljø tolker jeg også kan knyttes til at et mer fenomenologisk perspektiv på kropp kan være utbredt. At guttene fokuserer mer på utforsking og forståelse av egen kompetanse av kropp kan ha sammenheng med en tanke av at man er til stede i garderoben som et unikt subjekt, der kroppen blir sett på noe som man er, istedenfor noe man har (Moen og Rugseth, 2018, s. 158; Sæle, 2021, s. 111).

Flere av guttene som forteller å oppleve lite kroppspress i garderoben vektlegger også at de legger lite energi i hva andre måtte tenke eller si om dem, og deres kropper. De bruker heller tiden til å fokusere mer på seg selv. Dette er også et inntrykk Lærer 2 sitter med av de han erfarer som komfortable med egen kropp i garderoben.

«Jeg er veldig trygg med medelevene mine, også fokuserer jeg mer på meg selv og ja ... Så tenker jeg at de andre får ha sine meninger om eventuelt min kropp eller andre sine kropper, men jeg er komfortabel med meg selv.» Elev 5.

Slik jeg tolker sitatet til Elev 5 viser han tegn til å kunne ha en selvoppfatning med høy grad av personlig verdsettelse. Ifølge Skaalvik og Skaalvik (2021, s. 92) innebærer personlig verdsettelse å anerkjenne, akseptere og respektere seg selv for den man er. Høy grad av personlig verdsettelse kan knyttes til mindre opplevd stress, noe som her virker å kunne være til stede basert på Elev 5 sitt kroppslige fokus og komfortable holdninger ovenfor egen kropp i garderobesituasjonen (Keizer et al., 2019, s. 1203). At enkelte gutter viser disse tegnene

ovenfor å oppholde seg i garderoben, virker også å kunne smitte over på kroppsøvlingslærernes inntrykk av hvordan de opplever guttene i garderoben. Dette indikerer på at det kan være en sammenheng med lite opplevd kroppspress, og høyere grad av velvære og mindre opplevd stress i guttegarderoben.

4.2 Kroppsøvlingslæreren i møte med guttegarderoben

Dette delkapittelet vil presentere og drøfte resultater opp mot forskningsspørsmål 2:

Hvordan opplever guttene og kroppsøvlingslærerne tilnærmingen til å følge opp i garderoben?

Som en del av intervjuprosessen ble informantene spurt om kroppsøvlingslæreren sin tilnærming til garderobesituasjonen. Guttene ble spurt om hvilken tilnærming og tilstedeværelse de erfarer kroppsøvlingslæreren deres har ovenfor dem i garderoben. Kroppsøvlingslærerne ble på sin side spurt om hvordan de selv erfarer egen tilnærming og tilstedeværelse. Funnene i min analyse utpekte to underkategorier knyttet til dette temaet. Disse er *Dusjsituasjonen* (4.2.1) og *Tilstedeværelse og tiltak* (4.2.2). Delkapittelet vil presentere og drøfte resultatene mine opp mot teori og tidligere forskning knyttet til disse to underkategoriene for å belyse temaet.

4.2.1 Dusjsituasjonen

4.2.1.1 Forventninger til skift og dusj

Funnene i min analyse viser at skift og dusj i garderobesituasjonen er noe informantene forteller blir forventet i kroppsøvlingsfaget. Lærer 2 og 3 forteller at de ofte bruker den siste tiden av kroppsøvlingsstimene på å fortelle elevene at det er viktig å skifte fra treningsklær og dusje etter at man har vært i fysisk aktivitet.

«Jeg er tydelig på at jeg synes det er «nasty» å ikke dusje etter aktivitet. Jeg har ikke lov til å pålegge de å dusje, men vi sier jo at «selvfølgelig må du dusje, hallo». Legger det frem sånn.» Lærer 2.

Lærer 2 og 3 tolkes å legge frem dusjing som en selvfølgelighet, der de legger vekt på å få frem fordelene ovenfor elevene. Dette kan ses i lys av de praktiserer det tverrfaglige temaet

folkehelse og livsmestring, som kroppsøvningsfaget er en del av. Faget skal her blant annet legge til rette for at elevene utvikler kunnskap og ulike perspektiver om egen helse (Utdanningsdirektoratet, 2020, s. 3). Dette er noe jeg tolker kroppsøvningslærerne legger vekt på i form av å fremme dusj etter fysisk aktivitet som en god levevane, som fremmer god hygiene og helse hos elevene (Olstad, 2020). Kroppsøvningslærernes tilnærming knyttet til forventninger av skift og dusj etter endt aktivitet virker å smitte over på guttene, der de fleste svarer «ja» på spørsmålet om dusjing er noe som forventes. Dette samsvarer med Moen et al. (2017, s. 12) sin studie der også fire av fem oppgir at det forventes at de skal dusje etter endt undervisning i gymsalen. Samtidig vektlegger kroppsøvningslærerne at dusjing ikke er noe de kan pålegge guttene. Dette er noe de fleste guttene selv virker å være klar over, hvor flere av guttene forteller at man ikke er nødt til å dusje om man ikke vil.

«Lærerne oppfordrer vel, ikke bare gymlærerne, men kontaktlærer i timen etterpå oppfordrer jo til at man skal dusje for å unngå svettelukt og sånn, men det er ingenting man på en måte er nødt til å gjøre. Man er ikke nødt til å dusje hvis man ikke vil.»

Elev 6.

Kroppsøvningslærernes tilnærminger indikerer derfor på å være innforståtte med både presiseringer fra Utdanningsdirektoratet (2014) og Opplæringsloven §9A-2 (1998) om at de ikke skal gripe inn hos enkeltelever hvis dusjsituasjonen ikke fremmer deres helse, trivsel og læring i faget. Dette virker kroppsøvningslærerne å ta på alvor, der de forteller at de innfører ulike tiltak for elever som har utfordringer med å oppholde seg i garderoben. Lærer 1 og 3 forteller at de har en tilnærming der deres hovedfokus i faget er deltakelse i kroppsøvningsaktivitetene.

«Jeg har nok tonet litt ned det med akkurat dusjing, fordi jeg mener at dersom du er så utrygg at du heller unngår å ha kroppsøving enn å dusje, da må du heller prøve å få med deg kroppsøvingen for så å bygge på det.» Lærer 1.

Ifølge forskning av Andrews og Johansen (2005, s. 312) kan et stort fokus på kropp og utseende i kroppsøvningsfaget ha betydning for jenters innsats i form av å begrense aktivitet og deltakelse for å unngå å svette, slik at man kan unngå dusjing i etterkant. Basert på mine informanternes fortellinger om at det er mange gutter som ikke dusjer etter aktivitet i kroppsøvningsfaget, er dette noe jeg tolker utfra mine funn å kunne være til stede hos gutter

også. Jeg tolker derfor at tilnærmingen til Lærer 1 og 3, hvor dusjing blir nedtonet for de som er mest usikre, vil kunne ha en positiv effekt på deltakelsen i faget, ettersom de forteller at dette fører til at flere ønsker å delta og yte god innsats uten å bekymre seg for å måtte eksponere kroppen i dusjen i etterkant. Dette støttes opp av Sand (2019, s. 188) som forklarer at å legge til rette for egne rutiner for elever som har utfordringer med å være i felles garderobe kan være med å dempe kroppspresset i kroppsøvfingsfaget.

4.2.1.2 Guttenes dusjvaner

Når kroppsøvfingslærerne ble spurt om hvordan de opplever kroppspresset blant guttene i garderoben, var alle tre raske til å prate om dusjing var utbredt i klassene eller ikke. Alle tre forteller dette gjennom å observere hvem som dusjer eller ikke, som de blant annet kobler opp mot hvem de erfarer å oppleve et større kroppspress i garderoben. Dette tolker jeg kan være naturlig ettersom de forteller å bruke mesteparten av tiden sin utenfor garderoben, der det for eksempel blir enklere å observere hvem som kommer kjapt ut og ikke er våte i håret.

«Du merker veldig fort hvis du står ute og venter at noen gutter bruker lang tid hver eneste gang, andre gutter er kjemperaske ut, og noen gutter dusjer jo ikke.» Lærer 1.

Blant ungdomsskoleelever i en forskning av Johansen og Haugen (2017, s. 47) oppleves det å skje et skille i opplevelsen av garderoben og dusjen tilknyttet kroppsøvfingsfaget. Holdningene til å oppholde seg i garderoben vises å være nokså positive, men når det kommer til dusjingen er følelsene mer delte (Johansen og Haugen, 2017, s. 47). Dette er noe jeg tolker kan være til stede blant informantenes erfaringer i denne masterstudien også. De fleste guttene forteller at å skifte og oppholde seg i garderoben som noe overkommelig. Likevel viser funnene i analysen at det er varierte tanker når det kommer til dusjen. Alle guttene i mitt utvalg utenom Elev 1 forteller selv at de dusjer i garderoben. Samtidig forteller de at det er variert hvor mange som dusjer etter kroppsøvfingstimene i de ulike klassene. Basert på at jeg har hatt en kvalitativ tilnærming der utvalget er lite kan jeg ikke slå fast hvor mange eller hvor utbredt dette er i klassene informantene har erfart, forbi den informasjonen informantene selv har gitt. Noen av guttene forteller at det kun er noen få som dusjer i deres klasse, mens andre forteller at det er noe de fleste gjør. Dette samsvarer med kroppsøvfingslærernes opplevelser der de forteller at det er stor variasjon mellom klasser i form av hvor mange som benytter seg av dusjen i garderoben.

«Veldig ulikt mellom klasser. Jeg har klasser der ingen dusjer, mens andre grupper kan bruke lang tid i dusjen på å synge og ha det gøy sammen.» Lærer 2.

De fleste guttene forteller å oppleve dusjing i garderoben som en overkommelig prosess. På samme tid som de fleste opplever dusjingen som noe overkommelig, forteller et fåtall at de fortsatt synes dusjingen på samme tid er ukomfortabel. Dette knytter de opp mot opplevd kroppspress og ubehag av å eksponere kroppene foran andre, som Bjørnebekk (2015, s. 22) tidligere har forklart er vanlig i en påtrengende og unaturlig situasjon, som dusjen i garderoben kan være. I kartleggingen til Moen et al. (2018, s. 65) viser funnene på en nasjonal basis at de fleste unge opplever å dusje i garderoben som noe greit, hvor det samtidig legges vekt på at situasjonen kan oppleves unaturlig av 35%. Sett i lys av Moen et al. (2018, s. 65) kan mitt utvalg av gutter tyde på å male et nokså normalt bilde av hvordan unge opplever å dusje i garderoben. Samtidig kommer det tydelig frem i både guttenes og kroppsovingslærernes erfaringer knyttet til dusjingen, at de opplever at det er mange som velger å ikke dusje. Jeg ser derfor at funnene mine kunne vært ulike når det kommer til dusjingen, hvis jeg hadde gjennomført intervjuene med et annet utvalg av gutter.

På guttene som forteller at de dusjer i garderoben tolker jeg at de selv kan oppleve at effektene av å skifte og dusje etter en kroppsovingstime kan gi flere fordeler enn ulemper, som kan virke å være motivasjonen deres til å dusje. Lærer 1 forteller også at dette er hennes fokus når hun snakker om dusjsituasjonen med elevene, hvor hun legger vekt på å fremme fordelene. Ifølge Holden (2010, s. 60) forklares motivasjon som «grunner til vår atferd», hvor betingelsene for at man ønsker å gjøre noe må være at man *kan* og *ønsker*. Ifølge Holden (2010, s. 60) kan ønsker referere til lyster, intensjoner eller behov. Dette tolker jeg kan knyttes opp mot Elev 4 sitt utsagn:

«Det er ikke sånn at det er noe jeg har lyst til, men det er noe jeg må nesten. For jeg orker ikke å stinke resten av dagen.» Elev 4.

Jeg tolker at Elev 4 viser tegn til at han *kan* og *ønsker*, basert på en oppfatning om at han kan dusje i garderoben, og at han *ønsker* og føler behov for å være ren og lukte godt videre utover skoledagen (Holden, 2010, s. 60). Dette ønsket tolker jeg å være større enn å unngå dusjingen, selv om han forteller at det oppleves som noe ubehagelig. Dette er noe jeg tolker kan være omvendt hos Elev 1, som forteller at han unngår å dusje i garderoben etter

kroppsøvningsundervisningen hvis han kan. Elev 1 forteller at opplevd kroppspress er hans hovedsakelige årsak til å unngå dusjen i garderoben. Her tolker jeg at det kan være et ønske og behov for å unngå det ubehagelige knyttet til å utsette seg for økt ubehag i form av å eksponere kroppen i dusjen (Bjørnebekk, 2015, s. 22). At Elev 1 avstår dusjen på grunn av følt kroppspress samsvarer også med forskningen til Johansen og Haugen (2017, s. 48), der kroppspress blir sett på som en faktor til at flere unge avstår dusjen.

4.2.2 Tilstedeværelse og tiltak

Et spesielt interessant funn i analysen er at de fleste guttene forteller at garderobesituasjonen er en situasjon de er overlatt til seg selv, der de føler at deres kroppsøvningslærer er fraværende og passer på dem i liten grad.

«Vi bare går til garderoben, og kroppsøvningslæreren går til sin garderobe. Så har vi ansvar selv for å gå til neste time uten at det er kontakt med læreren i den perioden.»

Elev 6.

I kartleggingen til Moen et al. (2018, s. 67) viser det seg at 6 av 10 elever opplever å ikke bli passet på i garderoben. I mitt utvalg virker det som om dette er noe som forekommer i enda større grad. Kartleggingen til Moen et al. (2018, s. 77) legger videre vekt på at dette er noe som i størst grad forekommer hos jenter. Basert på mine funn er det tydelig at denne opplevelsen også kan være utbredt blant gutter. På tross av guttenes opplevelser forteller kroppsøvningslærerne at de opplever det som viktig å vise at de er i nærheten mens elevene er i garderoben. Dette for å hindre at elevene får skape en helt fri arena i garderoben, samtidig som kroppsøvningslærerne får vist at de er til stede og passer på. Lærer 1 forteller at hun holder seg i nærheten av garderobene for å kunne fange opp mulig uønsket atferd i form av hærverk, ufine kommentarer eller støy. Lærer 2 forteller at han som regel går gjennom guttegarderoben for å vise sin tilstedeværelse.

«Men vi passer jo på dem når de er i garderobene. Og det er jo erfaringsmessig fordi at vi vet at hvis de får for stort rom, så kan det bli en kjempeutrygg arena.» Lærer 1.

Ifølge Moen et al. (2018, s. 77) er det viktig at kroppsøvningslærerne viser sin tilstedeværelse for at det skal være et trygt miljø for alle elever i garderoben. Dette virker kroppsøvningslærerne å være innforståtte med, ettersom de legger vekt på at å vise deres

tilstedeværelse er viktig for at garderoben ikke skal bli en utrygg arena. Det er derimot motsiende at guttene føler denne tilstedeværelsen i så liten grad. Av guttene er det kun Elev 7, 8 og 9 som forteller at kroppsøvlingslæreren pleier å vente på utsiden av garderoben til de er ferdige etter hver kroppsøvlingsstund. De resterende guttene forteller at dette er noe de opplever en gang iblant. Utenom dette forteller de at de ikke ser mer til kroppsøvlingslæreren. På bakgrunn av guttenes erfaringer knyttet til kroppsøvlingslærernes tilstedeværelse, kan det tyde på at Lærer 1 og 2 sin tilnærming til tilstedeværelse å ikke er tilstrekkelig nok basert på guttenes erfaringer. Dette vil igjen kunne føre til at garderoben blir en mer utrygg arena for guttene, spesielt når det kommer til trygghet, kroppslig usikkerhet og opplevd kroppspress i situasjonen (Moen et al., 2018, s. 77; Sand, 2019, s. 188).

Samtidig er det overraskende og motsiende at flertallet av guttene likevel forteller at de føler seg godt ivaretatt i garderoben basert på kroppsøvlingslærernes tilnærming. Det tolkes derfor å skje et skille mellom følt tilstedeværelse og ivaretagelse hos guttene. Dette tolker jeg kan ha sammenheng med at de fleste guttene opplever det som trygt å si ifra om eventuelle utfordringer i garderoben, der det de kommer med blir tatt på alvor.

«Vi har jo alltid mulighet til å spørre og snakke med kroppsøvlingslæreren hvis vi ønsker det.» Elev 6.

Funnene peker på at de fleste guttene føler på at det kan settes inn tiltak for å hjelpe dem med å gjøre situasjonen mer overkommelig, noe som samsvarer med kroppsøvlingslærernes fortellinger om egen tilnærming. Kroppsøvlingslærerne informerer om at slike tiltak er noe de innfører for elever som opplever garderoben som spesielt utfordrende.

«Visst på en måte det er elever du ser har problemer med garderobesituasjonen, så er på en måte den første tilretteleggingen at de kan få gå før i garderoben for eksempel. Sånn at de får gjort ferdig dusjsituasjonen før de andre kommer. Hvis det er mer omfattende så har vi også muligheten til å gi de en egen garderobe.» Lærer 1.

I Opplæringsloven §1-3 (1998) står det: «Opplæringen skal tilpasses evnene og forutsetningene til den enkelte eleven». Sett opp mot garderobesituasjonen vil tilpassede egne rutiner for elever som har vanskeligheter med å være i felles garderobe være tiltak kroppsøvlingslærere kan innføre for å dempe kroppspress i kroppsøvlingsstimene (Sand, 2019,

s. 188). At guttene opplever at garderobesituasjonen kan tilpasses etter deres behov tolker jeg kan være en viktig faktor til at de føler seg godt ivaretatt i garderoben. Dette virker å ha en positiv effekt på guttenes tanker om garderobesituasjonen og kroppsøvningsfaget generelt. Dette tyder videre på at kroppsøvningslærerne fremstår som tydelige omsorgsfulle voksne, hvor de sammen med elevene legger til rette for et trygt læringsmiljø i garderoben og kroppsøvningsfaget. Dette er i tråd med hvordan LK20 ønsker å fremme et inkluderende læringsmiljø (Kunnskapsdepartementet, 2017). Samtidig legger mange av målene i læreplanen for kroppsøving (KRO05-01) vekt på betydningen av samspill, samarbeid og læringsfellesskapet som sentrale verdier i faget (Utdanningsdirektoratet, 2020). Ifølge Moen et al. (2018, s. 77) blir også garderoben sett på som en unik læringsarena i kroppsøvningsfaget. Jeg ser for meg at elever som har spesifikke tilpasninger garderoben vil kunne ha mindre nytte av dette. Likevel oppfattes de tilpasningene kroppsøvningslærerne gjør for de mest usikre guttene i garderoben å ha positiv effekt, da de virker å kunne bidra til å øke deltakelsen og læringen i læringsfellesskapet i den fysiske undervisningen, som igjen vil kunne redusere opplevelsen av kroppslig fokus og kroppspress i kroppsøvningsundervisningen (Andrews og Johansen, 2005, s. 312; Sand, 2019, s. 188).

4.3 Læring om kroppspress og kroppsbilde i kroppsøvningsfaget

Dette delkapittelet vil presentere og drøfte resultater opp mot forskningsspørsmål 3:

Hvilken tilnærming har kroppsøvningslærerne knyttet til læring om kroppspress og kroppsbilde i kroppsøvningsfaget, og hva erfarer guttene å sitte igjen med?

I intervjuene ble informantene spurt om hvordan de opplever læring om kroppspress og kroppsbilde i kroppsøvningsfaget. Kroppsøvningslærerne ble spurt om hvordan de underviser om dette temaet. Guttene ble spurt om hva de selv opplever å lære knyttet til kroppspress og kroppsbilde i kroppsøvningsfaget. I analysearbeidet ble det utpekt to underkategorier til dette temaet. Disse er *Læring om kroppspress og kroppsbilde i kroppsøvningsundervisningen (4.3.1)*, og *Læring om kroppspress og kroppsbilde i garderoben (4.3.2)*. Dette delkapittelet vil derfor presentere og drøfte resultater av disse underkategoriene opp mot masterstudiens teoretiske rammeverk og tidligere forskning på området for å dekke temaet.

4.3.1 Læring om kroppspress og kroppsilde i kroppsøvningsundervisningen

Kroppsøvningslærerne ble spurt om hva de lærer elevene om kroppspress og kroppsilde i kroppsøvningsundervisningen. Her kommer det frem at de har litt ulike tilnærminger. Lærer 1 og 3 forteller at denne læringen er mest implementert i aktivitetene, men at de bruker spesielt den første tiden med kroppsøvningsklassene til å snakke om at det ikke er noen fasitsvar på hvordan man skal se ut, og at alle har ulike kroppslike utgangspunkt.

«Og det å prøve, snakke og vise at vi er forskjellige og det vil vi alltid være. Noen er høye, og noen er lave. Prøve å snakke litt om det at det ikke er noe rett svar da. (...) Sånn litt i starten snakket vi litt teoretisk, men nå tenker jeg at det går litt av seg selv inn i aktiviteter.» Lærer 3.

Selv om Lærer 1 og 3 forteller å legge vekt på tematikken rundt kroppspress og kroppsilde i kroppsøvningsfaget forteller guttene som har disse lærerne at dette er noe de lærer lite om i kroppsøvningsfaget.

«Nei vi lærer ikke om kroppspress, det gjør vi ikke. Men i kroppsøving så gjør vi bare ting, springer eller gjør styrke, utholdenhet, fotball, diverse ballspill, også noen ganger leker, det er jo det vi gjør.» Elev 7.

Å øke bevisstheten knyttet til kropp hos elevene er ifølge Teigen et al. (2022, s. 164) en utfordring man som lærer må møte, knyttet til undervisning om kropp. Slik jeg tolker sitatet til Lærer 3 vektlegger hun en bevisstgjøring om at det er naturlig at alle har sine kropper som er forskjellige fra hverandre, der det ikke er noe fasitsvar på hva som er rett knyttet til kroppslike utseende og form. Dette tolker jeg å samsvare med hva Teigen et al. (2022, s. 164) forteller er ønskelig. Dette kan videre knyttes opp mot læreplanmålet i kroppsøving (KRO05-01): «reflektere over hvordan ulike fremstillinger av kropp i media og samfunnet påvirker bevegelsesaktivitet, kroppsidentitet og selvilde» (Utdanningsdirektoratet, 2020, s. 8). Lærer 3 viser her tegn til å legge til rette for samtaler og refleksjoner av kropp, som videre kan bli inkludert inn i elevenes bevegelsesaktiviteter i kroppsøvningsfaget. Denne tilnærmingen tolkes også å kunne vise tegn til at det kan skapes felles holdninger knyttet til kroppslike fokus innad i kroppsøvningsklassene. Ifølge Sand (2019, s. 188) er dette et tiltak som vil kunne være med på å dempe kroppspress i kroppsøvingstimene. Samtidig viser det seg i guttenes fortellinger at dette er noe de opplever at det er lite snakk om. Dette tolker jeg kan ha sammenheng med at

Lærer 1 og 3 forteller at dette er læring som for det meste skjer gjennom aktivitetene. Lærer 1 legger blant annet vekt på at dette er læring hun legger til rette for i samarbeidsaktiviteter. Ifølge læreplanen i kroppsøving (KRO05-01) er et av kjerneelementene *Deltakelse og samspill i bevegelsesaktiviteter*. Her står det blant annet at samarbeid og medvirkning er viktig for å fremme læring hos seg selv og andre, som innebærer å anerkjenne ulikheter og inkludere alle uavhengig av forutsetninger (Utdanningsdirektoratet, 2020, s. 2). Slik jeg tolker Lærer 1 er dette noe hun legger vekt på og praktiserer. Guttene forteller også å ta del i slike aktiviteter. Det kan derfor virke som om dette er læring som skjer så naturlig og implisitt at guttene selv ikke oppfatter at de tar del i den.

Lærer 2 forteller å ha en annen tilnærming, der han forteller at kroppspress og kroppsbilde er noe han prater om og påpeker lite ovenfor elevene sine i egen kroppsøvingsundervisning. Han erfarer at han er usikker på hvilken effekt det vil ha på elevenes kroppslige fokus av å prate om tematikken. At Lærer 2 forteller at han har lite fokus på kroppspress og kroppsbilde i egen undervisning virker også være elevene hans sitt inntrykk. Elev 4, 5 og 6 svarer alle «nei» på spørsmålet om de har lært noe om kroppspress eller kroppsbilde i kroppsøvingsfaget.

«Jeg påpeker det lite ... og sånt sett kan det få en effekt eller betydning begge veier, at det blir en rosa elefant som ingen tør å sprekke eller påpeke. Mens på den andre siden ved å aldri nevne det, så kan det være at det blir oppfattet som om det ikke har betydning.» Lærer 2.

Ifølge Sand (2019, s. 176) er det viktig at lærere er klar over at kroppspress som fenomen er til stede blant elevene i skolen, der det er viktig å jobbe med forebyggende tiltak. Slik jeg tolker Lærer 2 er han klar over at det er til stede, men det virker å vises en usikkerhet knyttet til hvilke tiltak som bør innføres for å dempe kroppspresset, som fører til en mer passiv holdning til tematikken. Det vises derfor tegn til at denne tilnærmingen kan unngå å øke elevenes kroppslige bevissthet, som ifølge Teigen et al. (2022, s. 164) kan føre til at unge går inn i autopilotmodus knyttet til lite kritisk tenkning av påvirkning på eget kroppsbilde. Ifølge forskning av Kerner et al. (2022) viser det seg at å gjennomføre undervisningsopplegg med vekt på læring om eget kroppsbilde i kroppsøvingsfaget som oftest vil være positivt for elevenes eget kroppsbilde. Det virker derfor å bli tydelig at effektene av å prate eller å gjennomføre undervisningsopplegg i kroppsøvingstimen med fokus på kroppsbilde og

kroppspress, istedenfor å unngå det, vil kunne legge til rette for økt bevissthet og økt positivitet i guttenes syn på eget kroppsbilde og kroppslige holdninger.

Kroppsøvlingslærerne ble også spurt om hvilket utgangspunkt de har til sin kroppslige tilnærming i egen kroppsøvlingsundervisning. Selv om de forteller å ha litt ulik tilnærming til kroppspress og kroppsbilde, viser svarene deres å samles om et utgangspunkt der de vektlegger at alle har ulike kroppslige forutsetninger, der man blir målt etter eget utgangspunkt. De forteller i denne sammenheng at de ønsker å legge til rette for mestring i motsetning til prestasjoner i faget.

«Mitt utgangspunkt er å fortelle at vi tar utgangspunkt i alle sine forutsetninger der de er. (...) Og jeg håper og tror at de opplever at jeg er ikke så resultatorientert, men heller mestrings eller deltakelsesorientert. At jeg synes det er kjekkere når alle er med, enn at noen få får skinne.» Lærer 2.

Denne tilnærmingen virker også å smitte over på guttene, der de fleste forteller at kroppsøvlingslærerne tar utgangspunkt i innsats etter elevenes utgangspunkt, i motsetning til fysiske ferdigheter og kroppslig utseende.

«De legger ikke vekt på det fysiske eller kroppen til folk. De legger mer vekt på innsatsen som folk viser, og ikke ferdighetene de har. (...) Det synes jeg er veldig greit.» Elev 5

Å ta utgangspunkt i hver enkelt elev sine forutsetninger er noe kjerneelementene *Bevegelse og kroppslig læring* og *Deltakelse og samspill i bevegelsesaktiviteter* i læreplanen for kroppsøving (KRO05-01) forteller at faget skal legge til rette for (Utdanningsdirektoratet, 2020, s. 2). Slik jeg tolker kroppsøvlingslærernes fortellinger, er dette noe de virker å legge vekt på og er innforståtte med i egen undervisning. En kroppsøvlingsundervisning som tar utgangspunkt i at elevene skal få utforske og lære ut fra egne forutsetninger tolker jeg kan ses i sammenheng med et læringsmiljø som tar utgangspunkt i elevenes individuelle mestring. Tidligere har Tvedt og Bru (2019, s. 54) vektlagt at mestringsorientert elever er mer opptatt av å forstå, utvikle og utforske egen kompetanse utfra egne forutsetninger. Å være mestringsorientert som elev vil også kunne dempe frykt for resultater eller eget selvverd i form av å ikke lykkes på første forsøk, som igjen kan dempe opplevd stress (Tvedt og Bru,

2019, s. 54). Sett i lys av Sand (2019, s. 188) vil et læringsmiljø med felles holdninger til kroppslig fokus kunne dempe kroppslig stress og kroppspress. At kroppsøvlingslærerne legger til rette for mestring med vekt på egne kroppslige forutsetninger, mestring og innsats hos elevene, virker derfor å kunne være en faktor til å kunne dempe kroppslige sammenligninger, kroppslig stress og fokus på prestasjoner, noe som også virker å smitte over på guttene.

Noe som skiller seg fra Lærer 1 og 2, er at Lærer 3 forteller at hun skal gjennomføre et undervisningsopplegg knyttet til kroppspress i media og kroppsøvlingsfaget på et senere tidspunkt.

«Også har vi ikke hatt noe spesielt, men vi skal ha nå faktisk i de neste ukene der de snakker om kroppspress i media og generelt i gymmen og sånt.» Lærer 3.

Å innføre slike undervisningsopplegg viser forskningen til Kerner et al. (2022, s. 942) at ofte kan bidra til å øke elevenes positivitet knyttet til eget kroppsbilde. Et slikt opplegg viser også å kunne inkludere læreplanmålene i kroppsøving (KRO05-01) som blant annet legger vekt på å «reflektere over ulike fremstillinger av kropp i media og samfunn», samt digitale ferdigheter der elevene skal «bruke digitale ressurser bevisst og kritisk for å utvikle en trygg identitet, kroppsbevissthet og positivt selvbilde» (Utdanningsdirektoratet, 2020, s. 4). Slike tiltak som fokuserer på elevens kroppsbilde og strenge idealer kan føre til bevisstgjøring av elevenes selvbilde og sosiale sammenligninger, noe som her virker å skal forekomme (Grogan, 2010, s. 763; Sand, 2019, s. 183). Å ha gjennomført intervjuene med Lærer 3, og Elev 7, 8 og 9 på et senere tidspunkt ville derfor ha kunnet påvirket hvilke resultater jeg hadde fått knyttet til denne tematikken.

4.3.2 Læring om kroppspress og kroppsbilde i garderoben

Informantene ble også spurt om det forekommer læring om kroppspress knyttet til garderobesituasjonen i kroppsøvlingsfaget. På dette spørsmålet svarer de fleste guttene «nei», ved unntak av Elev 2, 3 og 9 som erfarer at det har vært pratet om noen få ganger.

«Nei vi har ikke ... hvert fall ikke i kroppsøvlingsfaget.» Elev 6.

«Ja vi har jo hatt de samtale med guttene i klassen der vi snakker om hvordan vi vil ha det i garderoben.» Elev 2.

Lærer 2 og 3 forteller at de prater med elevene om garderoben i starten av 8.trinn når de er nye på ungdomsskolen. Det at guttene jeg har intervjuet er elever på 9.trinn og 10.trinn kan ha påvirket funnene i form av at dette kan være noe de kan ha pratet mer om på et tidligere tidspunkt. Det kan derfor tolkes at dette er noe de ikke lenger har så ferskt i minne. Det kan derfor hende at et utvalg av informanter på 8.trinn kunne ha belyst hva som blir pratet om i større grad. Av kroppsøvlingslærerne er det kun Lærer 1 som forteller at hun eksplisitt knytter læring om kropp opp mot garderobesituasjonen.

«Ja, kanskje mest i forhold til trygghet og klassemiljø sant. De jobber jo mye med klassemiljø, og da snakker vi ofte om det med kommentarer på kropp for eksempel.»

Lærer 1.

Ifølge Moen et al. (2018, s. 77) er det ønskelig at læring i garderoben skal skje implisitt og naturlig for å skape et trygt miljø for alle elever, helst ved at læreren er til stede eller i nærheten. Dette tolker jeg samsvarer med Lærer 1 sin tilnærming der hun forteller å være i nærheten av garderoben, samtidig som hun prater med elevene om hva som kan gjøres for å skape et tryggere garderobemiljø. Her trekker hun blant annet frem hva hvordan kroppslige kommentarer kan påvirke trygghet og miljø ovenfor elevene. Som tidligere nevnt, vektlegger Sand (2019, s. 188) at slike tiltak der man skaper felles holdninger knyttet til kroppslig fokus og negative kroppslige kommentarer vil kunne være med på å dempe kroppspresset i kroppsøvlingsfaget. Dette virker i Lærer 1 sin tilnærming også å vektlegges opp mot garderoben, som tolkes å kan bidra til et dempet kroppspresst blant guttene i situasjonen. Videre kan dette knyttes opp mot hvordan læreplanen i kroppsøving (KRO05-01) ønsker å fremme læring knyttet til refleksjon av ulike fremstillinger av kropp, og hvordan dette kan påvirke egen kroppsidentitet og selvbilde (Utdanningsdirektoratet, 2020, s. 8). På denne måten viser også Lærer 1 sine fortellinger tegn til at hun kan implementere mål fra læreplanen inn i guttenes garderobesituasjon. Dette tolker jeg også kan knyttes til Lærer 3 sin tilnærming til hvordan hun prater om kropp i kroppsøvlingsundervisningen med elevene, der elevene kan bli mer bevisste på hvordan de kan forholde seg til hverandres ulike kropp, også i garderoben.

Forbi erfaringene til Elev 2, 3 og 9 virker læring knyttet til garderoben likevel å være noe guttene opplever i liten grad. Ifølge Moen et al. (2018, s. 77) vil fravær av læring knyttet til

hvordan man skal oppføre seg i garderoben kunne ha negativ effekt på elevens trygghet og miljø i situasjonen. Det vil også kunne ha en negativ effekt i form av at det ikke gjøres tiltak for å dempe kroppspress (2019, s. 188). Dette er noe som unge forteller kan være en avgjørende faktor for at garderoben er et ubehagelig sted å være, som også mine funn viser indikasjoner på (Bjørnebekk, 2015, s. 28). At flere av guttene i mitt utvalg opplever lite læring knyttet til garderobesituasjonen samsvarer med kartleggingen til Moen et al. (2018, s. 77). Denne kartleggingen ønsker derfor øke bevisstheten knyttet til å bruke garderoben som læringsarena, noe som også mine funn indikerer at det kan være behov for.

5. Oppsummerende konklusjon

Denne masterstudien har undersøkt ungdomsskolegutter og kroppsøvingslæreres opplevelser av kroppspress i guttegarderoben gjennom problemstillingen: *Hvordan opplever og erfarer ungdomsskolegutter og deres kroppsøvingslærere kroppspress i guttegarderoben i kroppsøvingsfaget?* Problemstillingen har blitt belyst og konkretisert gjennom tre underordnede forskningsspørsmål. Det første forskningsspørsmålet har tatt til sikte på å belyse hvordan gutter og deres kroppsøvingslærere opplever kroppspresset blant guttene i ungdomsskolen. Det andre forskningsspørsmålet har satt fokus på hvordan kroppsøvingslærerne følger opp guttene i garderoben. Det siste rettet seg mot kroppsøvingslærernes tilnærming til læring om kroppspress og kroppsbygge i kroppsøvingsundervisningen, som også har belyst hva guttene selv erfarer å lære om dette i faget.

Et hovedfunn i denne masterstudien er at det er store variasjoner i hvordan gutter opplever kroppspress i garderoben. Enkelte gutter opplever kroppspress i stor grad, mens hos andre er kroppspresset fraværende. Dette er også erfaringene kroppsøvingslærerne gjør seg. Resultatene viser at å oppleve kroppspress er en betydelig faktor som påvirker flere gutter i garderobesituasjonen. Det opplevde kroppspresset knyttes til at guttene eksponerer kroppene sine i større grad i garderoben enn i andre situasjoner. Dette fører til at flere opplever et økt fokus på kropp og utseende, og dette kan føre til negative følelser, sammenligning med andre og en opplevelse av utilstrekkelighet.

Mine resultater viser at spesielt dusjen i garderoben er en arena som bidrar til økt kroppslig usikkerhet og kroppspress. De fleste guttene i mitt utvalg forteller selv at de dusjer, men det er tydelig gjennom både kroppsøvingslærernes og guttenes erfaringer at dette er noe mange gutter unngår. Å eksponere kroppen uten klær foran andre er noe som for flere av guttene oppleves unaturlig og som bidrar til å skape en følelse av ubehag i dusjrommet. Spesielt blir dette ubehaget forsterket når mobiltelefoner er til stede, der det er en utbredt frykt for at det skal bli tatt bilder eller videoer. Dette skjer samtidig som guttene er i en periode med rask kroppslig utvikling, som fører til at de opplevde forskjellene mellom egen og andres kropp kan være store. Spesielt viser det seg at gutter som oppleves å være sent utviklet kan oppleve større kroppspress og være mindre fornøyd med egen kropp i garderoben. Opplevd

kroppspress kan derfor være en avgjørende faktor til om gutter ønsker å dusje eller ikke i kroppsøvfingsfaget.

Videre viser mine resultater at miljøet i innad i guttegarderobene har mye å si for hvor utbredt kroppspresset er i situasjonen. Garderobemiljøer med lite kroppslig fokus og kroppslige sammenligninger legger til rette for økt trivsel, trygghet, mestring og samhold. På den andre siden viser det seg at garderobemiljøer der det er utbredte sammenligningskulturer og tydelige sosiale hierarkier, kan føre til et mer utbredt kroppspress i situasjonen. Mine resultater viser at dette oppleves å forekomme i form av objektive kroppslige kommentarer og atferd som «flexing» guttene imellom. Å etterstrebe utbredte ønskede kroppslige idealer blir møtt med ros og positivitet, som er med på å forsterke kroppslig sammenligning. Spesielt er det et stort fokus mellom guttene knyttet til muskulær størrelse og utseende, som øker med alderen på ungdomstrinnet. Guttene som oppleves å ta del i denne type prat og atferd i garderoben erfares å ha et mer positivt bilde av egen kropp, og et mer avslappet forhold til kroppspress, som virker å øke trivsel og trygghet i situasjonen. Samtidig viser det seg at det oppleves at flere gutter har vanskeligheter med å få innpass i denne type prat og atferd fordi de «kommer kroppslig til kort», som er med på å forårsake økt kroppslig usikkerhet, kroppsmisnøye og redusert sosial deltakelse i garderoben.

Mine resultater viser at kroppsøvlingslæreren spiller en viktig rolle i å håndtere og forebygge kroppspress blant guttene i form av tiltak og tilstedeværelse, spesielt rundt garderobesituasjonen. De er bevisste på at kroppspresset er til stede blant guttene i situasjonen, men tilnærmingene varierer. Et fellestrekk er at de legger vekt på å vise sin tilstedeværelse og innføre tiltak ovenfor guttene i garderoben, som er viktig for å skape et trygt miljø og dempe kroppslig usikkerhet. Det er derfor overraskende at de fleste guttene selv erfarer at kroppsøvlingslærernes tilstedeværelse er fraværende i garderoben. Likevel føler de seg godt ivaretatt i form av at de lett kan ta kontakt, bli hørt og tilrettelagt for i situasjonen. Dette viser til å kunne øke deltakelsen i faget, samtidig som kroppslig fokus og press dempes hos de som er mest utsatt.

Avslutningsvis viser mine resultater at kroppsøvlingslærerne også spiller en viktig rolle i form av øke elevenes kroppslige bevissthet og felles holdninger gjennom læring i faget.

Kroppsøvlingslærerne forteller å ha ulike tilnærminger. Enkelte forteller at de prater med elevene om at det ikke finnes noen fasitsvar på hvordan man skal se ut og at alle har ulike

kroppslige utgangspunkt. En fellesnevner er at denne type læring hovedsakelig forekommer i aktivitetene, der det blir lagt opp til at elevene skal kunne anerkjenne hverandres ulikheter og utgangspunkt der mestring blir vektlagt. Kun en av lærerne forteller å knytte denne læringen opp mot garderobesituasjonen. Guttene forteller på sin side at de opplever lite læring om kroppspress og kroppsbilde, spesielt knyttet til garderoben. De forteller samtidig å ta del i læringsaktivitetene kroppsøvlingslærerne legger opp til, hvor de er bevisst på at de blir målt etter personlig mestring og innsats. Det kan derfor være at denne type læring skjer så implisitt og naturlig i undervisningen at guttene selv ikke oppfatter å ta del i den.

Denne masterstudien viser at kroppspress som fenomen er til stede hos flere gutter i garderoben i kroppsøvlingsfaget. Kroppsøvlingslærere spiller en viktig rolle i å kunne dempe kroppspresset blant guttene i garderoben. Kroppsøvlingslærerne bør legge opp til refleksjon, samtale, aktiviteter og tiltak som legger til rette for økt kritisk tenkning om samfunnets kroppslige idealer i media og i bevegelsesaktiviteter, økt fokus på individuell mestring og mindre sammenligning, og verdsettelse av ulike fremstillinger av kropp. Å vektlegge disse aspektene vil kunne føre til redusert kroppspress i form av å redusere kroppslig sammenligning og øke graden av felles positive holdninger til kropp mellom guttene både i gymsalen og i garderoben.

5.1 Begrensninger og videre forskning

Denne masterstudien er heller ikke uten begrensninger. Masterstudien har hatt en kvalitativ tilnærming der det er viktig å erkjenne at resultatene er basert på et bestemt utvalg av kroppsøvlingslærere og ungdomsskolegutter. Videre generalisering av funnene til andre populasjoner bør derfor gjøres med forsiktighet, ettersom hovedfokuset i denne masterstudien har vært på å utvikle dybdekunnskap som har rettet seg mot å forstå informantenes erfaringer. Det kan også være verdt å merke seg at masterstudien er basert på selvrapporterte data der det kan være en risiko for selrapporтерingsfeil og subjektivitet. Jeg vil også legge vekt på at det er andre faktorer som kan være med på å påvirke gutters opplevelse av kroppspress som ikke har blitt utforsket i denne masterstudien, som for eksempel kulturelle forskjeller.

Når det kommer til videre forskning er det flere interessante områder som kan utforskes. Det kan for eksempel være verdifullt å undersøke hvordan kroppsøvlingslærere kan implementere effektive pedagogiske tilnærminger som fremmer et positivt kroppsbilde og håndtering av

kroppspress blant gutter i garderobesituasjonen. Slike undersøkelser kan inneholde utvikling og evaluering av undervisningsprogrammer eller intervensjoner rettet mot å styrke guttenes selvbilde og trivsel i situasjonen. Det kan også være interessant å videre utforske sammenhengen mellom kroppspress i garderobesituasjonen og andre områder av unge gutters liv, for eksempel knyttet opp til skoleprestasjoner eller sosiale relasjoner. Her kan det være interessant å undersøke om det er noen langsiktige konsekvenser av opplevd kroppspress i garderobesituasjonen blant gutter, og hvordan disse kan påvirke guttenes generelle utvikling og trivsel. En annen vei for videre forskning kan være å inkludere guttenes egne perspektiver i utformingen av tiltak og tilnærminger. Dette vil føre til at tiltak og strategier som blir utviklet vil kunne være relevante og tar hensyn til guttenes unike behov og erfaringer knyttet til kroppspress. Samlet sett kan videre forskning bidra til å utvikle og utvide kunnskap om kroppspress blant gutter i garderobesituasjonen i kroppsøvfaget, som igjen kan bidra til å utvikle tiltak som fremmer et positivt og støttende læringsmiljø.

Litteraturliste

- Alonso, D. A., León-Del-Barco, B., Mendo-Lázaro, S. og Gallego, D. I. (2020). Examining Body Satisfaction and Emotional-Social Intelligence among School Children: Educational Implications. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(6), 2120. <https://doi.org/10.3390/ijerph17062120>
- Andrews, T. og Johansen, V. (2005). Gym er det faget jeg hater mest. *Norsk pedagogisk tidsskrift*, 89(4), 302-314. <https://doi.org/10.18261/ISSN1504-2987-2005-04-06>
- Anker, T. (2020). *Analyse i praksis: en håndbok for masterstudenter*. Cappelen Damm akademisk.
- Archibald, A. B., Graber, J. A. og Brooks-Gunn, J. (2003). Pubertal Processes and Physiological Growth in Adolescence. I G. R. Adams og M. D. Berzonsky (Red.), *Blackwell handbook of adolescence* (s. 24-47). Blackwell Publishing. <https://doi.org/10.1002/9780470756607.ch2>
- Augestad, P. (2003). *Skolering av kroppen: Om kunnskap og makt i kroppsøvningsfaget*. [Doktorgradsavhandling, Høgskolen i Telemark]. Institutt for friluftsliv, idrett og kroppsøving. <https://openarchive.usn.no/usn-xmlui/handle/11250/2590013>
- Bakken, A. (2018). *Ungdata 2018. Nasjonale resultater* (0808-5013). NOVA/OsloMet. <https://oda.oslomet.no/oda-xmlui/handle/20.500.12199/5128>
- Bakken, A. (2022). *Ungdata 2022. Nasjonale resultater* (978-82-7894-808-8). NOVA/OsloMet. <https://oda.oslomet.no/oda-xmlui/handle/11250/3011548>
- Barneombudet. (2023). *Skole*. Barneombudet. Hentet 26.04 fra <https://www.barneombudet.no/for-barn-og-unge/dine-rettigheter/skole>
- Baudrillard, J. (1998). *The consumer society: myths and structures*. SAGE.
- Bessenoff, G. R. og Snow, D. (2006). Absorbing society's influence: Body image self-discrepancy and internalized shame. *Sex roles*, 54(9-10), 727-731. <https://doi.org/10.1007/s11199-006-9038-7>

- Beyens, I., Pouwels, J. L., van el, I. I., Keijsers, L. og Valkenburg, P. M. (2020). The effect of social media on well-being differs from adolescent to adolescent. *Scientific Reports*, 10(1), 10763-10763. <https://doi.org/10.1038/s41598-020-67727-7>
- Bjørnebekk, W. (2015). *Påkledd i dusje: om ungdom og kroppspress*. Spartacus.
- Braun, V. og Clarke, V. (2022). *Thematic analysis: a practical guide*. SAGE.
- Bronfenbrenner, U. (1977). Toward an experimental ecology of human development. *The American psychologist*, 32(7), 513-531. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.32.7.513>
- Brooks-Gunn, J. og Reiter, E. O. (1990). The role of pubertal processes. I S. S. Feldman og G. R. Elliot (Red.), *At the threshold: The developing adolescent* (s. 16-53). Harvard University Press.
- Dahlum, S. (2021, 09.03). *Validitet*. Store norske leksikon. Hentet 29.04.2023 fra <https://snl.no/validitet>
- Dalen, M. (2011). *Intervju som forskningsmetode* (2. utg.). Universitetsforlaget.
- Dalland, O. (2020). *Metode og oppgaveskriving* (7. utg.). Gyldendal.
- Descartes, R. (1992). *Meditasjoner over filosofiens grunnlag og andre tekster*. Aschehoug.
- Elvebakk, L., Engebretsen, B. og Walseth, K. (2018). Kroppen på Instagram. I M. Øksnes, E. Sundsdal og C. R. Haugen (Red.), *Ungdom, danning og fellesskap: Samfunns- og kulturpedagogiske perspektiv* (s. 81-106). Cappelen Damm Akademisk.
- Engelsrud, G. (2006). *Hva er kropp*. Universitetsforlaget.
- Erling, A. (2001). Identitet, kropp och sexualitet. I A. Erling og P. Hwang (Red.), *Ungdomspsykologi: Utveckling och livsvillkor* (s. 89-106). Natur och kultur.
- Ertesvåg, S. K. (2022, 2.9). *Digital mobbing*. Store norske leksikon. Hentet 20.05 fra https://snl.no/digital_mobbing
- Fallmyr, S. S. og Danielsen, D. J. (2022, 05.09). *Ingen i klassen dusjer etter gymtimen: - Vi vil ha egne båser*. NRK. Hentet 01.05 fra <https://www.nrk.no/nordland/ingen-i-klassen-dusjer-etter-gymtimen--vil-ha-egne-baser-1.16080440>

- Field, A. E., Camargo Jr, C. A., Taylor, C. B., Berkey, C. S., Roberts, S. B. og Colditz, G. A. (2001). Peer, Parent, and Media Influences on the Development of Weight Concerns and Frequent Dieting Among Preadolescent and Adolescent Girls and Boys. *Pediatrics*, 107(1), 54-60. <https://doi.org/10.1542/peds.107.1.54>
- Frisen, A. og Holmqvist, K. (2010). What characterizes early adolescents with a positive body image? A qualitative investigation of Swedish girls and boys. *Body Image*, 7(3), 205-212. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2010.04.001>
- Frydendal, S. og Thing, L. F. (2020). A shameful affair? A figurational study of the change room and showering culture connected to physical education in Danish upper secondary schools. *Sport, education and society*, 25(2), 161-172. <https://doi.org/10.1080/13573322.2018.1564654>
- Gattario, K. H. (2013). *Body Image in Adolescence: Through the Lenses of Culture, Gender, and Positive Psychology* [Doktorgradsavhandling, Göteborgs universitet]. Department of Psychology ; Psykologiska institutionen. <https://gupea.ub.gu.se/handle/2077/34266>
- Gilje, N. og Grimen, H. (1993). *Samfunnsvitenskapenes forutsetninger: innføring i samfunnsvitenskapenes vitenskapsfilosofi* (3. utg.). Universitetsforlaget.
- Grogan, S. (2010). Promoting Positive Body Image in Males and Females: Contemporary Issues and Future Directions. *Sex roles*, 63(9-10), 757-765. <https://doi.org/10.1007/s11199-010-9894-z>
- Grogan, S. (2022). *Body image: understanding body dissatisfaction in men, women and children* (4. utg.). Routledge.
- Grogan, S. og Richards, H. (2002). Body Image: Focus Groups with Boys and Men. *Men and masculinities*, 4(3), 219-232. <https://doi.org/10.1177/1097184X02004003001>
- Harter, S. (1990). Self and identity development. I S. S. Feldman og G. R. Elliot (Red.), *At the threshold: The developing adolescent* (s. 352-387). Harvard University Press.
- Holden, B. (2010). Motivasjon. I S. Eikseth og F. Svartdal (Red.), *Anvendt atferdsanalyse: Teori og praksis* (2. utg., s. 60-79). Gyldendal akademisk.
- Hosseini, S. A. og Padhy, R. K. (2019). *Body image distortion*. StatPearl.

- Hulme, N., Hirsch, C. og Stopa, L. (2012). Images of the Self and Self-Esteem: Do Positive Self-Images Improve Self-Esteem in Social Anxiety? *Cognitive Behaviour Therapy*, 41(2), 163-173. <https://doi.org/10.1080/16506073.2012.664557>
- Johansen, B. T. og Haugen, T. (2017). "Being together in the locker room is great, but showering together - just forget it!" The Janus Face of the Wardrobe Practice in Physical Education. *International Journal of Learning, Teaching and Educational Research*, 16(10), 41-57. <https://doi.org/10.26803/ijlter.16.10.4>
- Jones, D. C. og Crawford, J. K. (2005). Adolescent boys and body image: Weight and muscularity concerns as dual pathways to body dissatisfaction. *Journal of youth and adolescence*, 34(6), 629-636. <https://doi.org/10.1007/s10964-005-8951-3>
- Jones, D. C. og Crawford, J. K. (2006). The peer appearance culture during adolescence : Gender and body mass variations: Social and cultural influences on adolescents' body image. *Journal of youth and adolescence*, 35(2), 257-269. <https://doi.org/10.1007/s10964-005-9006-5>
- Jones, D. C., Vigfusdottir, T. H. og Lee, Y. (2004). Body Image and the Appearance Culture Among Adolescent Girls and Boys: An Examination of Friend Conversations, Peer Criticism, Appearance Magazines, and the Internalization of Appearance Ideals. *Journal of adolescent research*, 19(3), 323-339. <https://doi.org/10.1177/0743558403258847>
- Keizer, R., Helmerhorst, K. O. W. og van Rijn-van Gelderen, L. (2019). Perceived Quality of the Mother–Adolescent and Father–Adolescent Attachment Relationship and Adolescents’ Self-Esteem. *Journal of Youth and Adolescence*, 48(6), 1203-1217. <https://doi.org/10.1007/s10964-019-01007-0>
- Kerner, C., Prescott, A., Smith, R. og Owen, M. (2022). A systematic review exploring body image programmes and interventions in physical education. *European Physical Education Review*, 28(4), 942-967. <https://doi.org/10.1177/1356336X221097318>

- Krayer, A., Ingledew, D. K. og Iphofen, R. (2008). Social comparison and body image in adolescence: a grounded theory approach. *Health Education Research*, 23(5), 892-903. <https://doi.org/10.1093/her/cym076>
- Kunnskapsdepartementet. (2017). *Overordnet del - verdier og prinsipper for grunnopplæringen*. Fastsatt som forskrift ved kongelig resolusjon. Læreplanverket for kunnskapsløftet 2020. <https://www.udir.no/lk20/overordnet-del/?lang=nob>
- Kvale, S. og Brinkmann, S. (2015). *Det kvalitative forskningsintervju* (3. utg.). Gyldendal akademisk.
- Kvalem, I. L. og Wichstrøm, L. (2007). Utvikling i tenårene: pubertet, kognisjon, seksualitet, selvbilde og sosiale relasjoner. I I. L. Kvalem og L. Wichstrøm (Red.), *Ung i Norge: Psykososiale utfordringer* (s. 17-32). Cappelen akademisk forlag.
- Lawler, M. og Nixon, E. (2011). Body Dissatisfaction Among Adolescent Boys and Girls: The Effects of Body Mass, Peer Appearance Culture and Internalization of Appearance Ideals. *Journal of Youth and Adolescence*, 40(1), 59-71. <https://doi.org/10.1007/s10964-009-9500-2>
- Loland, S. (2000). Kroppsyn, idrett og mosjon. *Tidsskrift for Den norske lægeforening*, 120(24), 2919-2921.
- McCreary, D. R. og 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. <https://doi.org/10.1080/07448480009596271>
- Mendelson, B. K., Mendelson, M. J. og White, D. R. (2001). Body-Esteem Scale for Adolescents and Adults. *Journal of Personality Assessment*, 76(1), 90-106. https://doi.org/10.1207/S15327752JPA7601_6
- Moen, K. M. og Rugseth, G. (2018). Perspektiver på kropp i kroppsøvfaget i skolen og i faglærerutdanningen i kroppsøving. *Journal for Research in Arts and Sports Education*, 2(1), 1-15. <https://doi.org/10.23865/jased.v2.1052>
- Moen, K. M., Westlie, K., Bjørke, L. og Brattli, V. H. (2018). *Når ambisjon møter tradisjon: En nasjonal kartleggingsstudie av kroppsøvfaget i grunnskolen (5.–10. trinn)*

- (2535-4140). Høgskolen i Innlandet. <https://brage.inn.no/inn-xmloi/handle/11250/2482450>
- Moen, K. M., Westlie, K. og Skille, E. Å. (2017). Nakenhet som allmenndanning. *Norsk pedagogisk tidskrift*, 101(1), 5-18. <https://doi.org/10.18261/issn.1504-2987-2017-01-02>
- NESH. (2021). *Forskningsetiske retningslinjer for samfunnsvitenskap og humaniora*. De nasjonale forskningsetiske komiteene. Hentet 29.04.2023 fra <https://www.forskningsetikk.no/ressurser/publikasjoner/retningslinjer-nesh/>
- Neumark-Sztainer, D., Story, M., Falkner, N. H., Beuhring, T. og Resnick, M. D. (1999). Sociodemographic and Personal Characteristics of Adolescents Engaged in Weight Loss and Weight/Muscle Gain Behaviors: Who Is Doing What? *Preventive Medicine*, 28(1), 40-50. <https://doi.org/10.1006/pmed.1998.0373>
- NIF. (2023). *Hva, hvorfor og hvordan*. Norges idrettsforbund. Hentet 22.05 fra <https://www.idrettsforbundet.no/tema/ungdomsidrett/hva-hvorfor-og-hvordan/>
- Olstad, F. (2020). *Fra løkka til organisert idrett*. Universitetet i Oslo. Hentet 29.03 fra <https://www.norgeshistorie.no/oljealder-og-overflod/1956-fra-lokka-til-organisert-idrett.html>
- Opplæringslova. (1998). *Lov om grunnskolen og den videregående opplæringa (opplæringslova)* (LOV-1998-07-17-61). Lovdata. <https://lovdata.no/dokument/NL/lov/1998-07-17-61/%C2%A79#%C2%A79>
- O'Donovan, T., Sandford, R. og Kirk, D. (2015). Bourdieu in the Changing Room. I W. Smith og e. emerald (Red.), *Pierre Bourdieu and Physical Culture* (s. 71-78). Routledge.
- Postholm, M. B. og Jacobsen, D. I. (2018). *Forskningsmetode for masterstudenter i lærerutdanningen*. Cappelen Damm akademisk.
- Puhl, R. M. og Lessard, L. M. (2020). Weight Stigma in Youth: Prevalence, Consequences, and Considerations for Clinical Practice. *Current Obesity Reports*, 9(4), 402-411. <https://doi.org/10.1007/s13679-020-00408-8>

- Rand, C. S. W. og Wright, B. A. (2000). Continuity and change in the evaluation of ideal and acceptable body sizes across a wide age span. *International Journal of Eating Disorders*, 28(1), 90-100. [https://doi.org/10.1002/\(sici\)1098-108x\(200007\)28:1<90::aid-eat11>3.0.co;2-p](https://doi.org/10.1002/(sici)1098-108x(200007)28:1<90::aid-eat11>3.0.co;2-p).
- Ricciardelli, L. A. og McCabe, M. P. (2001). Self-esteem and negative affect as moderators of sociocultural influences on body dissatisfaction, strategies to decrease weight, and strategies to increase muscles among adolescent boys and girls. *Sex roles*, 44(3-4), 189-207. <https://doi.org/10.1023/A:1010955120359>
- Ricciardelli, L. A., McCabe, M. P. og Banfield, S. (2000). Body image and body change methods in adolescent boys: Role of parents, friends and the media. *Journal of Psychosomatic Research*, 49(3), 189-197. [https://doi.org/10.1016/S0022-3999\(00\)00159-8](https://doi.org/10.1016/S0022-3999(00)00159-8)
- Sand, L. (2019). Kroppspress som kilde til stress i skolen. I E. Bru og P. Roland (Red.), *Stress og mestring i skolen* (s. 169-196). Fagbokforlaget.
- Selwyn, N. og Aagaard, J. (2021). Banning mobile phones from classrooms—An opportunity to advance understandings of technology addiction, distraction and cyberbullying. *British journal of educational technology*, 52(1), 8-19. <https://doi.org/10.1111/bjet.12943>
- Silverman, D. (2014). *Interpreting qualitative data* (5. utg.). SAGE.
- Skaalvik, E. M. og Skaalvik, S. (2021). *Skolen som læringsarena: selvoppfatning, motivasjon, læring og livsmestring* (4. utg.). Universitetsforlaget.
- Sloan, A. og Bowe, B. (2014). Phenomenology and hermeneutic phenomenology: the philosophy, the methodologies, and using hermeneutic phenomenology to investigate lecturers' experiences of curriculum design. *Quality & quantity*, 48(3), 1291-1303. <https://doi.org/10.1007/s11135-013-9835-3>
- Svartdal, F. og Holth, P. (2010). Grunnleggende begreper: Operant betingning. S. Eikeseth og F. Svartdal (Red.), *Anvendt atferdsanalyse* (2. utg., s. 21-41). Gyldendal akademisk.

- Sæle, O. O. (2021). Kroppsøvingselevenenes møte med vår tids kroppspress - tre ulike kroppsyn. I H. E. Tjomsland, N. G. Viig og G. K. Resaland (Red.), *Folkehelse og livsmestring i skolen* (s. 101-121). Fagbokforlaget.
- Tangen, J. O. (2004). Hvordan er idrett mulig? : skisse til en idrettssosiologi.
- Teigen, H. M. F., Steinnes, K. T. og Goldschmidt-Gjerløw, B. (2022). Ungdom og kroppspress i sosiale medier. I B. Goldschmidt-Gjerløw, K. G. Eriksen og M. K. Jore (Red.), *Kontroversielle, emosjonelle og sensitive tema i skolen* (s. 149-168). Universitetsforlaget.
- Thagaard, T. (2018). *Systematikk og innlevelse: en innføring i kvalitative metoder* (5. utg.). Fagbokforlaget.
- Tjora, A. H. (2018). *Viten skapt: kvalitativ analyse og teoriutvikling*. Cappelen Damm akademisk.
- Tjora, A. H. (2021). *Kvalitative forskningsmetoder i praksis* (4. utg.). Gyldendal.
- Tvedt, M. S. (2015, 30.04). *Mestringsklima eller prestasjonsklima?* Utdanningsforskning. Hentet 25.04 fra <https://utdanningsforskning.no/artikler/2015/mestringsklima-eller-prestasjonsklima/>
- Tvedt, M. S. og Bru, E. (2019). Et motivasjonsfremmende og stressdempende læringsmiljø. I E. Bru og P. Roland (Red.), *Stress og mestring i skolen* (s. 47-72). Fagbokforlaget.
- Utdanningsdirektoratet. (2014). *Dusjing i skolen*. Hentet 29.03 fra <https://www.udir.no/regelverkstolkninger/opplaring/laringsmiljo/dusjing-i-skolen/>
- Utdanningsdirektoratet. (2020). *Læreplan i kroppsøving (KRO01-05)*. Hentet 30.03 fra <https://www.udir.no/lk20/kro01-05?lang=nob>
- Utdanningsdirektoratet. (2021). *Elevundersøkelsen 2020 - nasjonale tall for mobbing og arbeidsro*. Hentet 20.05 fra <https://www.udir.no/tall-og-forskning/finn-forskning/rapporter/elevundersokelsen-2020--nasjonale-tall-for-mobbing-og-arbeidsro/>

Van Manen, M. (2016). *Researching lived experience: human science for an action sensitive pedagogy* (2. utg.). Routledge.

Vandvik, I. H. og Nesheim, B. I. (2022, 16.11). *Pubertet*. Store medisinske leksikon. Hentet 17.05 fra <https://sml.snl.no/pubertet>

Voelker, D. K., Reel, J. J. og Greenleaf, C. (2015). Weight status and body image perceptions in adolescents: current perspectives. *Adolescent Health, Medicine and Therapeutics*, 6, 149-158. <https://doi.org/10.2147/AHMT.S68344>

Vedlegg

Vedlegg 1 – Intervjuguide for kroppsøvingslærere

Intervjuguide – kroppsøvingslærere

Formål

Denne masterstudien har som hensikt å få frem hvordan kroppsøvingslærere opplever og håndterer gutters kroppsfokus i garderobesituasjonen i kroppsøvingsfaget. Samtidig ønsker studien å se dette i lys av elevperspektivet gjennom å se hvordan ungdomsskolegutter faktisk opplever kroppspress i garderoben, og hvilke tiltak de opplever kroppsøvingslærere gjør, knyttet til temaet. Det er gjort lite forskning knyttet til gutter og kroppspress i kroppsøvingsfaget i Norge. På bakgrunn av dette ønsker denne masterstudien å være et forskningsbidrag knyttet til temaet kroppspress blant gutter i kroppsøvingsfaget.

Rettigheter

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

Vi vil bare bruke opplysningene om deg til formålene vi har fortalt om i dette skrevet. Vi behandler opplysningene konfidensielt og i samsvar med personvernregelverket. Det vil kun være min veileder og meg som vil ha tilgang til opplysningene du gir i intervjuet. For å sikre dine personopplysninger vil navnet ditt og navnet på arbeidsplassen din bli erstattet med fiktive navn i studien. Du som deltaker vil derfor ikke kunne bli kjent igjen i publikasjonen. Informasjonen som blir gitt i intervjuet vil bli behandlet og transkribert ved hjelp analyseprogrammet NVivo. Denne informasjonen/dataen vil bli sikret på et nettskjema som kun jeg har tilgang til gjennom feide-pålogging.

Opplysningene anonymiseres når masterstudiet avsluttes/ oppgaven er godkjent, noe som etter planen er juni 2023. Transkribering og opptak av intervjuene vil bli slettet fra den krypterte minnepinnen. Vi behandler opplysninger om deg basert på ditt samtykke.

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

- innsyn i hvilke opplysninger vi behandler om deg, og å få utlevert en kopi av opplysningene

- å få rettet opplysninger om deg som er feil eller misvisende
- å få slettet personopplysninger om deg
- å sende klage til Datatilsynet om behandlingen av dine personopplysninger

I forkant minner jeg om taushetsplikten din. Jeg ønsker derfor generell informasjon om dine opplevelser og erfaringer knyttet til kroppspress og din kroppsøvningsundervisning over flere år, og ikke indirekte eller direkte til en klasse eller enkeltelever som kan føre til identifisering.

Spørsmål

1. Bli kjent spørsmål

- Hvor gammel er du?
- Hvor mange år med erfaring har du i kroppsøvningsfaget?
- Hvilken utdanningsbakgrunn har du?

1. Opplever du at det er et kroppspress/kroppsfokus blant guttene i skolen generelt?

- På en skala fra 1 til 10, hvor mye kroppspress opplever du at er hos guttene?
- Legger du merke til prat om kropp blant guttene? Hva prater de om?
- Er det noen arenaer du opplever at guttene møter kroppsfokus og kroppspress i?
- Hva med kroppen er det de fokuserer på? Muskler/vekt/utseende/prestasjoner?
- Kan du beskrive den typiske gutten som er opptatt av kropp?
- Kan du beskrive den typiske gutten som ikke er opptatt av kropp?

2. Opplever du at det er kroppspress blant guttene i garderoben?

- På en skala fra 1 til 10, hvor mye kroppspress opplever du at det er hos guttene i garderoben?
- Føler du det er et større fokus på kropp blant gutter i garderoben enn andre steder i skolen?
- Opplever du prat om utseende blant gutter i garderoben? Hva fokuserer samtalene seg på?
- Er mobiler tillatt hos elevene i garderoben? Hvordan tror du dette påvirker situasjonen?

- Er det naturlig å skifte og dusje blant guttene? For alle?
 - o Hva kjennetegner en klasse der dette er naturlig/unaturlig?
- Kan du beskrive den typiske komfortable gutten i garderoben?
- Kan du beskrive den typiske ukomfortable gutten i garderoben?
- Prater dere noe om dette i kroppsøvlingslærerkollegiet?

3. Hvordan tilrettelegger du for guttene i garderobesituasjonen?

- Hvordan følger du opp guttene i garderobesituasjonen? I hvilken grad?
- Hvilke forventninger setter du til skifting og dusjing hos guttene i garderoben?
- Er du inne i/ på utsiden av guttegarderoben?
- I hvilken grad følger du opp guttenes garderobesituasjon? Spørsmål/samtale?
- Prater dere kroppsøvlingslærere noe om dette? Plan? Policy?

4. Hvordan fokuserer du på læring om eget kroppsbylde i kroppsøvlingsundervisningen?

- Hva lærer elevene om kroppsbylde i din kroppsøvlingsundervisning?
- Hvordan lærer elevene om kroppsbylde i din kroppsøvlingsundervisning?
- Hvordan anvender du læreplanen og læreplanmålene i undervisning av dette temaet?
- Er det noen spesielle mål du fokuserer mer på i forhold til dette temaet?
- Bruker du mye tid på dette i kroppsøvlingsundervisningen?
- Har du noen perspektiver på kroppsbylde du tror påvirker denne delen av undervisningen din? Kroppsbylde om objekt/skilte mellom kroppsbylde og sjel/kroppsbylde som en maskin vs. Subjekt der man er hele kroppen/hver del av kroppen er like mye til stede i verden.
- Knytter du denne delen av undervisningen opp mot garderobesituasjonen på noen måte?
- Lærer elevene noe om kroppsbylde i andre fag? Er dette et tema på skolen?
- Hva lærer i andre fag?
- Hvordan er det tverrfaglige samarbeidet?

Intervjuguide – elever

Formål

Dette masterstudiet ønsker å finne ut hvordan gutter på ungdomsskolen opplever kroppspress i garderobesituasjonen. Samtidig vil vi høre fra kroppsøvlingslæreren din om hvordan han/hun opplever kroppspress blant guttene i garderoben, og hva han/hun gjør i forhold til dette. Det er lite forskning på gutter og kroppspress i kroppsøving i Norge. Derfor ønsker denne masterstudien å bidra med informasjon på temaet.

Dine rettigheter

Det er frivillig å delta i masterstudien. Hvis du velger å delta, kan du når som helst trekke deg uten å oppgi noen grunn. Alt du har sagt i intervjuet vil da bli slettet. Det vil ikke skje deg noe som helst hvis du ikke ønsker å delta eller senere trekke deg fra studien.

Vi vil bare bruke det du sier i intervjuet til det som er forklart i dette skrevet. Informasjonen du gir vil ikke bli fortalt eller gitt videre til noen andre enn studenten og veilederen hans. For å sikre at ingen kan forstå at det du har deltatt i masterstudien, vil vi ikke bruke navnet ditt eller navnet på skolen din. På den måten vil ingen finne ut at du har svart i denne studien. Det du sier i intervjuet vil bli tatt opp gjennom lydopptaksprogrammet NVivo. Lydopptakene vil bli sikret på et nettskjema på nettet som kun studenten vil ha tilgang til gjennom en privat innlogging.

Når Masterstudien er ferdig, vil informasjonen du har gitt i intervjuene bli gjort hemmelig. Intervjuene og opptakene vil da bli slettet fra minnepinnen. Dette er planlagt å skje juni 2023.

Så lenge du kan kjennes igjen i datamaterialet, har du rett til:

- se hvilken informasjon vi behandler om deg, og å få utlevert en kopi av informasjonen
- å få rettet informasjon om deg som er feil
- å få slettet personlig informasjon om deg
- å sende klage til Datatilsynet om behandlingen av din personlige informasjon

1. Hvordan er det å være deg på skolen? (selvbilde)

- Føles det bra å gå på skolen?
- Går du godt overens med medelevene dine?
- Hvem er du blant medelever/venner? Hvilken rolle har du?
- Er du den du ønsker å være blant medelever?

2. Opplever du et fokus på kropp i hverdagen?

- Fra en skala fra 1-10, hvor mye føler du på fokus på kropp?
- Er det noen situasjoner du opplever at det er mer kroppsfokus enn i andre?
- Hvilke kanaler opplever du å møte former for kroppsfokus?
- Hva slags type fokus er det? Trening/klær/utseende/prestasjoner?
- Prater du noe om dette blant venner/familie?
- Tror du sosiale media spiller en rolle? Har du følt på dette?
- Vet du om andre på trinnet som føler på eller prater om kropp?

3. Opplever du kroppspress i garderoben?

- På en skala fra 1-10, hvor mye?
- Hvorfor tror du det er slik?
- Er det et kroppsfokus blant andre i garderoben? I større grad enn andre steder?
- Prater dere/noen om utseende?
- Muskel vs. vekt samtaler i garderoben?
- Er det naturlig å skifte og dusje? For alle?
- Er alle like komfortable i guttegarderoben tror du? Hvorfor, hvorfor ikke?
- Får dere ha mobiler med i garderoben? Hvordan tror du dette påvirker garderobesituasjonen?

4. Hva sier kroppsøvingslæreren om garderoben?

- Bli du/dere fulgt opp av kroppsøvingslæreren i garderoben? Hvor mye?
- Forventer kroppsøvingslærer at dere dusjer og skifter tøy? Hva sier kroppsøvingslæreren om dette?

- Er kroppsøvingslærer inne/ute av garderoben? Hvorfor tror du?
- Spør eller sjekker kroppsøvingslærerlærer hvordan dere opplever garderoben?
- Venter kroppsøvingslæreren deres utenfor garderoben etter kroppsøvingstimene?

5. Lærer dere noe om kroppspress i kroppsøvingsfaget?

- Hva lærer dere om kroppspress i kroppsøving?
- Hvordan lærer dere om kroppspress i kroppsøving?
- Virker det som dette er viktig for kroppsøvingslæreren?
- Brukes det mye tid på dette?
- Har dere lært noe om kroppspress knyttet til garderoben?
- Lærer dere noe om perspektiver på hva kroppen er? Objekt/at kroppen og sjelen er avskilt/kroppen som en maskin avskilt fra tankene. Subjekt/hver del av kroppen er like tilstede i verden/kropp og sjel er ett.
- Har du gjort deg opp noen meninger om disse perspektivene selv?
- Har dere lært noe om kroppsfokus eller kroppspress i andre fag? I hvilke? Hva har du lært?

**Vil du delta i masterstudiet:
Kroppsøvingslæreres og ungdomsskolegutters perspektiver på
kroppspress blant gutter i garderobesituasjonen i
kroppsøvingsfaget?**

Dette er et spørsmål til deg om å delta i en masterstudie, hvor formålet er å få frem perspektiver på hvordan kroppsøvingslærere og gutter på ungdomstrinnet opplever kroppspress blant gutter i garderobesituasjonen i kroppsøvingsfaget. I dette skrivet gir vi deg informasjon om målene for studien og hva deltakelse vil innebære for deg.

Formål

Denne masterstudien har som hensikt å få frem hvordan kroppsøvingslærere opplever og håndterer gutters kroppsfokus i garderobesituasjonen i kroppsøvingsfaget. Samtidig ønsker studien å se dette i lys av elevperspektivet gjennom å se hvordan ungdomsskolegutter faktisk opplever kroppspress i garderoben, og hvilke tiltak de opplever kroppsøvingslærere gjør, knyttet til temaet. Det er gjort lite forskning knyttet til gutter og kroppspress i kroppsøvingsfaget i Norge. På bakgrunn av dette ønsker denne masterstudien å være et forskningsbidrag knyttet til temaet kroppspress blant gutter i kroppsøvingsfaget.

Hvem er ansvarlig for masterstudiet?

Universitetet i Stavanger er ansvarlig for masterstudiet.

Hvorfor får du spørsmål om å delta?

Studien ønsker å undersøke kroppsøvingslærere og ungdomsskolegutters opplevelse av kroppspress i garderobesituasjonen knyttet til kroppsøvingsfaget. Masterstudien ønsker å høre fra 3-4 kroppsøvingslærere på ungdomstrinnet om deres perspektiver knyttet til temaet. Du som kroppsøvingslærer på ungdomstrinnet blir derfor spurt om å delta i masterstudien.

Hva innebærer det for deg å delta?

Hvis du velger å delta i masterstudien, innebærer det at du stiller til et individuelt intervju. Intervjuet vil ta ca. 30-45 minutter. Intervjuet vil inneholde spørsmål om opplevd kroppspress blant gutter i

garderobesituasjonen og håndtering av kroppspress blant gutter i garderobesituasjonen som kroppsovingslærer. Det vil også bli stilt spørsmål til elevene dine om hvordan du som kroppsovingslærer møter temaet kroppspress blant gutter i garderoben og kroppsovingsfaget. Svarene dine fra intervjuet vil bli registrert gjennom lydopptak og notater.

Det er frivillig å delta

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

Ditt personvern – hvordan vi oppbevarer og bruker dine opplysninger

Vi vil bare bruke opplysningene om deg til formålene vi har fortalt om i dette skrivet. Vi behandler opplysningene konfidensielt og i samsvar med personvernregelverket. Det vil kun være min veileder og meg som vil ha tilgang til opplysningene du gir i intervjuet. For å sikre dine personopplysninger vil navnet ditt og navnet på arbeidsplassen din bli erstattet med fiktive navn i studien. Du som deltaker vil derfor ikke kunne bli kjent igjen i publikasjonen. Informasjonen som blir gitt i intervjuet vil bli behandlet og transkribert ved hjelp analyseprogrammet NVivo. Denne informasjonen/dataen vil bli sikret gjennom nettskjema. Dette er en selvbetjent skjemaløsning som sikrer datasamling over nett. Det er kun studenten som vil ha tilgang til dette gjennom feide-innlogging.

Hva skjer med personopplysningene dine når masterstudien avsluttes?

Opplysningene anonymiseres når masterstudiet avsluttes/ oppgaven er godkjent, noe som etter planen er juni 2023. Transkribering og opptak av intervjuene vil bli slettet fra den krypterte minnepinnen.

Hva gir oss rett til å behandle personopplysninger om deg?

Vi behandler opplysninger om deg basert på ditt samtykke.

På oppdrag fra Universitetet i Stavanger har Personverntjenester vurdert at behandlingen av personopplysninger i dette prosjektet er i samsvar med personvernregelverket.

Dine rettigheter

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

- innsyn i hvilke opplysninger vi behandler om deg, og å få utlevert en kopi av opplysningene
- å få rettet opplysninger om deg som er feil eller misvisende
- å få slettet personopplysninger om deg
- å sende klage til Datatilsynet om behandlingen av dine personopplysninger

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

- Universitetet i Stavanger ved Kristian Roer Andersen (student/forsker), på telefon: 40 326 567 eller e-post: 251228@uis.no
- Universitetet i Stavanger ved Cathrine Nyhus Hagum (veileder), på telefon: 94 150 190 eller e-post: cathrine.n.hagum@uis.no
- Vårt personvernombud: Rolf Jegervatn, på e-post personvernombud@uis.no

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

- Personverntjenester på epost (personverntjenester@sikt.no) eller på telefon: 53 21 15 00.

Med vennlig hilsen

Kristian Roer Andersen

(Forsker)

Samtykkeerklæring

Jeg har mottatt og forstått informasjon om masterstudiet: *kroppsøvlingslæreres og ungdomsskolegutters perspektiver på kroppspress blant gutter i garderobesituasjonen i kroppsøvlingsfaget*, og har fått anledning til å stille spørsmål. Jeg samtykker til:

- å delta i intervju.

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

(Signert av prosjektdeltaker, dato)

**Vil du delta i masterstudiet:
Kroppsøvingslæreres og ungdomsskolegutters perspektiver på
kroppspress blant gutter i garderobesituasjonen i
kroppsøvfaget?**

Dette er et spørsmål til deg om å delta i en masterstudie, hvor vi ønsker å høre hvordan gutter på ungdomsskolen opplever kroppspress i garderobesituasjonen i kroppsøving. I dette skrivet får du informasjon om hva det vil si å være med i forskningsprosjektet for deg.

Formål

Dette masterstudiet ønsker å finne ut hvordan gutter på ungdomsskolen opplever kroppspress i garderobesituasjonen. Samtidig vil vi høre fra kroppsøvingslæreren din om hvordan han/hun opplever kroppspress blant guttene i garderoben, og hva han/hun gjør i forhold til dette. Det er lite forskning på gutter og kroppspress i kroppsøving i Norge. Derfor ønsker denne masterstudien å bidra med informasjon på temaet.

Hvem er ansvarlig for masterstudien?

Universitetet i Stavanger er ansvarlig for masterstudien.

Hvorfor får du spørsmål om å delta?

Masterstudien ønsker å finne ut hvor mye gutter på ungdomsskolen opplever kroppspress i garderobesituasjonen i kroppsøvfaget. Masterstudien ønsker å høre fra 6-9 gutter om dette temaet. Du som gutt på ungdomsskolen blir derfor spurt om å delta.

Hva innebærer det å delta?

Hvis du deltar i masterstudiet, innebærer det å stille til et intervju med studenten som skriver masterstudien. Intervjuet vil ta ca. 20-30 minutter. Intervjuet vil inneholde spørsmål om kroppspress i garderoben, selvbilde og hvordan kroppsøvingslæreren din jobber med kroppspress i timene. Kroppsøvingslæreren din vil også bli spurt i et eget intervju om hvordan han/hun opplever kroppspress blant guttene på trinnet ditt. Svarene fra intervjuet vil bli registrert gjennom lydopptak og notater av studenten.

Det er frivillig å delta

Det er frivillig å delta i masterstudien. Hvis du velger å delta, kan du når som helst trekke deg uten å oppgi noen grunn. Alt du har sagt i intervjuet vil da bli slettet. Det vil ikke skje deg noe som helst hvis du ikke ønsker å delta eller senere trekke deg fra studien.

Ditt personvern – hvordan vi oppbevarer og bruker informasjonen du gir

Vi vil bare bruke det du sier i intervjuet til det som er forklart i dette skrivet. Informasjonen du gir vil ikke bli fortalt eller gitt videre til noen andre enn studenten og veilederen hans. For å sikre at ingen kan forstå at det du har deltatt i masterstudien, vil vi ikke bruke navnet ditt eller navnet på skolen din. På den måten vil ingen finne ut at du har svart i denne studien. Det du sier i intervjuet vil bli tatt opp gjennom lydopptaksprogrammet NVivo. Lydopptakene vil bli sikret på et nettskjema på nettet som kun studenten vil ha tilgang til gjennom en privat innlogging.

Hva skjer med personopplysningene når masterstudiet avsluttes?

Når Masterstudien er ferdig, vil informasjonen du har gitt i intervjuene bli gjort hemmelig. Intervjuene og opptakene vil da bli slettet fra minnepinnen. Dette er planlagt å skje juni 2023.

Hva gir oss rett til å behandle personopplysninger om deg?

Vi behandler opplysninger om deg basert på ditt samtykke.

På oppdrag fra Universitetet i Stavanger har Personverntjenester vurdert at behandlingen av personopplysninger i dette prosjektet er i samsvar med personvernregelverket.

Dine rettigheter

Så lenge du kan kjennes igjen i datamaterialet, har du rett til:

- se hvilken informasjon vi behandler om deg, og å få utlevert en kopi av informasjonen
- å få rettet informasjon om deg som er feil
- å få slettet personlig informasjon om deg
- å sende klage til Datatilsynet om behandlingen av din personlige informasjon

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

- Universitetet i Stavanger ved Kristian Roer Andersen (student/forsker), på telefon: 40 326 567 eller e-post: 251228@uis.no
- Universitetet i Stavanger ved Cathrine Nyhus Hagum (veileder), på telefon: 94 150 190 eller e-post: cathrine.n.hagum@uis.no
- Vårt personvernombud: Rolf Jegervatn, på e-post personvernombud@uis.no

Hvis du har spørsmål knyttet til Personvertjenester sin vurdering av prosjektet, kan du ta kontakt med: · Personvertjenester på epost (personvertjenester@sikt.no) eller på telefon: 53 21 15 00.

Med vennlig hilsen

Kristian Roer Andersen
(Student/Forsker)

Samtykkeerklæring

Jeg har mottatt og forstått informasjon om masterstudiet: *Kroppsøvlingslæreres og ungdomsskolegutters perspektiver på kroppspress blant gutter i garderobesituasjonen i kroppsøvlingsfaget*, og har fått anledning til å stille spørsmål. Jeg samtykker til:

- å delta i intervju.

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

(Signert av prosjektdeltaker, dato)

**Vil du delta i masterstudiet:
Kroppsøvingslæreres og ungdomsskolegutters perspektiver på
kroppspress blant gutter i garderobesituasjonen i
kroppsøvingsfaget?**

Dette er et spørsmål til din sønn om å delta i en masterstudie, hvor formålet er å få frem perspektiver på hvordan gutter og kroppsøvingslærere på ungdomstrinnet opplever kroppspress blant gutter i garderobesituasjonen i kroppsøvingsfaget. I dette skrivet gir vi deg informasjon om målene for masterstudien og hva deltakelse vil innebære for deg.

Formål

Denne masterstudien har som hensikt å få frem hvordan kroppsøvingslærere opplever og håndterer gutters kroppsfokus i garderobesituasjonen i kroppsøvingsfaget. Samtidig ønsker studien å se dette i lys av elevperspektivet gjennom å se hvordan ungdomsskolegutter faktisk opplever kroppspress i garderoben, og hvilke tiltak de opplever kroppsøvingslærere gjør knyttet til temaet. Det er gjort lite forskning knyttet til gutter og kroppspress i kroppsøvingsfaget i Norge. På bakgrunn av dette ønsker denne masterstudien å være et forskningsbidrag knyttet til kroppspress blant gutter i kroppsøvingsfaget.

Hvem er ansvarlig for masterstudiet?

Universitetet i Stavanger er ansvarlig for masterstudiet.

Hvorfor får din sønn spørsmål om å delta?

Studien ønsker å undersøke kroppsøvingslærere og ungdomsskolegutters opplevelse av kroppspress blant gutter i garderobesituasjonen knyttet til kroppsøvingsfaget. Studiet ønsker å høre fra 6-9 gutter på ungdomstrinnet om deres perspektiver knyttet til temaet. Din sønn som gutt på ungdomstrinnet blir derfor spurt om å delta i masterstudiet.

Hva innebærer det å delta?

Hvis din sønn velger å delta i masterstudiet, innebærer det å stille til et individuelt intervju. Intervjuet vil ta ca. 20-30 minutter. Intervjuet vil inneholde spørsmål om kroppspress, selvbilde, garderobesituasjonen i kroppsøvingsfaget, kroppsøvingslærerens rolle i garderobesituasjonen og

kroppsøvlingslærerens rolle i møte med kroppspress. Kroppsøvlingslæreren til din sønn vil også bli spurt i et eget intervju om hvordan han/hun opplever kroppspress blant gutter på trinnet til din sønn. Svarene fra intervjuet vil bli registrert gjennom lydopptak og notater som vil bli oppbevart utilgjengelig for andre og slettet etter at studien er ferdig.

Det er frivillig å delta

Det er frivillig å delta i studiet. Hvis din sønn velger å delta, kan din sønn når som helst trekke samtykket tilbake uten å oppgi noen grunn. Alle personopplysninger vil da bli slettet. Det vil ikke ha noen negative konsekvenser for din sønn hvis man ikke vil delta eller senere velger å trekke seg.

Ditt personvern – hvordan vi oppbevarer og bruker dine opplysninger

Vi vil bare bruke opplysningene om din sønn til formålene vi har fortalt om i dette skrevet. Vi behandler opplysningene konfidensielt og i samsvar med personvernregelverket. Det vil kun være min veileder og meg som ha tilgang til opplysningene din sønn gir i intervjuet. For å sikre personopplysninger vil navnet til din sønn og skole bli erstattet med fiktive navn i oppgaven som f.eks. elev 1 eller skole 1. Din sønn som deltaker vil derfor ikke kunne bli kjent igjen i publikasjonen. Informasjonen som blir gitt i intervjuet vil bli behandlet og transkribert ved hjelp lydopptaksprogrammet NVivo. Denne informasjonen/dataen vil bli sikret på et nettskjema som kun student vil ha tilgang til gjennom feide-innlogging.

Hva skjer med personopplysningene dine når masterstudiet avsluttes?

Opplysningene anonymiseres når masterstudiet avsluttes/ oppgaven er godkjent, noe som etter planen er juni 2023. Transkribering av intervju og opptak av intervjuene vil bli slettet fra den krypterte minnepinnen.

Hva gir oss rett til å behandle personopplysninger om deg?

Vi behandler opplysninger om deg basert på ditt samtykke.

På oppdrag fra Universitetet i Stavanger har Personverntjenester vurdert at behandlingen av personopplysninger i dette prosjektet er i samsvar med personvernregelverket.

Dine rettigheter

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

- innsyn i hvilke opplysninger vi behandler om deg, og å få utlevert en kopi av opplysningene
- å få rettet opplysninger om deg som er feil eller misvisende

- å få slettet personopplysninger om deg
- å sende klage til Datatilsynet om behandlingen av dine personopplysninger

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

- Universitetet i Stavanger ved Kristian Roer Andersen (student/forsker), på telefon: 40 326 567 eller e-post: 251228@uis.no
- Universitetet i Stavanger ved Cathrine Nyhus Hagum (veileder), på telefon: 94 150 190 eller e-post: cathrine.n.hagum@uis.no
- Vårt personvernombud: Rolf Jegervatn, på e-post personvernombud@uis.no

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

- Personverntjenester på epost: personverntjenester@sikt.no eller på telefon: 53 21 15 00.

Med vennlig hilsen

Kristian Roer Andersen
(Student/Forsker)

Samtykkeerklæring

Jeg har mottatt og forstått informasjon om masterstudiet: *Kroppsøvlingslæreres og ungdomsskolegutter perspektiver på kroppspress blant gutter i garderobesituasjonen i kroppsøvlingsfaget*, og har fått anledning til å stille spørsmål. Jeg samtykker til:

- å delta i intervju.

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

(Signert av prosjektdeltaker, dato)

Vedlegg 6 – Vurdering fra SIKT

16.05.2023, 19:34

Meldeskjema for behandling av personopplysninger



[Meldeskjema](#) / [Kroppsøvlingslæreres og ungdomsskolegutters perspektiver på krop...](#) / Vurdering

Vurdering av behandling av personopplysninger

Referansenummer	Vurderingstype	Dato
967346	Standard	05.12.2022

Prosjekttittel

Kroppsøvlingslæreres og ungdomsskolegutters perspektiver på kroppspress blant gutter i garderobesituasjonen i kroppsøvlingsfaget

Behandlingsansvarlig institusjon

Universitetet i Stavanger / Fakultet for utdanningsvitenskap og humaniora / Institutt for grunnskolelærerutdanning, idrett og spesialpedagogikk

Prosjektansvarlig

Cathrine Nyhus Hagum

Student

Kristian Roer Andersen

Prosjektperiode

01.01.2023 - 30.06.2023

Kategorier personopplysninger

Alminnelige

Særlige

Lovlig grunnlag

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

Uttrykkelig samtykke (Personvernforordningen art. 9 nr. 2 bokstav a)

Behandlingen av personopplysningene er lovlig så fremt den gjennomføres som oppgitt i meldeskjemaet. Det lovlige grunnlaget gjelder til 30.06.2023.

[Meldeskjema](#)

Kommentar

OM VURDERINGEN

Personverntjenester 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.

Personverntjenester har nå vurdert den planlagte behandlingen av personopplysninger. Vår vurdering er at behandlingen er lovlig, hvis den gjennomføres slik den er beskrevet i meldeskjemaet med dialog og vedlegg.

TAUSHETSPLIKT

Deltagerne i utvalg 2 i prosjektet har taushetsplikt. Intervjuene må gjennomføres uten at det fremkommer opplysninger som kan identifisere elever.

VIKTIG INFORMASJON TIL DEG

Du må lagre, sende og sikre dataene i tråd med retningslinjene til din institusjon. Dette betyr at du må bruke leverandører for spørreskjema, skylagring, videosamtale o.l. som institusjonen din har avtale med. Vi gir generelle råd rundt dette, men det er institusjonens egne retningslinjer for informasjonssikkerhet som gjelder.

TYPE OPPLYSNINGER OG VARIGHET

Prosjektet vil behandle alminnelige personopplysninger, og særlige kategorier av personopplysninger om helseopplysninger frem til 30.06.2023.

LOVLIG GRUNNLAG

Prosjektet vil innhente samtykke fra de registrerte til behandlingen av personopplysninger. Vår vurdering er at prosjektet legger opp til et samtykke i samsvar med kravene i art. 4 nr. 11 og 7, ved at det er en frivillig, spesifikk, informert og utvetydig bekreftelse, som kan dokumenteres, og som den registrerte kan trekke tilbake.

<https://meldeskjema.sikt.no/635b9c34-ef65-4e86-8985-0660c0d01ac7/vurdering>

1/2

For alminnelige personopplysninger vil lovlig grunnlag for behandlingen være den registrertes samtykke, jf. personvernforordningen art. 6 nr. 1 a.

Behandlingen av særlige kategorier av personopplysninger er basert på uttrykkelig samtykke fra den registrerte, jf. personvernforordningen art. 6 nr. 1 a og art. 9 nr. 2 a.

PERSONVERNPRINSIPPER

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

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

DE REGISTRERTES RETTIGHETER

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

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

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

FØLG DIN INSTITUSJONS RETNINGSLINJER

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).

Ved bruk av databehandler (spørreskjemaleverandør, skylagring eller videosamtale) må behandlingen oppfylle kravene til bruk av databehandler, jf. art 28 og 29. Bruk leverandører som din institusjon har avtale med.

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

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. Før du melder inn en endring, oppfordrer vi deg til å lese om hvilken type endringer det er nødvendig å melde:

<https://www.nsd.no/personverntjenester/fylle-ut-meldeskjema-for-personopplysninger/melde-endringer-i-meldeskjema>

Du må vente på svar fra oss før endringen gjennomføres.

OPPFØLGING AV PROSJEKTET

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

Kontaktperson hos oss: Sturla Herfindal

Lykke til med prosjektet!