

KIF350 1 Bacheloroppgave

Kandidat 18

Oppgaver	Oppgavetype	Vurdering	Status
i Informasjon	Dokument	Automatisk poengsum	Lever
1 Opplasting av bacheloroppgave	Filoplasting	Manuell poengsum	Lever
2 Opplasting av samtykkeskjema	Filoplasting	Manuell poengsum	Lever

KIF350 1 Bacheloroppgave

Emnekode	KIF350	PDF opprettet	31.08.2016 12:39
Vurderingsform	KIF350	Opprettet av	Hilde Lyster
Starttidspunkt:	11.05.2016 08:45	Antall sider	49
Sluttidspunkt:	26.05.2016 13:45	Oppgaver inkludert	Ja
Sensurfrist	Ikke satt	Skriv ut automatisk rettede	Ja

Seksjon 1



Informasjon

Eksamensinformasjon:

[Eksamensinformasjon for innlevering](#)

Forside:

[Framsidedmal Bachelor-mal med Nord logo](#)

Samtykkeskjema:

[Samtykke til Nord universitets' bruk av prosjekt, kandidat bachelor og masteroppgaver](#)

Opplasting av bacheloroppgave

Opplasting bacheloroppgave

Last opp pdf.-filen her. Maks én fil.

BESVARELSE

Filopplasting

Filnavn	5226410_cand-5740759_5224938
Filtype	pdf
Filstørrelse	509.301 KB
Opplastingstid	26.05.2016 10:28:48



Neste side
Besvarelse
vedlagt

BACHELOROPPGAVE

Emnekode: KIF350

Navn: Ida M.B Grimstad

Hvordan beskriver elever sin fysiske og sosiale selvoppfatning, og i hvilken grad påvirker dette deltakelsen i kroppsøving?

How do pupils describe their physical and social self-perception, and to what extent does this affect their participation in physical education?

Dato: 26.05.2016

Totalt antall sider: 41

Forord

Bachelorskrivingen har vært en interessant reise på mange måter. Jeg har tilegnet meg mye kunnskap om et tema jeg synes er viktig, noe som har gjort prosessen motiverende. Det har vært vanskelig på mange måter, men alt i alt en spennende prosess med gode erfaringer å ta med seg videre. Som student, fremtidig lærer og menneske har jeg vokst og hatt nytte av denne reisen. Veien frem mot problemstilling og endelig mål med min besvarelse har vært diffus, men med god hjelp fra venner, veileder, lærere og studenter rundt meg tok det form til slutt.

Jeg vil rette en takk til min veileder Pål Arild Lagestad, som fra oppstart har hjulpet meg med utvikling av problemstillingen, oppbygging og samtidig gitt meg gode konstruktive tilbakemeldinger. Tusen takk til intervjupersonene, denne oppgaven kunne aldri blitt fullført uten dere. Til slutt vil jeg rette en stor takk til mine gode venner, spesielt Tonje og Camilla, og medstudenter som har gitt meg rom for gode diskusjoner, dere har virkelig vært nøkkelen til at dette til slutt ble ferdig.

Levanger 26. Mai 2016

Ida-Margrete Bruun Grimstad

Sammendrag

Denne oppgaven omhandler fysisk og sosial selvoppfatning blant elever mellom 15-16 år på 10. trinn, og i hvilken grad dette påvirker deltakelsen i kroppsøving. Målet med forskningen er å få en beskrivelse av elevenes selvoppfatning, for så og drøfte dette opp mot relevant teori.

Teorien tar for seg kroppsøving, og fysisk og sosial selvoppfatning sett fra forskjellige teoretikere, og tidligere forskning. Teoretikere som belyser disse temaene er blant annet Skaalvik & Skaalvik (2005), Harter (2012), Engelsrud (2006), Duesund (1995), Bandura (1997), Mead (1982) og Merleau-Ponty (1908-1961). Kroppsøving tar for seg kroppsøvingsfaget i skolen sett ut fra Utdanningsdirektoratets (2015) formål, og en rapport gjort av Lyngstad et. al (2011). Fysisk selvoppfatning tar i hovedsak for seg kroppen som et objekt og subjekt, og sosial selvoppfatning blir belyst gjennom interaksjon og speilingsteori, og sosial sammenlikning.

Innsamlingen av datamaterialet ble gjort med en kvalitativ forskningsmetode, der det ble gjennomført seks individuelle intervju. Intervjupersonene ble selektert gjennom bekjentskap. I forkant av intervjuet ble det laget en intervjuguide, og under intervjuet ble det benyttet notater og lydopptak. Lydopptakene ble transkribert, og skrevet ned ord for ord i programmet NVivo, hvor dataene ble analysert.

Resultatet i undersøkelsen viser at alle elevene har generelt god selvoppfatning, selv om to av tre gutter mener de har for lite muskler, og jentene er mer opptatt av vekt og utseende. Analysene tyder på at de signifikante andres meninger påvirker den sosiale selvoppfatningen og hvordan elevene oppfatter seg selv, og noen blir påvirket i større grad enn andre. Gjennom intervjuene viser det seg at riktige klær betyr mye både for egen selvoppfatning, og i forhold til sosial sammenlikning. På bakgrunn av elevenes betraktninger om deres fysiske og sosiale selvoppfatning, tyder analysen på at dette ikke påvirker deltakelsen i kroppsøving i særlig stor grad.

Nøkkelord: selvoppfatning, elever, ungdom, deltakelse, kroppsøving

Innholdsfortegnelse

Forord	1
Sammendrag	2
Innholdsfortegnelse	3
1.0 Innledning	4
1.1 Tidligere forskning	6
1.2 Problemstilling	8
1.3 Oppgavens oppbygging	8
2.0 Teori	9
2.1 Kroppsøvfaget	9
2.2 Selvoppfatning	10
2.2.1 <i>Selvoppfatning som en bevisst prosess og egoutvidelse</i>	11
2.3 Fysisk selvoppfatning	11
2.3.1 <i>Kroppen som objekt</i>	12
2.3.2 <i>Kroppen som subjekt</i>	13
2.4 Sosial selvoppfatning	14
2.4.1 <i>Reell og ideell selvoppfatning og indre og ytre kilde</i>	14
2.4.2 <i>Symbolsk interaksjonisme og rolletaking</i>	15
2.4.3 <i>Den generaliserte andre og signifikante andre</i>	16
2.4.4 <i>Sosial sammenlikning</i>	17
3.0 Metode	18
3.1 Kvalitativ forskningsmetode	18
3.2 Utvalg og intervju	18
3.3 Analysemetode	20
3.4 Studiets troverdighet	21
3.5 Etske betraktninger	21
4.0 Resultater og drøfting	22
4.1 Informantenes syn på kroppsøvfaget, og deres rolle i faget	23
4.2 Fysisk selvoppfatning	25
4.3 Sosial selvoppfatning	27
4.4 Påvirkningen av deltakelsen i kroppsøvingstimen	30
Avsluttende betraktninger	32
Konklusjon	33
Kritiske vurderinger	34
Litteraturliste	36
Vedlegg	39
1. Intervjuguide	39
2. Forespørsel om deltakelse i forskningsprosjekt	41

1.0 Innledning

Temaene fysisk og sosial selvoppfatning er svært aktuelle i dagens samfunn, og det viser seg også at disse to begrepene de siste årene henger mer og mer sammen. I VGs nettartikkel (2015) viser overskriften ”*Jenter i tiende klasse sliter mest med selvbildet*”, der underoverskriftene forteller at selvbildet og utseende henger sammen, og at unge jenter er mer negative til eget selvbilde enn gutter. Harter (2012) forklarer at det foregår en dramatisk overgang under utviklingen i ungdomsårene, der puberteten fører til relaterte fysiske endringer, kognitiv utvikling og endringer i sosiale forventninger. I forsøket på å møte samfunnets standard i forhold til utseende, får jenter mellom 14-16 år større sannsynlighet av å lide av depresjoner og eventuelle spiseforstyrrelser. Forskning viser at den intense opptattheten ved forsøket på å møte mulige standarder av skjønnhet, kombinert med svært negative oppfatninger av kroppsbildet, kan føre til ekstremt lav selvfølelse, depresjon og i verste fall ekstrem atferd av spiseforstyrrelser (ibid).

I dagens samfunn har kroppen blitt et ”oppussingsobjekt”, der vi hele tiden skaper en oppskrift om hvordan kroppen vår skal og bør se ut (Engelsrud, 2006). På sosiale medier blir det reklamert om produkter og tips til hvordan kroppen kan bli tynnere, mer muskuløs, mer sexy, friskere og sterkere. Trening dreier seg ikke lengre bare om å komme i form, men å forme kroppen, noe som også viser seg i kroppsøvingsfaget (Aamli, 2015). Hun mener ungdommer snakker mye om kropp, både egne og andres kropp. En studie som er gjort av Aamli, Aartun og Engelsrud (referert i Aamli, 2015) viser at jenter er lei ballaktiviteter i kroppsøvingstimene, i tillegg til at de synes de ikke er flinke nok. De vil heller erstatte ballspill med kroppsøvingstimer i treningssenteret. Jentene ønsker stramme mager og rumpe, og spør læreren hvordan de kan trene for å få dette. Kroppsøvingsfagets formål er blant annet å utvikle elevenes positive selvbilde, og gi dem et positivt syn på egen kropp (Utdanningsdirektoratet, 2015). Faget skal ruste elevene til å ta stilling til kroppsidealene, og danne seg en forståelse om den verden kroppen deres deltar i og skaper selv. Engelsrud (2015b) mener vi er på vårt sterkeste når kroppen får falle i bakgrunnen for oppmerksomheten, og at vi derfor må øve på å glemme kroppen. På denne måten er skolen en viktig arena for å inkludere eleven som kroppssubjekt i kroppsøvingsfaget, for å blant annet kunne ivareta egen selvoppfatning (Engelsrud, 2015a).

Nettavisen (udatert) kom ut med en artikkel for omtrent syv år siden med tittelen ”*Få smalere midje*”, der en såkalt kjendistrener kom med tips om hvordan jenter kan oppnå dette.

Komponentene treneren mener fører til dette er for lite søvn, mye stress, alkohol, og at jenter ikke bør trene situps. Alle disse er viktige komponenter som drøftes gjennom hele artikkelen. Andre artikler som ligger lett tilgjengelig på nettet har overskrifter som i stor grad omhandler kropp og utseende. For unge mennesker i sin søken etter egen identitet vil kanskje ikke et samfunn med fokus på kroppen som en sosial markør, virke inn på en positiv måte. I dag er kulturen dessverre blitt slik at ukritisk forming av utseende er normalisert, der blant annet, mindre smertefulle plastiske operasjoner og behandlinger er blitt lett tilgjengelige (Engelsrud, 2006). I følge en undersøkelse gjort med hjelp fra Norstat har NRK (2015a) gjennomført en spørreundersøkelse, der 500 unge fra 15-30 år har blitt intervjuet om kropp, kirurgi og selvbildet.

”Ifølge undersøkelsen ønsker åtte prosent mellom 15 og 29 år å forandre på utseende ved hjelp av skjønnhetsinngrep. Av kvinnene og jentene ønsker 13 prosent å forandre på utseendet, mens fire prosent av mennene og guttene i samme alder, svarer det samme.”

(NRK, 2015a)

Undersøkelsen gir resultater som viser at hver tiende kvinne under 30 år ønsker å forandre noe på kroppen, og flesteparten ønsker å endre på nesa, brystene, rumpa eller leppene. Interessen for kirurgi er mindre hos menn enn hos kvinner, men har økt de siste årene (NRK, 2015a). I undersøkelsen som er gjort, har NRK intervjuet ungdommer, og har i artikkelen trukket frem en 18 år gammel jentes uttalelse; *”Det blir jo sånn at når det er veldig mye fokus på det, at alle blir pirkete på seg selv og finner feil med seg selv, uansett om du ser veldig bra ut. Du finner feil overalt.”* (NRK, 2015b). En gutt på 19 år forklarte at de også er rammet av utseendepress gjennom trening, protein-shaker og hår, for å prøve å oppnå noe han mener er et urealistisk ideal. Selv lot han seg heldigvis ikke påvirke (ibid). Engelsrud (2006) mener det skapes inntrykk ved at det handler mest om hvordan kroppen skal og bør se ut.

1.1 Tidligere forskning

Det finnes lite forskning på elevenes betraktninger på fysisk og sosial selvoppfatning, og i hvilken grad dette kan ha en påvirkning på deltakelse i kroppsøvingstimen. Mitt ønske var å finne forskning gjort i Skandinavia eller Norge, slik at de kulturelle forskjellene ble tilnærmet like. Det var vanskelig å finne god tidligere forskning om min valgte problemstilling, noe som tyder på at nettopp dette er lite forsket på. Derfor har jeg valgt to internasjonale forskningsartikler i forhold til selvoppfatning, deltakelse og ungdom, og en mastergradsoppgave som omhandler trivsel, deltakelse og selvoppfatning i kroppsøving for VG1 elever.

I en forskning gjort av Labbrozzi, Robazza, Bertollo, Bucci & Bortoli (2013) fra Italia undersøkes forskjeller av fysisk selvoppfatning og motivasjonen til fysisk aktivitet av jenter i 11 og 13 årsalderen. Studiet inkluderte 134 jenter i to aldersgrupper; 74 yngre jenter og 60 eldre jenter, som tilhørte tre små skoler i samme distrikt i Italia. Physical Self-Perception Questionnaire (PSDQ), utviklet av Marsh, Richards, Johnson, Roche og Tremayne (1994), måler fysisk selvbilde. I deres studie ble fysisk aktivitet, kropps fett, sportskompetanse, globalt fysisk selvbilde, utseende og global selvfølelse målt. Deltakerne svarte på en skala fra 1 (usant) til 6 (sant). Aldersforskjellen viste at eldre jenter har dårligere fysisk selvoppfatning og lavere score på indre motivasjon og glede av fysisk aktivitet, enn jentene på 11 år. Funnene viste også at mer utviklede jenter rapporterte dårligere fysisk selvoppfatning på vekt og kropps fett, fysisk selvbilde og utseende. Labbrozzi et. al (2013). Deres konklusjon var at overgangen mellom barndom og voksen alder assosieres med en rekke betydelige biologiske, sosiale og psykologiske endringer som påvirker fysisk aktivitet blant unge jenter fordi deres indre motivasjon reduseres ved følge av dårligere fysisk selvoppfatning. Dette var spesielt blant de eldste jentene. Det viser også at overvekt og fedme blant 11-åringene er den kritiske faktoren til negativ innvirkning på selvoppfatning og glede av fysisk aktivitet. De mener hensiktsmessige strategier for å motvirke overvekt er essensielt, i tillegg til å påvirke til en fysisk aktiv livsstil, spesielt ved overgangen til puberteten (ibid).

Et studie gjort i Iran av Ghooshchy, Kameli & Jahromi (2011) sammenlikner effekten av idrettsaktiviteter (volleyball) mot selvoppfatning, og mot relasjonen til skole blant ungdom i 14-årsalderen. Det var 85 skoleelever med i undersøkelsen, der 39 var med på et volleyball-

lag og 46 var inaktive. Alle gjennomførte en spørreundersøkelse med tre sider av selvoppfatning, og om foreldre og venner. Resultatene viser at det var signifikant forskjell i scoren på selvoppfatning mellom de aktive og de inaktive jentene og guttene. Det fantes ingen signifikant sammenheng mellom selvoppfatning og skole.

I forhold til fysisk og sosial selvoppfatning har Jevnheim skrevet en masteroppgave (2015), som tar for seg elevers trivsel, deltakelse og selvoppfatning i kroppsøving i videregående skole. Det ble gjennomført et gruppeintervju med to grupper fra VG1. Resultatene i undersøkelsen viser at det er flere ulike bakgrunner for trivsel og mistrivsel i kroppsøving blant elevene. Elevene er forskjellige og har derfor en varierende opplevelse av når det gjelder trivsel, i tillegg til at de signifikante andre spiller en viktig rolle. For noen jenter ble trivselen bedre hvis venninnen var med i kroppsøvingstimene. Noen mistrives sterkt i kroppsøvingstimene og kan la være å delta, på grunn av deres lave fysiske selvoppfatning. Disse uttrykker at de er redde for å skille seg ut og bli sett, og derfor forholder seg passive eller unngår deltakelse. Hvis de deltar, fører dette til mistrivsel. Andre elever ser på seg selv som fysisk sterke og mener de signifikante andre også har en påvirkning til dette.

Den tidligere forskningen som det vises til i denne oppgaven, inneholder relevante funn, men også mangler i forhold til min problemstilling. Dette er også en bekreftelse på at det er utført lite forskning på dette området. De forskningene jeg har funnet tar for seg tre faktorer som er relevant; pubertetens påvirkning på fysisk selvoppfatning, aktive/inaktive ungdom og forholdet til egen selvoppfatning, og sammenhengen mellom selvoppfatning, interaksjon og deltakelsen i kroppsøvingstimen. Studiet til Labbrozzi et. al (2013) kan indikere at jenter står i fare for å få redusert fysisk selvoppfatning gjennom puberteten, noe som påvirker deres glede og motivasjon for kroppsøving. I og med at forskningen tar for seg 11-13 år gamle jenter, vil sammenlikningsgrunnlaget ikke være presist i forhold til aldersgruppen i mitt studie. Ghooshchy et. al (2011) tar for seg sammenhengen mellom selvoppfatning og idrettsaktivitet, der det viser seg at ungdom som er aktive med idrett har høyere selvoppfatning enn de som ikke er aktive. Derimot tar ikke forskningen for seg sammenhengen mellom selvoppfatning og kroppsøving, noe som er relevant for min problemstilling. På en annen side understrekes det at fysisk aktivitet påvirker selvoppfatningen til ungdom, noe det kan vises til i min oppgave. Jevnheims (2015) analyse viser at lav fysisk selvoppfatning og de signifikante andre

har stor påvirkningskraft for deltakelsen i kroppsøving. Sammenliknet med mine funn stemmer dette overens, men ikke i like stor grad.

1.2 Problemstilling

Oppgavens problemstilling: Hvordan beskriver elever sin fysiske og sosiale selvoppfatning, og i hvilken grad påvirker dette deltakelsen i kroppsøving?

1.3 Oppgavens oppbygging

I denne oppgaven vil jeg belyse ungdommers fysiske og sosiale selvoppfatning, hvilke betraktninger ungdom har om dette, og i hvilken grad det påvirker deltakelsen i kroppsøvingstimen. Jeg har tatt utgangspunkt i relevant teori fra pensum og annen litteratur, tidligere forskning og intervju. På bakgrunn av et komplekst tema, har jeg valgt å avgrense teorien til det jeg mener er viktigst og passer best i forhold til min problemstilling.

Begrepet selvoppfatning er flerdimensjonalt. Det engelske ordet for selvoppfatning, *self-perception*, blir ofte upresist i både norske og engelske artikler og bøker, og brukes også i andre betydninger som for eksempel; *self-image*, *self-esteem* og *self-efficacy*. Dette er bare noen få begrep av hva som finnes. Dette gjorde det blant annet vanskeligere for meg og finne tidligere forskning som baserte seg på akkurat min problemstilling. I min oppgave har jeg valgt og benytte meg av ordet *selvoppfatning*. I og med at dette begrepet er flerdimensjonalt, blir det i min oppgave også brukt som et samlebegrep for tilnærmende like begrep. Jeg fokuserer kun på fysisk selvoppfatning (elevenes syn på kropp og utseende) og sosial selvoppfatning (interaksjon med andre), og teori innenfor dette. Fysisk selvoppfatning er sett ut fra synet på kroppen som et objekt, og kroppen som et subjekt på bakgrunn av det fenomenologi. Sosial selvoppfatning er i denne sammenhengen sett ut fra selvoppfatning gjennom interaksjon med andre og sosial sammenlikning.

Det er flere teoretiske komponenter som er viktige og spiller en rolle for selvoppfatning og deltakelsen i kroppsøvingstimen. På bakgrunn av valgt problemstilling vil ikke disse temaene belyses. Fra begynnelsen av prosessen har jeg valgt å stille meg svært åpen i forhold til fortolkningene av intervjudataene. På bakgrunn av egne erfaringer har jeg hele tiden vært

bevisst på at mine forventninger og tanker ikke skulle påvirke intervjupersonenes svar, og resultatene som kom frem.

2.0 Teori

2.1 Kroppsøvingsfaget

Formålene i lærerplanen fra Utdanningsdirektoratet (2015) beskriver kroppsøvingsfaget som et bredt sammensatt fysisk aktivitetsfag der lek, grunnleggende bevegelser, idrett, dans, friluftsliv, aktivitet, trening og helse er sentrale komponenter. På denne måten skal elevene få mulighet til å drive fysisk aktivitet ut i fra sine forutsetninger innenfor en bred bevegelseskultur. Gjennom disse aktivitetene skal kroppsøvingsfaget i følge Utdanningsdirektoratet tidlig legge til rette for verdiene av fysisk aktivitet, ved å inspirere til en fysisk aktiv livsstil og livslang bevegelsesglede, og ikke minst fremme god helse (ibid). Utdanningsdirektoratet (2015) formål, sier:

”Faget skal bidra til at barn og unge utviklar sjølvkjensle, positiv oppfatning av kroppen, sjølvforståing og identitetskjenne. Det skal ruste elevane til vurdering av kroppsideal og rørslekulturar som kan påverke sjølvkjensla, helse, ernæring, trening og livsstil.”

I følge utdanningsdirektoratet vil altså kroppsøvingsfaget bidra til elevenes selvfølelse og en positiv oppfatning av kroppen. Formålene for faget sier også at det sosiale aspektet ved fysisk aktivitet gjør kroppsøving til en viktig arena for fair play og respekt for hverandre (ibid).

Under ungdomstiden skjer det en viktig overgangsfase i livet som medfører en rekke nye utfordringer. Ungdommer må håndtere store biologiske, pedagogiske og sosiale forandringer, som også innebærer en overgang i deres sosiale roller. Tidspunktet for endringer i puberteten, selvpåfatning og sosiale reaksjoner er viktig i forhold til hvordan de vil få det gjennom puberteten (Bandura, 1997). Gjennom et arbeidsutvalg i kroppsøving bestående av Lyngstad, Flagestad, Leirhaug og Nelvik (2011) har det blitt lagt frem en rapport som gjennomgår læreplanen for kroppsøving i Kunnskapsløftet og grunnlaget for vurdering i faget. I følge rapporten er kroppsøving et fag som også kan skape nederlag og følelser av sårbarhet, der

barn og unge kan oppleve negative erfaringer knyttet til undervisningen på bakgrunn av ulike kroppslige forutsetninger. De mener kroppsøvningsfaget kan være en arena som forsterker at kroppen skapes som et objekt. Dette underbygger den store, globale kroppsindustrien som omgir dagens barn og unge, fremfor å hjelpe elever til å ta fornuftige valg i forhold til hverdagens kroppspress. I tillegg mener de dette vil kunne påvirke elevenes sosiale status, og at det kan være med å skape en rangstige der elevene som ikke oppnår status føler seg mindreverdige og nedvurdert. En slik tildeling av status kan i verste fall føre til at elever blir sosialt ekskludert (ibid).

Lyngstad et. al (2011) hevder kroppsøvningsfaget har behov for ny legitimitet. De mener kroppsøvningsfaget bør ha større fokus på at elevene er subjekter i en mangfoldig bevegelseskultur, og ha et bredt utvalg av bevegelsesidealer i samfunnet, der det bør skapes større frihet for elevenes egne utprøvelser i forhold til mangfoldet i dagens moderne samfunn (spesielt i ungdommens egen kultur). Engelsrud (2015b) sier det fremtidige kroppsøvningsfaget bør arbeide med reflekterende tema mot motvekt til en medieskapt kroppsøvningsforståelse. På denne måten bør et vesentlig utgangspunkt for læring være elevenes egen kropp og bevegelseserfaring, og ikke aktiviteter i seg selv. Hun mener at dette bør tydeliggjøres i fremtidens lærerplan, der emosjonell læring, kroppslig læring og kroppskognisjon inngår, i tillegg til å sette elevenes erfaring og læring i sentrum (ibid).

2.2 Selvoppfatning

Duesund (1995) tolker Harter (1990) som at opplevelsen av kropp og utseende er den viktigste faktoren for ungdommers selvoppfatning. Deretter kommer de jevnaldrenes akseptasjon. For å forstå fysisk og sosial selvoppfatning, er det viktig å ha kunnskap og vite betydningen av det generelle begrepet selvoppfatning. William James (1981) gjorde oppmerksom på selvet som et viktig område innenfor psykologien, noe som førte til betraktelig økt forskning på begrepet selvoppfatning (Duesund, 1995). Teoretikere har forskjellige tilnæringsmåter i beskrivelsen og definisjonen av begrepet selvoppfatning, men i hovedsak kan det avgrenses til den bevisste oppfatningen et individ har av seg selv. Begrepet er flerdimensjonalt og brukes i mange varianter, ofte synonymt med selvfølelse og selvtillit (Skaalvik & Skaalvik, 2005). Duesund (1995, s. 61) sier; *"Selvoppfatning uttrykker vår relasjon til oss selv, og har konsekvenser for vårt forhold til andre mennesker og den kulturen vi lever i"*. Skaalvik & Skaalvik (2005, s. 75) forklarer begrepet slik: *"Med selvoppfatning*

mener vi enhver oppfatning, vurdering, forventning, tro eller viten som en person har om seg selv. Slik har begrepet selvoppfatning mange aspekter og kan brukes i ulike betydninger.”

Individet har selvoppfatning på ulike områder, men i prinsippet på områder der individet har erfaringer.

Skaalvik & Skaalvik (2005) måler selvoppfatningen ved fem forskjellige dimensjoner; fysisk selvoppfatning (utseende og/eller fysisk-motoriske ferdigheter), sosial selvoppfatning (popularitet og evne til å omgås andre), intellektuell og akademisk selvoppfatning (egne evner og prestasjonsnivå, for eksempel på skolen), emosjonell selvoppfatning (glede, sinne, angst) og moralsk eller atferdsmessig selvoppfatning (spørsmål om en ser på seg selv som en som følger regler og normer, oppfører seg eller er til å stole på). Summen av alle disse dimensjonene utgjør den totale selvoppfatningen for hvert enkelt individ (ibid).

2.2.1 Selvoppfatning som en bevisst prosess og egoutvidelse

Teoretikere som Raimys (1943), Burns' (1979) og Banduras (1986) definisjon av selvoppfatning viser at begrepet brukes som en fellesbetegnelse på ulike bevisste oppfatninger en person har av seg selv (Skaalvik & Skaalvik, 2005). Derfor er det viktig å være konkret når en snakker om selvoppfatning der en viser hvilke sider av selvoppfatningen det snakkes om.

Skaalvik & Skaalvik (2005) forklarer dette gjennom et eksempel; en gutt har problemer med matematikk, men tenker ikke på sine matematikkproblemer hele tiden. Gutten kan dermed bli svært opptatt av dette problemet under en prøve eller andre gitte situasjoner, der han kan føle han ikke mestrer faget spesielt godt. Den latente kunnskapen et individ har om seg selv, kan trekkes frem i bevisstheten, og blir trukket fram i situasjoner hvor den er relevant (ibid).

James (1890) la grunnlaget for teori og forskning om en videre forståelse av selvet. Denne forskningen handler om alt en person kan kalle sitt, der både kropp og mentale evner, men også hus, klær, stil, barn og eiendom blir noe Rosenberg (1979) kaller for *egoutvidelser*. Disse egoutvidelsene oppleves som en del av oss selv. Hva ulike individer opplever som viktige deler av seg selv, kan variere (Skaalvik & Skaalvik, 2005).

2.3 Fysisk selvoppfatning

Innenfor Skaalvik & Skaalviks (2005) dimensjoner av selvoppfatning, er fysisk selvoppfatning en av de som belyses i dette studiet som i denne sammenhengen er sett ut fra

kropp og utseende. Engelsrud (2006) sier at vi er og har en kropp. Kroppene våre blir preget av samfunnet vi lever i, både positivt og negativt. Den kan gi oss unike muligheter til å oppsøke gode opplevelser, samtidig som den kan gi oss dårlige (ibid). I forhold til fysisk selvoppfatning og puberteten vil tidlig kjønnsmodning for gutter bygge muskulaturstyrken, som kan forbedre deres selvoppfatning og sosiale status. Ved sen utvikling, kan dette føre til et personlig nederlag. I kontrast, må jenter takle vekt og utseende som bryter med kulturelle attraktive kroppsidealer, som igjen kan føre til en redusert selvoppfatning (Bandura, 1997).

2.3.1 Kroppen som objekt

Loland (2000) beskriver kroppen som et objekt ved at det er et redskap som står til disposisjon i livets mange gjøremål, ved at "jeg" bestemmer og kroppen adlyder. Forståelsen av kroppen som objekt bygger på dualismen, der filosofen René Descartes (1596 – 1650) ga en dualistisk forståelse som kort forklart innebærer at mennesket er brytningspunktet mellom verden som utstrakt og den tenkende substans. I følge store norske leksikon (Amundsen, 2009) "... betegner dualisme en teori eller lære som hevder to motsatte prinsipper som ikke antas å kunne forenes i en høyere enhet...". Denne filosofien har altså et synspunkt om at kroppen og sjelen eksisterer hver for seg, med et markant skille. Descartes viet sitt liv til utviklingen av det medisinske faget, ved å frata den subjektive dimensjonen av kroppen, der kroppen ble oppfattet som en gjenstand. Slik kunne kroppen analyseres fysiologisk og detaljert forskes på (Duesund, 1995). Ved en slik objektivisering ble det etiske rundt inngrep og operasjoner mer sett på som en hvilken som helst annen reparasjon av en gjenstand. I nyere tid har denne forskningen blant annet åpnet dørene innenfor teknologisk kirurgi, som for eksempel muligheter til å skifte ut indre organer (ibid). På mange måter har denne forståelsen av verden og mennesket altså hatt sterke sider og lagt grunnlag for fremskritt blant annet innenfor medisinsk vitenskap, men det har også fått kritikk. Dette er fordi en slik forståelse tilhører to atskilte verdener, og derfor vil kunne skygge over en subjektiv opplevelse og forståelse av kroppen (Loland, 2000).

"Kroppen er, og har alltid vært, et fenomen for samfunnskapt konstruksjon." (Engelsrud, 2006, s. 65). Loland (2000) hevder at samfunnet vi kjenner har sterke normer for kroppens funksjon og utseende, der utseende og image (mote) dyrkes til det ekstreme. Kroppen er et av våre viktigste angrepspunkt, og blir et sosialt symbol og middel i konstruksjonen av vår identitet. Derfor opplever mange at kroppen objektiviseres. Vi må endre på den for å oppnå idealnormene for hvordan vi skal se ut, der kroppen slankes, bygges og farges.

2.3.2 Kroppen som subjekt

Fenomenologien er kritisk til den tradisjonelle vitenskapens objektivisering, og filosofer mener at mennesket må forstås som en intensjonal handlende helhet (Loland, 2000). Den fysiske selvopfatningen er i denne sammenhengen sett ut i fra fenomenologien gjennom en fransk filosof og psykolog ved navn Maurice Merleau-Ponty (1908-1961), også kjent som kroppens filosof. I sin tid var hans oppfatning og syn på den menneskelige kroppen et brudd med tradisjonelle tankemodeller (Rasmussen, 1996). I kontrast til Descartes er forståelsen av forholdet mellom kropp og tanke. Virkeligheten er virkeligheten slik vi opplever den, og kroppen er kroppen slik den oppleves av oss. Kroppen står i sentrum, og kroppens forhold til verden er eksistensielt der kroppsbildet representeres som en reflektert viten om kroppen (Duesund, 1995). Duesund (1995) og Engelsrud (2006) forklarer at vi sanser verden gjennom kroppen ved berøring, lukt, smak, syn og hørsel. Merleau-Ponty sier at vi er våre kropper. Engelsrud (2006) sier at kroppen forstås som en tilgang til verden, der den er rettet mot verden og den blir rettet av verden. Uten evnen til sansing kan ikke mennesket eksistere som reflekterte mennesker, fordi refleksjonen er en forutsetning for sansingen og erfaringen vi gjør oss (Duesund, 1995). *Den levde kroppen* er et av Merleau-Pontys sentrale begreper, der han hevder at erfaringen av å eksistere i verden er noe mennesket har, gjør og er som kropp. Livet leves og uttrykkes gjennom kroppen (Engelsrud, 2006).

Gunn Engelsrud sier ”Vi både *er* og *har* en kropp” (2006, s. 9). Kroppen kan verken reduseres til et fysisk objekt eller til en sosial konstruksjon - den er både et subjekt og et objekt (ibid). I forhold til Merleau-Pontys forståelse av kroppen er sirkularitet et sentralt begrep. Det forteller noe om forholdet mellom den subjektive og den objektive kroppen, og hvordan de forholder seg til hverandre (Duesund, 1995). Duesund fremstiller et godt eksempel som forklarer sirkularitet;

”Om jeg med min høyre arm griper min venstre, er min høyre arm det subjektive som griper og den venstre det objektive som blir grepet. Men idet jeg kjenner at min venstre arm blir grepet, blir denne det subjektive som opplever den høyre armen som objekt.”

(Duesund, 1995, s. 33)

Loland (2000) hevder at vekslingen mellom objekt- og subjektperspektivet er det som gjør mennesket til reflekterende vesener, og at vi kanskje er de eneste levende som reflekterer over bevegelser og utseende. Dette formes av den sosiopsykologiske og sosiokulturelle konteksten vi er en del av (ibid). Engelsrud hevder av kroppen henvises til på mange måter, der den kan forstås som et fysisk objekt, en betydningsfull organisme, et kulturelt symbol, en personlig erfaring eller et medmenneskelig forhold. Kroppen har mange ting; blant annet hud, språk, sansing, organer, refleksjon og verdier. Vi kan tenke om kroppen, men ikke uten kroppen. Vi kan berøre ting og bli berørt, vi kan reflektere over det og reflektere over refleksjonen (Engelsrud, 2006).

2.4 Sosial selvoppfatning

Skaalvik & Skaalvik (2005) sier at sosial selvoppfatning er en av dimensjonene for selvoppfatning, som i denne oppgaven tar utgangspunkt i interaksjon. For å forklare sosial selvoppfatning, har jeg valgt å belyse: reell og ideell selvoppfatning, indre og ytre kilde, symbolsk interaksjonisme og rolletaking, de generaliserte og signifikante andre, og sosial sammenlikning. Disse komponentene er viktige for å forstå elevenes sosiale selvoppfatning.

2.4.1 Reell og ideell selvoppfatning og indre og ytre kilde

Den bevisste selvoppfatningen har i følge Skaalvik & Skaalvik (2005) flere perspektiver. To av dem er *reell selvoppfatning* som blir plassert i en sosial sammenheng, og kan forklares som hvordan et individ ser seg selv i interaksjon med andre. I tillegg til dette har individet en mening om hvordan det blir betraktet av andre, som kalles *persepsjon av andres vurdering*. Skaalvik & Skaalvik (2005) mener det er viktig å skille disse perspektivene, der de nevner et eksempel; Trine kan oppfatte at andre tror hun er flink (persepsjon av andres vurdering), men selv ikke føle seg spesielt flink (reell selvoppfatning). De forklarer også at det er et klart samsvar mellom dimensjonene, og at persepsjon av andres vurdering utgjør et sentralt grunnlag for utvikling av reell selvoppfatning (ibid). *Ideell selvoppfatning* er den oppfatningen individet har for hvordan det ønsker å være. Vurderingen individet gjør av seg selv speiles av dette, og hvis det blir en for stor avstand mellom egne prestasjoner og ønskebilde individet har av seg selv, vil dette kunne få konsekvenser for selvvurderingen. Rosenberg (1979, referert i Skaalvik & Skaalvik, 2005) skiller mellom to varianter av ideelt selvbilde. Det ene selvbilde beskrives som glorifisert og uopnåelig som er knyttet til våre

drømmer, og det andre selvbilde tar vi på alvor og prøver å strekke oss mot, og blir derfor mer realistisk.

White & Watt (1973, referert i Skaalvik & Skaalvik, 2005) skiller mellom en indre og en ytre kilde til selvoppfatning. Indre kilde forklares som opplevelsen av å mestre miljøet eller av å være kompetent til å gjennomføre en bestemt handling. Dette oppnår relativt uavhengig av reaksjoner fra miljøet rundt. Ytre kilde forklares gjennom Skaalvik & Skaalvik (2005) som erfaringer som gjøres i sosiale sammenhenger. Mange erfaringer et individ gjør seg må vurderes i sosial sammenheng, for at et individ skal kunne vurdere om det har lyktes eller mislykkes. I forhold til sosial selvoppfatning vil andres vurderinger og sosial sammenlikning være to prinsipper for påvirkning av egen selvoppfatning (ibid).

2.4.2 Symbolsk interaksjonisme og rolletaking

Barnets selvoppfatning skapes i sosialiseringprosessen, og dreier seg om relasjonen mellom individ og miljø (Duesund, 1995). Et individs oppfatning av seg selv formes av andres reaksjoner, som forklares gjennom George Herbert Meads (1863-1931) og Herbert Blumers (en av Meads studenter) interaksjonisme. Deres perspektiv på interaksjonisme stammer fra forskning av blant annet John Dewey, William James, Charles Peirce, William Thomas og Charles Cooley (Charon, 2010). Mead var inspirert av arbeidet til Charles Darwin, og i likhet mente han vi burde forstå mennesket som naturalistisk. Mead var også en behaviorist, men brøt behaviorismen på visse punkter der han trodde menneskets oppførsel ikke bare var fysisk. Han mente oppførselen inkluderte noe som ikke direkte kunne sees, som tanker og sinnshandlinger (kognitiv aktivitet). Uten forståelsen av sinnet kan ikke mennesket oppfattes for hva det egentlig er (ibid). Gjennom speilinger lærer barnet å gjenkjenne seg selv slik at det klarer å "innta" egen kropp, samtidig som det avgrenser seg fra andres. På denne måten klarer barnet å se seg selv gjennom andres øyne, gjennom interaksjon med andre (Skaalvik & Skaalvik, 2005).

"I samspillet mellom mennesker blir vi observert og vurdert av andre (...). Slike vurderinger blir "reflektert" til oss av andre som vi har interaksjon med og kalles derfor "reflekterte vurderinger". Vår persepsjon av andres vurdering utgjør en viktig

kilde til informasjon om oss selv.”

(Skaalvik & Skaalvik, 2005, s. 97)

Cooleys (1964) tolkning av interaksjonismen kom sterkt frem gjennom hans oppfatning av speilbildeselve. De vurderingene individet gjør seg av andre blir ofte kalt *reflekterte vurderinger*. Mead og Cooleys teorier kan forklares som at andre utgjør et speil individet betrakter seg selv gjennom. Når individet observerer andres bilde av seg selv, vil individet få en oppfatning av seg selv. Individets atferd vil bli observert og tolket av ”andre”, der andre i neste omgang reagerer på individets atferd. Reaksjonen blir dermed observert og tolket av individet. Slik vil individet danne et grunnlag for egen selvoppfatning (Skaalvik & Skaalvik, 2005).

Til ulike sosiale posisjoner er det knyttet forventninger om atferdsmønstre, og de forventede adferdsmønstrene har fått betegnelsen *roller* (Ilstad, 2004). Disse rollene har betydning for sosial interaksjon, der det finnes generelle forventninger om hvordan folk flest skal oppføre seg i bestemte situasjoner (ibid). *”Taking the role of the other is the same as ”taking the perspective of the other,” to see the world from the standpoint of someone else”* (Charon, 2010, s. 104). Rolletaking er sett gjennom Mead som en symbolsk prosess, og sier altså noe om hvordan individet ser for seg verden gjennom andres perspektiv, og hvordan individets atferd påvirkes av dette (ibid). For et individ vil denne interaksjonen utvikles hele tiden. Et barn vil bli mer og mer i stand til å forutsi andres reaksjoner på egen atferd. Barnet vil også kunne vurdere egen atferd fra andres synspunkt, fordi barnet lærer å ta andres roller. Ved rolletakingen vil overtakelsen og bruken av andres verdier, normer og kriterier ligge til grunn for selvutvurderingen (Skaalvik & Skaalvik, 2005).

2.4.3 Den generaliserte andre og signifikante andre

Mead (1982) kaller andre som; *den generaliserte andre* og *signifikante andre* (Charon, 2010). Etter hvert som et barn vokser opp, vil antallet personer barnet har sosial interaksjon med øke. På denne måten øker også antallet personer som reagerer på barnets atferd. *Den generaliserte andre* er generaliserte normer og verdier som barnet møter i sitt miljø, altså samfunnets forventninger til selvet (Skaalvik & Skaalvik, 2005). Barnet lærer seg etter hvert å trekke ut det som er felles i disse normene, og vurdere seg selv i forhold til dette. Den symbolske

interaksjonismen forklarer gjennom den generaliserte andre og rolletaking, hvordan sosialiseringen resulterer i felles normer, verdier og holdninger.

Signifikante andre er de som er viktige for barnet. De generelle normene barnet utvikler, bygger spesielt på normene til de signifikante andre. Disse har spesielt stor betydning for barnets utvikling av selvoppfatning, der eksempler kan være; foreldre, lærere, venner og medelever. Et barn blir født inn i en bestemt familie, eller må begynne på en bestemt skole. Det kan derfor ikke velge hvem som er foreldre, lærer og medelever (Skaalvik & Skaalvik, 2005). Ungdommer er svært opptatt av meninger og forventninger som signifikante andre i ulike roller. De stirrer intenst i det sosiale speilet for å få informasjon om hvilke standarder de skal strekke seg etter, selv om de ønsker å benekte det (Harter, 2012). Ettersom antallet signifikante andre økes, vil tilbakemeldingene og reaksjonene fra disse kunne føre til forvirring og bekymring over hvilke egenskaper de ønsker å adoptere. Hva andre klassekamerater mener om et individ, er det som er viktig for hvor mye individet liker seg selv. Tidligere forskning av Harter viser til at godkjenning av nære venner ikke er like sterkt knyttet til god selvoppfatning, nemlig fordi det er mindre variasjon (en nær venn er en som liker deg uansett). Godkjenningen og oppfattelsen av klassekameratene er dermed sterkt knyttet til god selvoppfatning, antagelig fordi disse gjenspeiler et mer objektivt syn (ibid).

2.4.4 Sosial sammenlikning

Resultatet av den sosiale sammenlikningen har stor betydning for individets selvoppfatning på det aktuelle området, der den symbolske interaksjonismen ligger til bakgrunn. Ved sosial sammenlikningsteori blir det lagt stor vekt på den direkte sammenlikningen er person gjør av seg selv med andre, der Festinger (1954) betegner andre som en *referansegruppe* (Skaalvik & Skaalvik, 2005). En skoleklasse vil være en referansegruppe, som fungerer som en normgruppe og sammenlikningsgruppe. Dette er fordi det blir lett å foreta sosial sammenlikning på bakgrunn av at denne gruppen er i samme alder og deltar i de samme aktivitetene. Et individ kan også sammenlikne seg med enkeltpersoner (individuell sammenlikning), og det er derfor viktig å skille dette med sosial sammenlikning (gruppesammenlikning) (ibid). Disse to skiller seg fra hverandre på flere måter, spesielt ved at det er vanskelig for et individ og unngå gruppesammenlikning i og med at individet ikke har noe valg når det gjelder referansegruppe.

3.0 Metode

3.1 Kvalitativ forskningsmetode

Fysisk og sosial selvoppfatning viser seg å være svært komplekst og abstrakt, og derfor et tema som er vanskelig å ta tak i. For å få kunne få svar på min problemstilling har jeg på bakgrunn av dette valgt å benytte meg av kvalitativ forskning og intervjustudie. Gjennom intervjustudiet kunne jeg gå i dybden, og ta tak i ungdommenes tanker, erfaringer og opplevelser rundt mitt valgte tema, noe som kjennetegner denne typen forskning (Nilsen, 2012). Samtalen er det viktigste redskapet jeg har i arbeid med andre mennesker, som er en svært viktig faktor for å få den informasjonen jeg trenger (Dalland, 2012). Det som kjennetegner kvalitativ forskningsmetode er at den brukes for å undersøke og beskrive menneskers tanker, opplevelser og erfaringer, og at denne forskningen dermed innebærer å utforske menneskelige prosesser i en virkelig situasjon (Nilsen, 2012 og Postholm, 2010). *”Virkeligheten blir sett på som kompleks, i stadig forandring og konstruert av de enkelte som er involvert i en forskningssituasjon.”* (Nilsen, 2012, s. 25). Dette kan dermed føre til at forskeren og forskningsdeltakerne oppfatter virkeligheten ulikt. I og med at det eksisterer mange virkeligheter betyr dette også at forskningen kan gi noen svar, men ikke svaret. Det blir derfor viktig for forskeren å redusere avstanden mellom seg selv og forskningsdeltakerne. Konstruksjonen av datamaterialet foregår i samspill mellom forskeren og deltakeren, og relasjonen mellom dem har derfor svært stor betydning (Nilsen, 2012).

3.2 Utvalg og intervju

I dette studiet valgte jeg å intervju seks ungdommer mellom 15-16 år, som går i 10. trinn. Disse intervjupersonene ble valgt med hjelp gjennom bekjentskap, og jeg var derfor ikke sikker på hvor mange som ville være interessert i, og delta i studien. Ved å gjøre valget gjennom bekjentskap tok jeg ikke direkte kontakt, noe som førte til at intervjupersonene fikk bedre mulighet til å tenke seg om, og var friere til å si nei (Dalland, 2012). Jeg hadde i tillegg litt kjennskap til intervjupersonene fra før, noe jeg mente kunne føre til mer trygghet under selve intervjuet. På bakgrunn av temaet og informasjonen jeg ville ha frem, valgte jeg å gjennomføre individuelle intervju. Slike intervju kan være svært tidskrevende, og det kan komme mye informasjon (ibid). Derfor hadde jeg på forhånd bestemt meg for å begrense

intervjuene til seks, slik at jeg fikk muligheten til å fordype meg og finne det unike i hver enkelt person (Postholm & Jacobsen, 2011).

Studiet belyser og analyserer ungdommers forskjellige betraktninger av selvoppfatning, interaksjon og kroppssyn, som kan påvirke deltakelsen i kroppsøvingstimen. Selvoppfatning og kropp er et stort dagsaktuelt tema, og har de siste årene blitt belyst betydelig oftere gjennom blant annet media. For mange vil det kanskje være vanskelig å snakke om et slikt tema fordi det er svært komplekst og abstrakt i tillegg til at det er privat og sårbart. Den kvalitative forskeren må ta mange valg i forskningsprosessen, og må gjøre grundige og reflekterte vurderinger og beslutninger. Forskeren er sitt eget instrument, og må kunne skape tillitt, etablere og vedlikeholde relasjonen til forskningsdeltakerne (Nilsen, 2012). Det var derfor viktig at jeg forholdt meg profesjonell, men samtidig uhøytidelig og pålitelig. Intervjupersonen måtte føle at jeg var genuint interessert og lyttet. Under individuelle intervju foregår interaksjonen mellom forsker og forskningsdeltager ansikt-til-ansikt, noe som gjør intervjuet personlig. I tillegg hadde jeg mulighet til å observere intervjupersonen, der kommunikasjonen og kroppsspråket (intervjueffekten) også hadde mye å si for resultatet (Bø, 1995). Postholm & Jacobsen (2011) forklarer at individuelle intervju har en positiv effekt når forskeren vil få frem hvordan den enkelte oppfatter ulike situasjoner. Intervjupersonene trenger for eksempel ikke ha hensyn til hvordan de fremstår for andre, og har mulighet til å svare åpent og ærlig.

Intervjuet er semi-strukturert som vil si at det er tematisk organisert, der jeg har mulighet til å stille oppfølgingsspørsmål om nødvendig eller hvis intervjupersonen kommer med informasjon jeg vil vite mer om. Jeg valgte å belyse fire temaer, og ved et semi-strukturert intervju er det ikke nødvendig å være bundet til rekkefølgen av disse (Dalland, 2012). Ved en slik struktur sitter forskeren med relevante spørsmål, men er også åpen for andre relevante temaer. På denne måten blir intervjuet mer åpent og induktivt (Postholm & Jacobsen, 2011). Selv om jeg valgte et semi-strukturert intervju, var det viktig for meg at intervjupersonene besvarte alle spørsmålene.

I forkant av intervjuet ble det laget en intervjuguide som skulle fungere som en liten hjelp og veileder under selve intervjuet. Før utarbeidelsen av denne hadde jeg lest meg opp på relevant teori, slik at jeg hadde kunnskap jeg kunne relatere og knytte teorien opp mot spørsmålene. Ved å utarbeide en intervjuguide kan forskeren forberede seg faglig og mentalt i møte med

intervjuobjektet (Dalland, 2012). Intervjuguiden har oppsett med temaer og tilknyttede spørsmål under. Under selve intervjuet ble ikke spørsmålene alltid stilt slik de stod oppført, men de ble heller en mer naturlig del av samtalen. Det ble også stilt oppfølgingsspørsmål, som ble utformet etter hvert i og med at intervjupersonen helst skulle styre mye av samtalen selv. Jeg synes det var vanskelig å formulere spørsmålene på en mest mulig hensiktsmessig måte, i og med at jeg har såpass unge intervjupersoner, samtidig som jeg ikke ville stå i fare for å støte noen og dermed ikke få den informasjonen jeg trengte. I forkant av undersøkelsen ble det gjennomført et pilotintervju. Erfaringene derfra og meningene til intervjupersonen gjorde at jeg endret, fjernet og tilføyde spørsmål i intervjuguiden. Jeg valgte derfor å endre spørsmålene om selvoppfatning slik at de ble mer direkte, og svarte på min problemstilling. Det var også under pilotintervjuet jeg fant ut at en semi-struktur med tematisering passet best til min oppgave. På denne måten ble prosessen med transkribering og drøfting av resultatene mer oversiktlig.

Under selve intervjuet har jeg benyttet meg av notater og lydopptak. På denne måten fikk jeg et bedre mønster på intervjuet under bearbeidingen av resultatene senere. Tanken var i utgangspunktet bare å notere og sitere svar, men jeg fant ut at jeg ville være mer tilstede med intervjuobjektet hvis jeg tok lydopptak, istedenfor å skrive. For å få mest mulig informasjon av intervjuobjektet var det nødvendig å vise interesse og forståelse under intervjuet, siden jeg selv var et svært viktig ledd i innsamlingsprosessen. På denne måten kunne intervjupersonene snakke fritt, og jeg kunne senere under transkriberingen sette meg inn i den reelle konteksten (Dalland, 2012). Observasjonen jeg hadde gjort av intervjupersonene, skrev jeg ned underveis i intervjuet, noe jeg mente var relevant for å kunne forstå og få en mer detaljrik analyse.

3.3 Analysemetode

Prosessen med transkriberingen ble foretatt kort tid etter intervjuene var gjennomført, da inntrykkene var friskt i minnet. Transkriberingen er gjort gjennom lytting av lydopptak, der jeg skrev ned ord for ord akkurat slik intervjupersonen uttrykte seg. Ved transkriberingen av intervjuet har jeg valgt å bruke Nvivo, et program som støtter kvalitativ data og blandede forskningsmetoder. Programmet er designet for å hjelpe til å organisere, analysere og få innsyn i ustrukturerte eller kvalitative data, som i dette tilfellet er intervju. I følge Nilsen (2012) hjelper programvaren å håndtere mange av de manuelle oppgavene, slik at forskeren

sparer tid. På denne måten kan forskeren bruke tid på forskningsarbeidet, noe som er med på å øke kvaliteten i forskningen. Programmet har en effektiv lagring og strukturering av datamaterialet, slik at det blir lettere å finne frem og tilbake under analysen. Dette vil også øke troverdigheten på oppgaven min, og gjøre prosessen mer ryddig (ibid).

3.4 Studiets troverdighet

Forskeren må forsikre leseren om at det faktiske bildet som er blitt gitt ikke er feilaktig eller forvrengt, og skal bevise for leseren at funnene er troverdige i forhold til datamaterialet som er samlet inn. *”Et kvalitativt studie kan aldri bli gjennomført akkurat på samme måte en gang til.”* (Nilsen, 2012, s. 141). Nilsens (2012) tolkning av Lincoln & Guba (1985) mener dette refererer til avhengighet, som at funnene er avhengige av den konteksten der forskningen fant sted. På denne måten vil leseren kunne vurdere gyldigheten til teksten. En kvalitativ undersøkelse med individuelle intervju kan ikke generaliseres, i likhet til kvantitative undersøkelser der det benyttes statistiske former. Gjennomgående under intervjuet spurte jeg intervjupersonene om jeg hadde forstått og tolket dem riktig. Selv om jeg brukte lydopptak var det viktig for meg at jeg selv satt igjen med en riktig forståelse og inntrykk av hva som ble sagt. Nilsen (2012) sier denne prosedyren kan gjennomføres gjennom hele forskningen, der intervjupersonene kan uttale seg om faktafeil og kommentere eller utfordre tolkninger de er uenig i.

3.5 Etiske betraktninger

Ved en kvalitativ studie har forskeren et stort ansvar ovenfor forskningsdeltakerne og datakildene som brukes. Det er derfor viktig å ta riktige avgjørelser, ha ansvarsfølelse og vite hva etikk innebærer (Dalland, 2012 og Nilsen, 2012). På denne måten har en mulighet til å forberede seg på forhånd, i tillegg til å kunne stå ansvarlig for valgene og de eventuelle problemene som dukker opp (ibid). Forskeren er som sagt i interaksjon med intervjupersonene, noe som påvirker prosessen og dataen som samles inn. Forskeren må derfor være bevisst på sin rolle og det forskningen innebærer, og passe på at sin subjektivitet ikke reduserer verdien av resultatene. Samtidig er det viktig å ikke være nøytral, og se på forskningen med et objektivt blikk. Det er viktig å finne en balanse i dette (Nilsen, 2012).

Intervjupersonene i denne undersøkelsen ble informert om at deltakelsen var frivillig, der de stod fritt til å trekke seg når som helst (Dalland, 2012). I og med at de ble selektert gjennom bekjentskap fikk de også bedre tid til å tenke seg om og hadde større frihet til å velge å ikke delta. Før jeg begynte å stille spørsmål tydeliggjorde jeg at de ikke trengte å svare på alle spørsmålene, hvis noe ble ubehagelig. I tillegg var det viktig for meg og få frem at det ikke finnes noen gale svar, noe jeg presiserte i visse sammenhenger under intervjuet. Dette førte til mer trygghet for intervjupersonene, spesielt fordi et par intervjupersoner trodde noen spørsmål hadde en fasit, og at de var redde for å svare feil.

Jeg har hele tiden vært tydelig på at konfidensialiteten og anonymiteten til intervjupersonene ivaretas under hele prosessen, både før, under og etter intervjuet. Intervjupersonene blir derfor henviset i teksten gjennom bokstaver og tall. Lydopptakene og det skriftlige arbeidet inneholdt ikke personidentifiserbare opplysninger, noe som førte til at studien ikke ble meldt inn til personvernombudet. I og med at intervjupersonene ble selektert ut i fra bekjentskap, ble de kontaktet gjennom telefon og informert om forskningsprosjektets mål og opplegg. Alle deltakerne var mellom 15-16 år, noe som førte til at jeg ønsket foreldrenes samtykke og underskrift på at vedkommende kunne delta i forskningen. Informasjonen forklarte kort hva prosjektet gikk ut på, og hva de kunne forvente under intervjuet.

4.0 Resultater og drøfting

I dette kapittelet presenteres funn fra intervjuene. I intervjuguiden har jeg delt spørsmålene i fire forskjellige temaer, noe som gjør det naturlig for meg å ha den samme inndelingen i presentasjonen av resultatene. ”Informantenes syn på kroppsøvingsfaget, og deres rolle i faget” besvarer ikke oppgavens problemstilling, men var viktig bakgrunnsinformasjon i forhold til å kunne forstå og få en sammenheng av informantenes opplevelse når det gjelder egen selvoppfatning og deltakelse i kroppsøving. Jeg har valgt å omtale ungdommene som informanter med tall fra 1-6. For å kunne skille mellom jenter og gutter vil jentene omtales med en ”J” foran tallet, og guttene en ”G”. På denne måten blir det lettere å skille kjønn.

4.1 Informantenes syn på kroppsøvningsfaget, og deres rolle i faget

Analysene tyder på at kroppsøvningsfaget har vært godt likt av alle informantene så lenge de kan huske, der de i forkant alltid gleder seg til timen. De mener faget er positivt i og med at de får være i fysisk aktivitet, bruke energien og utfordret seg kroppslig på forskjellige områder, istedenfor å sitte ved skolebenken. Uttrykkene ”bruke energi” og ”slippe å sitte ved skolebenken” blir hyppig brukt av informantene i beskrivelsen av faget. J1 og J2 mener det er et bra at barn og unge gjennom kroppsøvningsfaget lærer seg å være fysisk aktive i hverdagen, og at kroppsøving derfor er et sunt fag. I forhold til lærerplanen til Utdanningsdirektoratet (2015) skal kroppsøvningsfaget blant annet inspirere til en fysisk aktiv livsstil og fremme god helse, i tillegg til å være et bredt aktivitetsfag, noe også informantene uttrykker at det gjør. Alle informantene synes kroppsøving er mer sosialt enn andre fag, og en av dem sier det er artig å kunne være med klassekameratene sine, i og med at de kan snakke med hverandre og ha det artig uten at noen umiddelbart ber dem være stille. En forklaring på dette er Skaalvik & Skaalvik (2005) og Harter (2012) som viser til at klassekameratene er ungdommenes signifikante andre, og derfor har spesielt stor betydning for utviklingen. De er også knyttet sterkt opp mot selvoppfatningen deres. De signifikante andre er derfor en viktig faktor for informantene, noe som kan være en grunn til glede og deltakelse i timene.

Informantene har generelt god oppfatning av seg selv som elever i kroppsøvningsfaget, der noen var mer sikre på sin ”rolle” og seg selv som elev i kroppsøvningsfaget enn andre. Jentene var spesielt sikre på egen innsats i timen, der alle sier de gir mye av seg selv og gjør så godt de kan. Ut i fra formålene til Utdanningsdirektoratet (2015) skal kroppsøvningsfaget sørge for at alle elevene får mulighet til å drive fysisk aktivitet ut i fra sine egne forutsetninger, noe som sammenfaller med svarene informantene ga i spørsmålet om utvikling. De har ulik oppfatning om hvordan de har utviklet seg i kroppsøvningsfaget de siste årene. J2 og J3 spiller håndball tre ganger i uken på fritiden, og føler dermed den fysiske utviklingen i hovedsak foregår på håndballtreningene. J2 konkluderer dette med at håndballtreningene er intensive og fysisk harde, og at hun ikke alltid får dette utbyttet i kroppsøvingstimene. *”Gymlæreren vår må alltid tilpasse at alle får vært med på alle aktivitetene, og det er ikke alle som er like flinke eller er i like god form”*, sier hun. I følge Utdanningsdirektoratet (2015) sine formål om forskjellige forutsetninger, er individualisering er viktig. Læreren til J2 tilpasser kroppsøvingstimen, slik at alle får vært med på aktivitetene, uansett hvilken fysisk forutsetning de har. G6 har en annen mening om sin utvikling, og sier han har blitt bedre

innenfor ting han ikke har prøvd før, som for eksempel basketball og håndball. På en annen side er han usikker på om han har utviklet seg så mye i idretter han har kjennskap til fra før. G5 sier han utvikler seg litt hele tiden, og han tror treningen på fritiden fører til at han automatisk utvikler seg i kroppsøvingfaget. I og med at alle er fysisk aktive på fritiden, har dette en positiv overføringsverdi til kroppsøvingstimene. Fem av seks informanter sier deres trening på fritiden påvirker kroppsøvingstimene, ved at de blant annet har kjennskap og kunnskap til forskjellige aktiviteter og øvelser fra før. Informantenes fysiske forutsetninger er viktig for hvordan de opplever seg selv i kroppsøvingfaget, der de overfører sine fysiske ferdigheter og erfaringer fra sine egne idretter til kroppsøvingssarenaen. Et eksempel på dette er G6 som forteller han har gått på ulike idretter, og derfor alltid vet hva han skal gjøre hvis noen gir beskjeder. *”Hvis det er sånne småøvelser som det er et rart navn på, vet jeg som regel hva det er og hva vi skal gjøre”*, sier han.

De negative erfaringene med kroppsøvingstimene er blant annet knyttet opp mot karakterer, og lite utvikling. J1 sier hun ikke er like glad i kroppsøving nå som det hun var før. Hun synes det har blitt kjedeligere fordi de alltid gjør det samme, og at det kun er karakterene hun føler er viktig i faget. Hun mener lærerne på ungdomsskolen er veldig opptatt av karakter og ikke så mye om utvikling, og at lærerne i på barneskolen var veldig opptatt av at alle skulle få en utvikling, og nå sine mål. *”Nå er det snudd på hodet, og vi skal være best hele tiden. Jeg føler det har blitt det viktigste.”*, sier hun. Selv føler hun er en elev som har god innsats i timen og gir mye av seg selv, men at dette er mest på grunn av karakteren. I følge Loland (2000) og Duesund (1995) teori om kroppen som objekt, stemmer dette overens med J1 uttalelser. Kroppen blir objektivisert, der den i denne sammenhengen er et redskap som står til disposisjon for å få en god karakter. Denne objektiviseringen, vil kunne skygge for en subjektiv opplevelse og forståelse av kroppen (Loland, 2000). Dette står i strid mot Merleau-Ponty sitt fenomenologiske syn, der kroppen må forstås som en intensjonal handlende enhet, og at livet leves og uttrykkes gjennom kroppen (Loland, 2000 og Engelsrud, 2006). I denne sammenhengen støtter Lyngstad et. al (2011) rapport der de mener kroppsøvingfaget bør ha større fokus på at elevene er subjekter i en mangfoldig bevegelseskultur. De mener det bør være et bredere utvalg av bevegelsesidealer, og at det bør skapes frihet for elevenes egne utprøvelser i forhold til mangfoldet i dagens moderne samfunn, spesielt i ungdommens egen kultur. Engelsrud (2015b) sier det fremtidige kroppsøvingfaget bør ha læring om elevenes egen kropp og bevegelseserfaring, og ikke aktivitetene i seg selv.

4.2 Fysisk selvoppfatning

Informantene ble bedt om å forklare ordet kroppsbilde, der alle i hovedtrekk definerer betydningen som ”hvordan man ser på seg selv”. J2 mener alle ser kroppsbildet på forskjellige måter, men at hun selv tenker det er hvordan en ser på seg selv, i hvilken grad en er fornøyd og hvordan en ser ut i forhold til alle andre. Dette sier hun kan gå mye utover hverdagen, spesielt hvis selvoppfatningen er negativ. For henne er det viktig å ha en god fysisk selvoppfatning, og hun tror dette fører til at hun presterer bedre i aktiviteter og andre ting. Dette samsvarer med Duesund (1995) som sier at selvoppfatning uttrykker vår relasjon til oss selv, og derfor påvirker vårt forhold til andre mennesker og kulturen vi lever i. Den fysiske selvoppfattelsen til J2 vil altså ha en påvirkning i forhold til kroppøvingstimen, i og med at hun føler hun presterer bedre både i faget og i andre situasjoner. En kan forstå at kroppøvingfaget har en viktig betydning i forhold til nettopp dette, og Utdanningsdirektoratet (2015) sier faget skal bidra til at elevene får en positiv oppfatning av kroppen, og får muligheten til å drive fysisk aktivitet ut i fra sine forutsetninger. Ut i fra deres formål er kroppøvingfaget en viktig arena for en slik utvikling.

Alle informantene har både et positivt og negativt forhold til egen kropp, men alle var klare på at de prøver å ikke tenke så mye over det negative. Et eksempel på dette er J1 som mener hun er fornøyd med seg selv, men at hun noen ganger skulle ønske hun var litt tynnere. Uansett mener hun det ikke er noen grunn til å være misfornøyd, og at de negative tankene hun har en sjelden gang ikke er noe hun lar gå innpå seg. J2 mener hun kunne hatt mer former, og ser på seg selv som under gjennomsnittet tynn:

”Selvfølgelig tenker jeg på det innimellom, men det er ikke noe som går ut over meg. Og jeg bryr meg ikke om det altfor mye, og jeg tenker at det er mange andre ut i verden som også har lyst til å fikse på ting, så jeg er jo ikke alene om det. Jeg tror alle vil fikse på noe, så derfor gidder jeg ikke tenke så mye på det. ”

Bandura (1997) hevder at jenter må takle vekt og utseende som bryter med kulturelle attraktive kroppsidealer, som kan føre til redusert selvoppfatning. I forhold til disse jentene

kan en se at det de tenker på innimellom er størrelse på kroppen, noe som stemmer overens med Banduras teori.

”Jeg er fornøyd med meg selv og kroppen min. Jeg er fornøyd med alt. Har aldri følt jeg må bli slankere og innenfor kroppsøving vil jeg være som jeg er. Men på fritiden og i håndball vil jeg gjerne bli sterkere og større for å kunne spille bedre håndball”, sier J3. På bakgrunn av uttalelsen til J3 kan en se tilbake på Skaalvik & Skaalvik (2005), som forklarer selvpoppfatningen som en bevisst prosess, der en skal være konkret når det vises til hvilke sider av selvpoppfatningen det snakkes om. J3 tenker altså ikke på hvordan hun ser ut hele tiden, men hun blir opptatt av eget kroppssyn i forhold til håndball.

G4 har et negativt syn på eget kroppsbilde og sier han har et dårlig selvbilde. Han ser ting han selv har lyst til å forbedre. Samtidig sier han at han ikke vil se på dette som klagende, for han mener andre har større problemer enn seg selv. *”Jeg føler jeg har for små muskler, og jeg har lyst på større muskler”*. Bandura (1997) hevder en sen utvikling i puberteten for gutter kan skape et nederlag i forhold til deres selvpoppfatning. G6 sier *”Det er vel litt vanlig at gutter skal ha litt muskler og sånt i den alderen, så var jeg kanskje litt sent utviklet. Det er noen bein som synes her oppe, spesielt ved ribbeina og sånt. Skulle ønske jeg hadde litt mer muskler, men det kommer vel etterhvert når jeg trener.”* I følge rapporten til Lyngstad et. al (2011) kan kroppsøvingfaget skape følelser av sårbarhet, og slik G6 opplever kroppen sin knytter han negative erfaringer til kropp på grunn av hans kroppslige forutsetninger. Rapporten forklarer at kroppsøvingfaget kan være en arena som forsterker kroppen som et objekt, og påvirke elevenes sosiale status. Dette blir altså en objektivisering av kroppen, som støtter Engelsruds (2006) mening om kroppen som et oppussingsobjekt, der vi hele tiden skaper en oppskrift om hvordan kroppen vår bør se ut. Hun mener kroppen er, og alltid har vært, et fenomen for samfunnskapt konstruksjon.

Kvinner er mer misfornøyd med vekt og utseende enn menn, og gjennom sosiokulturelle normer blir femininitet forbundet med fremtreden, og maskulinitet med handling og funksjon. Kroppen er et av våre viktigste angrepspunkt, og blir et sosialt symbol og middel i konstruksjonen av vår identitet (Loland, 2000). På bakgrunn av dette vil det være ”naturlig” at informantene har slike tanker om kroppen, men det er også viktig at objektiviseringen ikke fører til ekstrem opptatthet av eget utseende.

Informantene fikk spørsmål om de tenker på hvordan de ser ut før og under kroppsøvingstimen. Her var det delte meninger, men de fleste sier de ikke tenker over hvordan de ser ut. Alle svarte at det var klærne som hadde mest og si. Jeg hadde sett for meg at alle jentene var svært opptatt av eget utseende, men funnet tilsa at en av guttene hadde mest fokus på dette. G5 sier at alle guttene i klassen ser seg i speilet før kroppsøvingstimen; *”Det er naturlig å stoppe for å se seg i speilet.”* Han forteller at han alltid pleier å tenke over hvordan han ser ut under kroppsøvingstimen, både i forhold til kropp og klær. Ofte tenker han over bevegelser han gjør, for han mener det er greit å se normal ut. Hvis han skal henge opp ned i en ribbevegg, tenker han på om de andre ser magen hans. Harter (2012) og Bandura (1997) hevder ungdomstiden er en overgangsfase i livet, som medfører en rekke nye utfordringer. Under puberteten vil selvoppfatning være en viktig faktor for hvordan de får det gjennom puberteten. Duesunds (1995) tolking av Harter (1990) forteller at opplevelsen om kropp og utseende er den viktigste faktoren for ungdommers selvoppfatning, noe som understøtter G5 opptatthet av eget utseende.

4.3 Sosial selvoppfatning

Kroppsøvingfaget er i følge Utdanningsdirektoratet (2015) en viktig arena for det sosiale aspektet der elevene utvikler respekt for hverandre, og har derfor stor betydning i sosial sammenheng. Alle informantene mener det har litt å si hva de andre i klassen tenker om dem, men de fleste mener de ikke bryr seg så mye om det. Fire av fem svarer at de for eksempel hadde kledd seg annerledes eller ordnet håret på en spesiell måte, hvis de hadde fått kommentarer på det. G6 sier; *”Hvis andre hadde kommentert noe hadde jeg nok reagert på det. Da tror jeg at jeg ville prøvd å fått endret på det som er feil, hvis det hadde gått an. Det er jo greit at folk ser på deg på en positiv måte uten feil”.* Ytre kilde forklares gjennom Skaalvik & Skaalvik (2005) som erfaringer som gjøres i sosial sammenheng. Indre kilde for selvoppfatning blir ikke uttrykket i intervjuene, da det er i sosial sammenheng informantene gjør erfaringer i kroppsøvingstimen. Erfaringene informantene gjør seg vurderes i sosial sammenheng, for at de skal føle om det har lyktes eller mislykkes. Den eventuelle akseptasjonen informantene gjør seg av sine jevnaldrende, er i følge Duesund (1995; tolket fra Harter, 1990) en av de viktigste faktorene for ungdommers selvoppfatning. En av jentene, J3, er spesielt redd for hva medelevene tenker om henne. Hun sier hun er fornøyd med alt, både kroppen og hvordan hun ser ut. Selv om hun er fornøyd så vet hun ikke om de rundt henne er

det og mener det samme, noe som fører til at hun går rundt og er redd for at andre skal gi henne kommentarer. Hun sier:

”Jeg tenker at hestehalen er fin, at t-skjorta sitter bra, at shortsene sitter fint, at det ikke er noe feil sånn at jeg ikke skal få noen kommentarer eller noen skal le og sånt. Jeg er redd for å få det. For eksempel fra frekke gutter og sånt som synes det er veldig gøy hvis de finner noe feil så sier de det alltid for å liksom være litt sånn kule. Jeg skjønner ikke hvorfor.”

J3 sier også at hun heller velger å ha på seg noe annet hvis andre synes det er finere. Hun vet ikke helt hvorfor det er sånn, men hun føler de andres mening er viktigere enn sin egen, i og med at det er de andre som ser henne. Et spørsmål som ble stilt var om informantene føler at medelevene tenker over bevegelser de gjør i kroppsøvingstimen. J3 forklarer hun at hun tidligere gikk på dans, men sluttet fordi hun ville spille håndball. I kroppsøvingstimene turte hun ikke å danse skikkelig, fordi hun var redd for at folk skulle synes at det så dumt ut, at hun ikke klarte det eller at hun prøvde hardt for å gjøre det bra. I forhold til Meads (1974) syn på interaksjonismen og Cooleys (1964) speilingsteori vil J3's uttalelse sammenfalle. Gjennom andres reaksjon på hennes atferd, vil hun reflektere over andre oppfatning, og på denne måten kunne forutsi medelevenes reaksjon. Hennes selvoppfatning vil i denne sammenhengen påvirkes av selvvurderingen hun får gjennom medelevenes normer og kriterier for hvordan hun bør se ut og kle seg (Skaalvik & Skaalvik, 2005). I forhold til dansingen oppfatter hun seg selv som flink (reell selvoppfatning), men føler at andre vurderer henne og ikke synes hun er flink (persepsjon av andres vurdering) (ibid).

Informantene mener det har blitt et stort fokus på hvordan man bør se ut og kle seg. De føler et press på hvordan de bør kle seg, noe som både merkes av jentene og guttene. Jentene er opptatt av ettersittende klær med riktig merker og farger, mens guttene er opptatt av riktige merker og hår. G5 mener treningsklærne er det viktigste, og han sier andre har høye krav til dette. Det var viktig for han og få frem at han selv ikke bryr seg så mye om dette, noe som blir litt motstridende i forhold til det han sier ellers. Det er mulig disse tankene ligger underbevisst, i og med at det har blitt såpass vanlig å fokusere på utseende i dagens samfunn.

Klær og stil er i følge Rosenberg (1979) former for egoutvidelser. Disse egoutvidelsene oppleves av informantene som en del av dem selv, og er derfor viktig for deres selvoppfatning (Skaalvik & Skaalvik, 2005). Klær er stil, og vil bli en stor del av deres identitet. Derfor vil det kanskje være naturlig at dette er en viktig del av deres liv. Sett i betraktning av kroppsøvingstimen der de skal ha fysisk aktivitet og bli svette, vil det kanskje være et unaturlig stort fokus på nettopp dette med klær. Det er ikke noe som påvirker alle, men de fleste av informantene, og underbygger også den globale globale kroppsindustrien som omgir dagens barn og unge, der kroppen sees på som et ”oppussingsobjekt” som står til disposisjon for å formes og endres på (Engelsrud, 2006).

På slutten av intervjuet fikk informantene spørsmål om det var noe mer de hadde lyst til å legge til eller fortelle om. Her er det viktig å få frem at alle informantene som ville si noe avslutningsvis, nevnte ordet kroppspress. G5 forteller:

”I forhold til kropp og sånt er det for mye kroppspress i dag, det er ikke noe tvil om det. Når det kommer tynne mennesker på skolen og sier de er tjukke, da er det noe feil i 2016. Jeg har noen venninner som har veldig bra kropp, men som aldri blir fornøyd”.

G5 gir som vist et uttrykk for at han mener det er for stort fokus på kropp i dag, og at han kan se dette på andre rundt seg. Til å være såpass ”ung” kom J2 med et svært reflekterende, overraskende og interessant betraktning av sosial selvoppfatning:

”Jeg føler at kroppspress og kroppsilde går litt om i hverandre. Jeg føler for eksempel at kroppspress er noe man gjør det til selv. Hvis du er en jente som går å tenker på det hele tiden, som alltid ser på andre jenter, fotomodeller og sånt og henger deg opp i hvordan andre ser ut så blir du en person som står mye foran speilet, leter etter feil og tenker på ting du vil ta bort. Men hvis man er en jente som ikke tenker så mye på det og heller tenker; Jaja, jeg er meg selv og jeg får ikke gjort så mye med det. Da tror jeg du blir en jente som ikke henger seg så mye opp i det, og derfor ikke får dårlig selvoppfatning. Da tør man å stå for sine egne meninger. Jo mindre man henger

seg opp i hvordan andre ser ut, vil man kunne stole på seg selv og hvordan man selv ser ut.”

En kan forstå at meningene til de signifikante andre har mye å si for informantene, men at de fleste kanskje er underbevisste på denne påvirkningskraften. Da jeg stilte oppfølgings spørsmål fikk de også tenkt seg om, noe som resulterte i at de tenker mer over det enn hva de faktisk tror. For G5 og J3 virker det som de er spesielt opptatt av andres meninger, noe som kan samsvare med at de gjør seg en sosial sammenlikning, der den symbolske interaksjonismen ligger i bakgrunn (Skaalvik & Skaalvik, 2005). Deres referansegruppe er klassen, som fungerer som en normgruppe og sammenlikningsgruppe. Det er lett for dem og foreta sosial sammenlikning på bakgrunn av denne gruppen i og med at de er i samme alder og deltar i de samme aktivitetene. I kroppsøvingstimen er det som regel gruppesammenlikninger informantene foretar seg. Tidligere forskning gjort av Jevnheim (2015) viser likheter med denne forskningen, der blant annet de signifikante andre spiller en vesentlig rolle. Noen uttrykker at de er redde for å skille seg ut og bli sett, og derfor forholder seg passive. Dette kan sammenliknes med denne forskningen, da noen av informantene forteller at deres redsel for andres kommentarer kan føre til mer passiv aktivitet.

Den tidligere forskningen som er gjort av Labbrozzi et. al (2013) viser at de eldre jentene i undersøkelsen har dårligere fysisk selvoppfatning og dermed lavere score på indre motivasjon og glede av fysisk aktivitet. De mener at overgangen mellom barndom og voksen alder assosieres med en rekke endringer i utviklingen, som påvirker jentenes fysiske selvoppfatning. Min undersøkelse viser ikke noen spesiell likhet, men det vises at både jentene og guttene tenker på deres fysiske og sosiale selvoppfatning, spesielt i forhold til interaksjonen med andre.

4.4 Påvirkningen av deltakelsen i kroppsøvingstimen

Under spørsmålet om informantene føler det er viktig å føle seg vel med egen selvoppfatning for å delta i kroppsøvingstimen, er det lite konkrete svar. Alle de seks informantene sier de alltid deltar og er aktive i absolutt alle kroppsøvingstimer. I og med at alle liker fysisk aktivitet og kroppsøving, er også dette en av de største faktorene å ta i betraktning for deres deltakelse. Den fysiske og sosiale selvoppfatningen påvirker altså ikke deltakelsen i noen

grad. Istedenfor å fokusere på selvoppfatningen finner de heller egenverdi og nytteverdi i det å være aktiv, ser derfor på kroppsøvingen som en arena for å uttrykke dette. Det er stor sannsynlighet for at bevegelsesgløden for ungdommene overskygger eventuelle negative tanker om egen selvoppfatning. Utdanningsdirektoratets (2015) formål om kroppsøving etter 10. trinn forteller at barn og unge skal utvikle selvfølelse, positiv oppfatning av kroppen, selvforståelse og identitetsfølelse. Det skal også ruste elevene til vurdering av kroppsideal, og bevegelseskulturer som kan påvirke blant annet selvfølelsen. Kroppsøvingfaget har derfor en stor betydning for elevenes fysiske og sosiale selvoppfatning. En god selvoppfatning kan føre til økt bevegelsesglede, og dermed et positivt forhold til deltakelse og aktivitet.

J1 og J2 sier de ikke deltar i selve timen hvis de har blitt skadet på trening. Istedenfor å være med i timen finner de på egne øvelser de utfører på sidelinjen eller i et eget treningsrom, der de selv tilrettelegger treningen ut i fra deres skade. G4 sier blant annet at han alltid pleier å delta i gym, og har med seg gymtøy. Han føler han er aktiv og gjør så godt han kan. Samtidig sier han det ikke er viktig å føle seg vel med selvoppfatningen for å delta i kroppsøvingstimen, for så lenge han er fornøyd med seg selv, bryr han seg heller ikke. *”Det er mitt liv”*, mener han. G4s betraktning på egen selvoppfatning fører allikevel ikke til at han unngår deltakelse og aktivitet i timene. Han tenker kroppsøvingstimen er et fag hvor dette vil ha minst betydning, noe han også sier i intervjuet der han mener selvoppfatningen heller kommer til uttrykk i andre situasjoner utenfor kroppsøvingssarenaen.

”Det er viktig for meg å føle meg vel med eget kroppsilde for å delta i timen. Jeg vet egentlig ikke hvorfor, det er bare det at for meg er det viktig at kroppsildet er bra. Jeg liker å være fornøyd med meg selv når jeg gjør ting i timen.” (G6)

For G6 er det altså viktig å føle seg vel for å delta i timen. Selv om han alltid pleier å delta, mener han det hadde vært vanskelig hvis han ikke hadde hatt en grei selvoppfatning. Ut i fra intervjuet kan en forstå det slik at hans fysiske aktive livsstil fører til en positiv opplevelse, også ved deltakelse i kroppsøvingstimen. Tidligere har G6 nevnt at han synes han har for lite muskler, og rett og slett føler seg litt ”spinkel”. Forutsetningene for god fysisk selvoppfatning for gutter er i følge Bandura (1997) mindre kompleks, enn for jenter. I og med at det kun er

musklene som blir en faktor for at han skal føle seg vel med eget kroppsbylde, virker det som dette ikke har alt for mye å si allikevel, særlig ikke på deltakelsen i timen. Han er bevisst på at han er sent utviklet, men også på at musklene vil komme med alderen og med trening. På grunn av denne bevisstheten, vil han mest sannsynlig ikke utvikle en dårlig selvoppfatning. Han står kanskje derfor ikke i fare for å utvikle dårlig selvoppfatning, selv om han mener det er viktig å føle seg vel.

G5 hevder at elevene som er gode, har fine klær og godt utstyr som er de mest aktive i timen. Han sier de som er litt annerledes og ikke tar gym høytidelig, ikke er like aktive. Kroppsøvningsfagets formål er blant annet å utvikle elevenes positive selvbylde, og gi dem et positivt syn på egen kropp (Utdanningsdirektoratet, 2015). Faget skal ruste elevene til å ta stilling til kroppsbylde, og danne seg en forståelse om den verden kroppen deres deltar i og skaper selv. Engelsrud (2015b) mener vi er på vårt sterkeste når kroppen får falle i bakgrunnen for oppmerksomheten, og at vi derfor må øve på å glemme kroppen. På denne måten er skolen en viktig arena for å inkludere eleven som kroppsbylde i kroppsøvningsfaget, for å blant annet kunne ivareta egen selvoppfatning (Engelsrud, 2015a).

Avsluttende betraktninger

Det er lite forskning gjort på nettopp denne problemstillingen, og det har dukket opp mange aktuelle og interessante spørsmål en kan ta tak i, som kan danne et grunnlag for videre forskning. I og med at ungdommers fysiske og sosiale selvoppfatning er det viktigste under puberteten, vil dette være en stor faktor for hvilken grad det kan påvirke deltakelsen i kroppsøvningsstimen. Elevene hadde ikke noe konkret å fortelle under spørsmålet om deltakelse. Ut i fra analysene viser det seg at alle er aktive i kroppsøvningsfaget og har et positivt forhold til dette. Forklaringen kan være at det er en homogen gruppe, i og med at alle liker fysisk aktivitet og derfor innehar mye av de samme verdiene og holdningene til kroppsøving. Generelt gjennom hele intervjuet til de aller fleste, får en et inntrykk av at deres selvoppfatning ikke har en innvirkning på kroppsøvningsstimene i spesielt stor grad. Under intervjuet har de svart på en rekke spørsmål som kan kobles opp mot dette, noe som fører til at de ikke har noen konkrete svar på det direkte spørsmålet om deltakelse. Elevene sier de kan

tenke over deres fysiske og sosiale selvoppfatning, men at dette i liten grad påvirker hva de yter i kroppsøvingstimen. Det er ikke gitt at de tenker over det hele tiden, men når de blir spurt, fører det til refleksjoner rundt temaet. Den generelle betraktningen på deres fysiske og sosiale selvoppfatning er god, og noen tenker mer over det enn andre. På samme måte er det at noen elever bryr seg mer om andres meninger, og er redd for å få kommentarer. Det er viktig å tenke på at hver av elevene er forskjellige individer, og har forskjellig oppfatning av deres livsverden. Det vil derfor være naturlig at betraktningene om selvoppfatning og deltakelse er forskjellig.

En interessant oppdagelse i forhold til selvoppfatning er at elevene i begynnelsen av intervjuet for det meste er veldig komfortable og fornøyde med seg selv. Da de ble spurt om medelevenes påvirkning, reflekterte de også mer over sin egen mening, noe som førte til at de fant flere ”feil” med seg selv. Begrepene fysisk og sosial selvoppfatning er abstrakt og komplekst, noe som vises i analysene av datamaterialet. Det virker som det er vanskelig for dem å svare konkret på noen spørsmål. Forklaringen kan være at elevene generelt ikke har reflektert over disse begrepene i særlig stor grad. I tillegg er de i puberteten og derfor gjennom en stor utvikling. Det er mulig å tenke seg til at de ennå ikke er sikre på sin egen identitet, og ennå ikke har funnet ut hvem de er. De signifikante andre har en stor betydning for elevenes meninger, men dette påvirker ikke elevenes deltakelse. Det er ingen som har fått negative kommentarer, men en av dem er spesielt redd for å få det. Hvis noen hadde fått kommentarer fra signifikante andre, ville resultatene kanskje fått et annet utfall i min forskning.

Konklusjon

Resultatet i undersøkelsen viser at alle elevene har generelt god selvoppfatning, selv om to av tre gutter mener de har for lite muskler, og jentene er mer opptatt av vekt og utseende. Analysene tyder på at de signifikante andres meninger påvirker elevenes sosiale selvoppfatning, i forskjellig grad. Gjennom intervjuene viser det seg at egoutvidelser i form av riktige klær betyr mye både for egen selvoppfatning, og spesielt i forhold til sosial sammenlikning. På bakgrunn av deres betraktninger på fysisk og sosial selvoppfatning, sier

funnene i undersøkelsen at dette ikke påvirker deltakelsen i kroppsøvingstimen i særlig stor grad.

Studiet tyder på at kroppsøvingslæreren bør ha bred kunnskap og forståelse om ungdommers egen betraktning av selvoppfatning, og i hvilken grad dette kan påvirke kroppsøvingstimen. Undersøkelsen viser viktigheten med at elevenes fysiske og sosiale selvoppfatning bør komme til uttrykk, både som subjekt, objekt. I dagens samfunn er en nødt til å ta tak i den voksende globale kroppsindustrien, og her er kroppsøvingsfaget et svært viktig ledd. Lyngstad et. al (2011) mener kroppsøvingsfaget har behov for ny legitimitet, noe også denne forskningen gir uttrykk for. Kroppsøvingsfaget må være en arena der læreren og elevene skaper et miljø hvor elevene får utviklet seg best mulig i forhold til egen kropp og forutsetninger, og der medelevene lærer å sette pris på og akseptere at alle er forskjellige. Det er også viktig at læreren innehar mye kunnskap om, og tar hensyn til elevenes utvikling både i faget og personlig, på bakgrunn av at elevene er i puberteten.

Kritiske vurderinger

I denne oppgaven har jeg valgt en kvalitativ tilnærming for å kunne svare på min problemstilling. Jeg har valgt å intervju seks ungdommer på 15-16 år, og gjorde en begrensning slik at oppgaven ikke skulle bli for stor. I og med at jeg gjorde utvalget gjennom bekjentskap, var jeg også nødt til å intervju de personene som var interessert. Dette førte til at gruppen ble svært homogen, i og med at alle var aktive i kroppsøvingstimen og på fritiden. De satt derfor med mye av de samme tankene og verdiene i forhold til kroppsøving og selvoppfatning. Hvis jeg hadde hatt en heterogen gruppe, vill kanskje utfallet på resultatene mine vært annerledes, i og med at forskeren kunne sammenliknet aktive og inaktive elever.

Fysisk og sosial selvoppfatning er et komplekst og abstrakt tema, noe som kan ha gjort begrepene vanskelig å forholde seg til. Oppsettet av intervjuguiden kunne vært annerledes, med fler spørsmål, mer direkte spørsmål eller åpne spørsmål. Jeg valgte å ha intervjuguiden semi-strukturert og spørsmålene oppført slik de er, fordi jeg mente dette var best for

informantene og for meg selv. Endringer av intervjuguiden kunne muligens ført til et annet utfall på datainnsamlingen.

Problemstillingen var svært kompleks, noe som førte til at jeg måtte ha med mye teori. Derfor har jeg avgrenset oppgaven min, og selektert den teorien jeg mener er viktigst. En kritisk betraktning kan være at mine avgrensningen førte til at det var relevant teori som ble utestående. Det er ikke sikkert dette hadde noe å si for utfallet, men kan tas i betraktning.

Litteraturliste

- Aamli, K. (2015). *Kroppsmodifisering i kroppsøving: Noen jenter ønsker å bruke kroppsøvingstimene til å bygge pen kropp*. HiOA, 30.09.2015. Hentet 13.05.16 fra <http://www.hioa.no/Aktuelle-saker/Kroppsmodifisering-i-kroppsoeving>
- Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: The exercise of control*. New York: Freeman.
- Bø, O. (1995). *FOU Metodikk*. Otta: Forfatteren og TANA A.S.
- Charon, J. M. (2010). *Symbolic Interactionism: An Introduction, An Interpretation, An Intergration*. 10th edition. Boston: Pearson.
- Dalland, O. (2012). *Metode og oppgaveskriving*. 5. utgave. Oslo: Gyldendal Norsk Forlag.
- Dualisme. (2015, 30. juli). I Store norske leksikon. Hentet 10.05.2016 fra <https://snl.no/dualisme>.
- Duesund, L. (1995). *Kropp, kunnskap og selvoppfatning*. Oslo: Universitetsforlaget.
- Engelsrud, H. G. (2006). *Hva er kropp*. Oslo: Universitetsforlaget.
- Engelsrud, H. G. (2015a). *Vi må glemme kroppen*. Norges idrettshøgskole, 11.08.15. Hentet 13.05.16 fra <http://www.nih.no/om-nih/aktuelt/nih-bloggen/engelsrud-gunn/vi-ma-glemme-kroppen/>
- Engelsrud, H. G. (2015b). *Kroppsøvingfaget som skolefag – 30 år frem i tid*. Norges idrettshøgskole, 29.01.15. Hentet 13.05.16 fra <http://www.nih.no/om-nih/aktuelt/nih-bloggen/engelsrud-gunn/kroppsovingsfaget-som-skolefag---30-ar-frem-i-tid/>
- Ertesvåg, F., Aspaas, E. H., & Bugge, S. (2015). *Jenter i tiene klasse sliter mest med selvbildet*. VG, 31. september. Hentet 16.02.16 fra

<http://www.vg.no/nyheter/innenriks/oppvekst/jenter-i-tiende-klasse-sliter-mest-med-selvbildet/a/23509361/>

Ghooshchy, S. G., Kameli, S. & Jahromi, M.K. (2011). Department of Physical Education: *The effect of sport activity and gender differences on self-perception in adolescents*. University of Iran. 1532-1534.

Gjellan, M., Midbøe, O. M., Aardal, E. & Vignæs, M. K. (2015a). *Én av ti unge vil endre på utseendet*. NRK, 10. juni. Hentet 29.04.16 fra <http://www.nrk.no/norge/en-av-ti-unge-vil-endre-pa-utseendet-1.12399764>

Gjellan, M., Midbøe, O. M., Aardal, E. & Vignæs, M. K. (2015b). *Ungdommer er lei: - Utseendepresset er umulig*. NRK, 10. Juni. Hentet 29. 04. 16 fra http://www.nrk.no/norge/ungdommer-er-lei_-_utseendepresset-er-umulig-1.12399890

Harter, S. (2012). *The construction of the self: Developmental and Sociocultural Foundations*. New York: The Guilford Press.

Ilstad, S. (2004). *Sosialpsykologi*. 5. utg. Trondheim: Tapir akademisk forlag.

Labbrozzi, A., Robazza, C., Bertollo, M., Bucci, I., & Bortoli, L. (2013). *Journal of adolescence: Pubertal development, physical self-perception, and motivation toward physical activity in girls*. 36, 759-765

Loland, S. (2000). *Kroppssyn, idrett og mosjon*. Tidsskrift for Den norske legeforening, 24, 10. Oktober 2000; 120, 2919-21

Lyngstad, I., Flagestad, L., Leirhaug, P. E., & Nelvik, I. (2011). *Kroppsoving i skolen. Rapport fra arbeidsgruppe i kroppsoving*. Hentet 27. 04. 2016 fra http://www.udir.no/Upload/larerplaner/forsok/Kroppsoving_i_skolen_rapport_060611.pdf

Nilsen, V. (2012). *Analyse i kvalitative studier: den skrivende forskeren*. Oslo: Universitetsforlaget.

Postholm, M.B. (2010). *Kvalitativ metode: en innføring med fokus på fenomenologi, etnografi og kasusstudier*. Oslo: Universitetsforlaget.

Postholm, M.B & Jacobsen, D.I. (2011). *Læreren med forskerblick*. Kristiansand: Høyskoleforlaget.

Sigmundsson, H. & Ingebrigtsen, J. E. (2006). *Idrettspedagogikk*. Oslo: Universitetsforlaget.

Skaalvik, E. M. & Skaalvik, S. (2005). *Skolen som læringsarena: Selvoppfatning, motivasjon og læring*. Oslo: Universitetsforlaget.

Utdanningsdirektoratet (2015). *Læreplan i kroppsøving: Føremål*. Hentet 27. 04. 2016 fra <http://www.udir.no/kl06/KRO1-04/Hele/Formaal>

Vedlegg

1. Intervjuguide

- Presentasjon av meg selv.
- Forklare formålet med intervjuet.
- Personvern og frivillighet.
- Informer om bruk av lydopptak.
- Er det noe du lurer på?

Målet med intervjuet vil være å innhente kunnskap og få en bedre forståelse av på hvilken måte fysisk og sosial selvoppfatning påvirker deltakelsen i kroppsøvingstimene.

Spørsmål

(Avklare underveis, har jeg forstått deg riktig?)

- Noe du vil fortelle om deg selv om ditt forhold til kroppsøvingfaget før vi begynner intervjuet?

Kroppsøvingfaget

1. Hvilken erfaring har du med kroppsøving?
 - Føler du at kroppsøvingfaget er annerledes enn andre fag? Hvorfor?
 - Hvorfor er kroppsøving positivt/negativt? Har du alltid likt/mislikt faget?
 - Har du forandret deg/utviklet deg i kroppsøvingfaget?
2. Hvordan opplever du deg selv som elev i kroppsøvingfaget?
3. Kan du si litt om din deltakelse i kroppsøvingundervisningen?
 - Møter du opp til timene? Hvorfor/hvorfor ikke?
 - Deltar du og er aktiv i timene?
4. Hva motiverer deg for å delta i kroppsøvingstimene?
5. Hva føler du at du mestrer best i faget?
 - Er det flere ting du får mestringsfølelse av?

Fysisk selvoppfatning

6. Hvordan vil du forklare ordet kroppsilde?
7. Hvordan opplever du din egen kropp, form og figur?
 - Har du noen gang følt at du må forandre deg? (bli større og sterkere/slankere)
8. Tenker du mye på hvordan du ser ut når du har kroppsøving?
 - Hva er det du bryr deg mest/minst om?
 - Hvorfor gjør du det?

9. Tenker du på hvordan du ser ut etter du har skiftet og skal ha kroppsøving? Hvor mye tenker du på dette?

- Hvis ja, hvorfor tenker du på dette?

Sosial selvoppfatning/ andres vurdering

10. Hva har meningene til klassekameratene dine å si for ditt eget kroppsilde?

- Er du redd for å få negative kommentarer fra andre i timen?

- Hva gjør deg redd, og hvorfor?

11. Føler du at de andre elevene i klassen din påvirker hvordan du oppfatter deg selv i kroppsøvingen?

- På hvilken måte føler du/føler du ikke dette?

- Hvem påvirker deg?

12. Føler du andre elever tenker over bevegelser du gjør i kroppsøvingstimen?

- På hvilken måte?

- Tenker du ofte på dette?

Påvirkning av deltakelsen i kroppsøvingstimen

13. I hvilken grad er det viktig for deg å føle deg vel din fysiske selvoppfatning (kroppsilde) for å delta/være aktiv?

- Hvorfor/hvorfor ikke tror du det er slik?

14. I hvilken grad er har de andres meninger noe å si, for at du skal delta/være aktiv?

- Hvorfor/hvorfor ikke tror du det er slik?

Avslutning

- Er det noe mer du har lyst til å legge til/fortelle om?

- Hvordan var dette intervjuet for deg?

- Avklare underveis. Har jeg forstått deg riktig?

- Er det noe du har lyst til å tilføye?

- Takk for at du stilte opp og tok deg tid til å snakke med meg.

2. Forespørsel om deltakelse i forskningsprosjekt

"Hvordan beskriver elever sin fysiske og sosiale selvoppfatning, og i hvilken grad påvirker dette deltakelsen i kroppsøving?"

Bakgrunn og formål

Viser til din deltakelse i bacheloroppgaven ved Nord Universitet, Campus Levanger, som ønsker å se på hvilken måte fysisk og sosial selvoppfatning påvirker unges deltakelse i kroppsøvingstimen. Med bakgrunn i dette vil du bli intervjuet om vedrørende faktorer som berører dette temaet. Utvalget av intervjupersoner er valgt gjennom bekjentskap. Målet med undersøkelsen er at jeg ønsker å få en beskrivelse av unges oppfatninger og tanker rundt egen selvoppfatning. Gjennom forklaringer og meninger som uttrykkes i intervjuene, vil jeg kunne gå i dybden og få en sammenheng mellom unges selvoppfatning og deltakelse i kroppsøvingstimen. Datainnsamlingen vil hjelpe meg å belyse og forstå dette temaet.

Hva skjer med informasjonen om deg?

Alle personopplysninger vil bli behandlet konfidensielt og vil bli anonymisert før videre databearbeiding og analyser. Forskingen på datamaterialet vil bli slutført senest 26. mai 2016. Dataene innsamlet fra deg har stor betydning for å få gjennomført bacheloroppgaven og få bedre kunnskap om dette temaet. Alt av datainnsamling (notater og lydopptak) vil bli makulert og slettet når datamaterialet er slutført. Dine foresatte har rett til å se intervjuguide om dette er ønskelig.

I og med at datainnsamlingen ikke vil inneholde sensitive personopplysninger, er ikke denne studien meldt inn til Personvernombudet.

Frivillig deltakelse

Du kan når som helst trekke tidligere samtykke uten å oppgi noen grunn. Hvis dette er ønskelig, vil alle opplysninger om deg bli anonymisert.

Dersom du har spørsmål vedrørende studiet, vennligst ta kontakt med Ida Grimstad, student ved Nord Universitet:

Telefon: 45395507

E-post: idamarg@hotmail.com

Samtykke til deltakelse i studien

Jeg har mottatt informasjon om studien, og ønsker at data/opplysninger fra meg skal benyttes i studien.

(Signert av prosjektdeltaker, dato)

(Signert av foresatte, dato)

Opplasting av samtykkeskjema

Opplasting samtykkeskjema

Last opp pdf.-filen her. Maks én fil.

BESVARELSE

Filopplasting

Filnavn	5226410_cand-5740759_5224941
Filtype	pdf
Filstørrelse	131.821 KB
Opplastingstid	26.05.2016 10:29:20



Neste side
Besvarelse
vedlagt



SAMTYKKE TIL BRUK AV PROSJEKT, KANDIDAT-, BACHELOR- OG MASTEROPPGAVER

Forfatter(e): Ida-Margrete Bruun Grimstad

Norsk tittel: Hvordan beskriver elever sin fysiske og sosiale selvoppfatning, og i hvilken grad påvirker dette deltakelsen i kroppøving?

Engelsk tittel: How do pupils describe their physical and social self-perception, and to what extent does this affect participation in physical education?

Studieprogram: Kroppøving og idrettsfag, faglærerutdanning

Emnekode og navn: KIF350

Vi/jeg samtykker i at oppgaven kan publiseres på internett i fulltekst i Brage, Nords' åpne arkiv

Vår/min oppgave inneholder taushetsbelagte opplysninger og må derfor ikke gjøres tilgjengelig for andre

Kan frigis fra: 26.05.16

Dato:

Ida-M. B. Grimstad
underskrift

underskrift

underskrift

underskrift

