

MASTEROPPGAVE

Emnekode: MKI210 1

Navn på kandidat: Julie Devik Leithe

«Jeg har hatt elever som vil trene seg til «Kardashian-ass»»

– læreres tanker og arbeid med kroppspress hos elever i ungdomsskolen

Dato: 28.05.2019

Totalt antall sider: 36

Forord

Masteroppgaven er skrevet som en avsluttende oppgave i studiet kroppsøvings- og idrettsvitenskap ved Nord Universitet. Det har vært to fine og lærerike år i ny klasse og med nye og gode forelesere. Jeg ser fram til å ta med meg den nye kunnskapen jeg har fått, videre inn i yrket som kroppsøvingslærer.

Jeg ønsker å takke informantene som sa seg villig til å delta i studien min. Alle har vært imøtekommende og veldig hyggelige, noe som jeg setter stor pris på. Jeg vil takke veilederen min, Idar Kristian Lyngstad, for gode råd og tilbakemeldinger på oppgaven. Jeg vil også takke mine nærmeste venner, søsken, mamma og pappa for god støtte og motivasjon under denne prosessen.

Sammendrag

Denne oppgaven omhandler kroppsøvingslæreres forhold til temaet kroppsoppfatninger og kroppspress i skolen og deres undervisning i dette temaet. Denne studien ser på om kroppsøvingslærere er bevisst på kroppspress blant elevene sine, hvordan de tolker kompetansemålet og gjennomfører undervisning der de tar utgangspunkt i kompetansemålet «forklare korleis ulike kroppsideal og ulike rørslekultur påverkar trening, ernæring, livsstil og helse» og hvordan de forebygger kroppspress blant elevene sine. Jeg intervjuet 5 kroppsøvingslærere, ved 4 forskjellige skoler, som underviser i kroppsøving på ungdomsskolen.

Resultatene viste at kroppsøvingslærerne som deltok i studien er bevisst på kroppspresset blant elevene deres. De viser til ulike tilfeller hvor det kommer tydelig fram blant elevene, blant annet der gutter sammenligner «body mass index» (BMI) med hverandre og jentene vil trene seg til en «Kardashian-ass». De forebygger presset med en god dialog mellom lærer og elev. To av lærerne forebygger kroppspresset ved å være med i garderoben for å vise at man skal dusje uansett hvordan kroppen ser ut. De tolker kompetansemålet bokstavelig, altså at de tolker det akkurat slik det står. Men en av lærerne beskriver kroppsideal som noe som kan tolkes på idrettens premisser. Et eksempel som kommer fram her er hvordan basketballspillere og volleyballspillere skal ha god spenst og være høye. De beskriver få didaktiske utfordringer, men nevner heller bekymringer av å ta opp temaet da dette kan sette tanker i hodet på elever. Når de gjennomfører undervisning der de tar utgangspunkt i kompetansemålet, bruker flere av lærerne andre fags undervisningstimer eller gjennomfører tverrfaglige prosjekter.

Abstract

“Former students of mine wanted a “Kardashian-ass”” – *teachers` thoughts and work on body pressure among students in high school.*

This study is about physical education teacher’s relationship to body perception and body pressure in school, and their teaching in this subject. This study looks at how P.E. teachers are aware of body pressure among their students, how they interpret one of the goals in the curriculum and how they implement their teaching in class where they base their teaching on one of the goals in the curriculum. This study looks also at how the teachers prevent body pressure among their students. I interviewed 5 P.E. teachers on 4 different schools who teaches in P.E. on high school.

The results showed that the teachers who participated in this study are aware of the body pressure among their students. They refer to different cases where it is clearly pressure among the students. Example where boys compare their body mass index with each other, or where girls ask how they can exercise to get an “Kardashian-ass”. They prevent the pressure with dialog between teacher and student. Two of the teachers prevent the body pressure by being in the wardrobe with the students, to show that we shower together no matter how the bodies look. They interpret the goal in the curriculum literally, but one of the teachers describes body ideals as something that can be interpreted of the premises of the sport. An example that emerges here is how basketball players and volleyball players should have good agility and should be tall. They describe few didactic challenges, but rather mention concerns about addressing the topic as this can put ideas in minds of the students. When implementing the goal in the curriculum, several of the teachers use other subjects’ teaching hours or make it a project with other subjects.

Innholdsfortegnelse

Forord	II
Sammendrag	III
Abstract	IV
Innledning	1
Problemstilling	2
Læreplanen i kroppsøving	3
Tidligere forskning	3
Kroppsforståelser, kroppsidealiser i samfunnet og kroppspress	5
Metode	7
<i>Rekruttering av informanter</i>	7
<i>Intervjuguide</i>	8
<i>Datainnsamling</i>	9
<i>Bearbeiding og analyse av data</i>	10
Resultater	10
<i>Lærernes tanker om kroppspress blant elevene</i>	10
<i>Forebyggende arbeid</i>	11
<i>Lærernes tolkning av kompetansemål</i>	12
<i>Didaktiske utfordringer</i>	13
<i>Gjennomføring av undervisning med utgangspunkt i kompetansemål rettet mot kroppspress blant elevene...</i>	14
Drøfting	15
Konklusjon	18
Litteraturliste	20
Vedlegg	23
<i>Vedlegg 1</i>	23
<i>Intervjuguide</i>	23
<i>Vedlegg 2</i>	25
<i>Informasjonsskriv</i>	25
<i>Vedlegg 3</i>	27
<i>Samtykkeerklæring</i>	27
<i>Vedlegg 4</i>	28
<i>Norsk senter for forskningsdata</i>	28

Innledning

Denne oppgaven omhandler kroppsøvingslæreres forhold til temaet kroppsoppfatninger og kroppspress i skolen og deres undervisning i dette temaet. I en studie av Hasle (2016) kommer det fram at lærere opplever temaet som vanskelig, og derfor blir det utfordrende når formålet skal undervises og settes i praksis. Lærerne i denne studien er frustrerte over hvor mye de skal oppnå i kroppsøvingstimene, med kun to timer undervisning i uken. De stiller også spørsmål til hva som egentlig bør være hovedfokuset i kroppsøvingstimene. Funnene i Halses studie antyder at lærerne ikke prioriterer temaet med så få undervisningstimer, og at de mener at hovedfokuset i kroppsøvinga bør være noe annet enn teoriundervisning.

Kroppspresset blant barn og unge har blitt mer og mer reelt de siste årene enn det tidligere har vært. Kroppspress har fått stor oppmerksomhet i media og i dagligtale de siste årene. En norsk studie fra 2017 (Øgård-Repål, Strand og Karlsen, 2017) har sett på kroppspress blant skoleelever. Resultatene viste at flere av jentene opplevde økt kroppsfokus fra flere kanter, og at dette økte usikkerheten på egen kropp. De oppga at de følger med på blogger, hvor mange av bloggene har fokus på kropp, mote og utseende.

Kroppspress kan defineres som alt som påvirker hvordan vi har de med vår kropp. Det handler om hvilke kroppsidealene man har, hvilket bilde eller oppfatning av kroppen man har, og hvilken avstand det er mellom kroppsidealene og slik man ser på sin egen kropp. Det er når det er for stor avstand mellom idealene vi internaliserer og vår egen kropp at kroppspresset oppstår. Å føle seg utsatt for kroppspress handler om kroppsforestillinger, -bilder, -oppfatning, -idealene og -følelser. Dette er begreper som dekker de individuelle forestillingene vi har og følelsene om vår egen kropp, og hvilke idealer og forestillinger som ligger i de kulturene vi er en del av (Bjørnebekk, 2015).

Kroppspress kan komme fra ulike kanter og i ulike varianter, og rammer spesielt ungdommen. Ungdom skal helst være unike, målrettede, nysgjerrige, avholdende, innovative, hardtarbeidende, sosiale, ha et morsomt liv, se bra ut og være veltrente. De skal altså ha fokus på seg selv samtidig som de skal prestere for å leve opp til kravene som samfunnet ellers setter (Eriksen, 2017). Når samfunnet stiller disse kravene, kommer presset på å prestere, presset for at kroppen skal være mest mulig trent og presset for å være sosial. Utad skal det altså se ut som det perfekte liv, men presset som kommer med å rekke over alt, kan ta

overhånd. Presset kan man føle opp imot prestasjoner, det sosiale eller det kroppslig. Disse typene press man føle på hver for seg, eller man kan føle på alt samtidig. En svensk studie viser at allerede i 10-årsalderen synes 20 prosent av jentene og 15 prosent av guttene at de er for tykke (Jakobsen, 2013). Denne studien viser også at i 16-årsalder synes 43 prosent av jentene og 16 prosent av guttene at de er for tykke.

Kroppspresset er blitt et større og mer omtalt fenomen enn det har vært tidligere. Man kan tenke seg til at sosiale media står for mye av fokuset rundt dette nå til dags. Ifølge en britisk studie fra 2017 er applikasjonen Instagram største faktoren som virker negativt på ungdoms mentale helse. En av de anonyme deltakerne i studien svarer at Instagram får jenter til å føle at kroppen deres ikke er bra nok (Cramer & Inkster, 2017). Det florerer av bilder på ulike profiler, der det er stort fokus på eksponering av kropp. Det finnes flere innlegg der det står hvordan man skal trene og spise for å få den perfekte kroppen, noe som lett kan påvirke ungdom.

Problemstilling

I denne studien undersøkes hva lærere tenker om temaet kroppsoppfatninger og kroppspres i skolen og kroppsøving, og hvordan de arbeider med dette i temaet i kroppsøvingsundervisning og i kontakt med elever ellers i skoledagen. Studien fokuserer også på læreres tolkning av læreplanmål knyttet til temaet i kroppsøvingsundervisningen og mulige didaktiske utfordringer som oppleves i forbindelse med undervisning. Studien har følgende forskningsspørsmål:

- Hvilke tanker har lærere om press på kroppsoppfatningen blant elevene?
- Hvilke måter arbeider de generelt for å forebygge kroppspres i skolen, i kroppsøvingsundervisningen og ellers?
- Hvordan tolker kroppsøvingslærere i grunnskolen kompetansemål i læreplanen om kroppsideal og bevegelseskultur som kan påvirke trening, ernæring, livsstil og helse (etter 10.trinn)?
- Hvilke didaktiske utfordringer beskriver de i arbeidet med temaet kroppsoppfatninger og kroppspres innenfor kroppsøvfaget?
- Hvordan gjennomfører lærere undervisningsopplegg der de tar utgangspunkt i kompetansemålet om kroppsideal og bevegelseskultur som kan påvirke trening, ernæring, livsstil og helse (kompetansemål etter 10.trinn)?

Oppgaven er bygget opp på følgende måte: Først vil jeg presentere læreplanen i kroppsøving, før jeg går videre inn på tidligere forskning rundt kroppspress. Deretter vil jeg gå inn på teori rundt kroppsforståelser, kroppsideal i samfunnet og kroppspress, før jeg beskriver metoden jeg brukte til studien. Resultatene i studien og funnene blir deretter presentert, før jeg avslutter med konklusjon.

Læreplanen i kroppsøving

Elevene skal få opplæring i hele læreplanen for faget kroppsøving. Kompetansemålene forstås om man ser de i sammenheng med formål, hovedområder og beskrivelser av de grunnleggende ferdighetene i faget (Utdanningsdirektoratet, 2016). Kompetansen i faget kroppsøving er hovedsakelig basert på læring i og gjennom bevegelsesaktiviteter. Den er ofte nært knyttet til den enkeltes kroppslighet og erfaring, og det er viktig at lærings situasjonene bygger opp under dette. På tvers av hovedområdene skal læringsaktivitetene gi elevene samlet sett en bred bevegelseskompetanse, med tilhørende kunnskap om trening, aktivitet og helse (Utdanningsdirektoratet, 2015b). I fagets formål heter det at kroppsøving faget skal inspirere til en fysisk aktiv livsstil og livslang bevegelsesglede. Videre står blant annet at kroppsøvinga skal bidra til at elevene opplever glede, mestring og inspirasjon ved å være med i ulike aktiviteter. Kroppsøving faget skal bidra til at barn og unge utvikler selvtillit, positiv oppfatning av kroppen, selvforståelse og identitetsfølelse. Faget skal ruste elevene til vurdering av kroppsideal og bevegelseskulturer som kan påvirke selvtilliten, helsen, ernæring, trening og livsstil (Utdanningsdirektoratet, 2015a). Under hovedområdet trening og livsstil finner man blant annet kompetansemålet «forklare korleis ulike kroppsideal og ulike rørslekultur påverkar trening, ernæring, livsstil og helse» (Utdanningsdirektoratet, 2015a).

Tidligere forskning

I 2016 ble det skrevet en masteroppgave der det ble sett på hvordan kroppsøvingslærere tolker og praktiserer innholdet i læreplanen som omhandler kroppsideal, elevenes oppfatning av kropp og selvfølelse i faget. Denne studien omfattet kroppsøvingslærere på ungdomsskolen og i den videregående skole. Studien kom fram til at lærerne benytter seg av læreplanen for kroppsøving faget på ulike måter, noe som gjør at de legger ulike verdier som grunnlag for

faget. Lærerne i den videregående skole har et ønske om at temaet skal komme inn som et kompetansemål for å sikre at det blir realisert. Med tanke på formålets krav i undervisningen, spesielt temaet kropp, kommer det fram i studien at lærerne opplever temaet som vanskelig, og derfor blir det utfordrende når formålet skal omsettes i praksis i undervisningen. Lærerne i denne studien er frustrerte over hvor mye de skal oppnå i kroppsøvingstimene, med kun to timer undervisning i uken. De stiller også spørsmål til hva som egentlig bør være hovedfokuset i kroppsøvingstimene (Hasle, 2016, s. 3-77). I denne studien kan det tolkes dit at lærerne ikke prioriterer temaet med så få undervisningstimer, og mener at hovedfokuset i kroppsøvinga bør være noe annet enn teoretiske emner som for eksempel kroppspress.

En annen masteroppgave som ble skrevet i 2016 hadde fokus på kroppsøvingsfagets viktighet for ungdoms utvikling av kroppsbylde, og så på kroppsøvingslæreres oppfatninger og praksis i kroppsøvingsfaget. I denne studien deltok 8 informanter som alle er lærere på ungdomsskolen. Studien kommer fram til at kroppsøvingslærerne ser på ungdom og kropp som svært relevant når de møter elever i ungdomsskolen, men det er flere av lærerne som ikke ser på seg selv som aktører på dette feltet, da de ikke ser kroppsbyldeutvikling som sitt eller faget sitt anliggende. Uttalelsene om kropp i kroppsøvingsfaget kan sees som en forståelse av kroppen som objekt, da de favoriserer enkelte kroppar. Noen lærere jobber mer aktivt for å utvikle et positivt kroppsbylde hos ungdommen og tillegger seg selv makt på dette feltet som kroppsøvingslærere. Disse lærerne ser ut til å anse kroppen som et erfarende subjekt, og det antas at disse lærerne har best mulighet, ut ifra tankesett og praksis, til å utvikle positivt kroppsbylde hos elevene (Lønstad, 2016, s. 2-87).

En masteroppgave gjort av Østvold (2017) så på hvordan psykisk helse kan styrkes hos ungdom i lys av positivt kroppsbylde. Ungdommene i studien uttrykte en synonym betydning av kroppsbylde og kroppspress. Resultatet i studien viste at både i jentemiljøet og guttemiljøet opererer med en smal utseendekultur, der spesielt jentene beskriver det å være perfekt. Bitching, utspekulert og skjult mobbing, understøtter utseendekulturen og ble lagt frem som en nesten naturlig del av å være på skolen.

Grosick, Talbert-Johnson, Myers og Angelo (2013) sin studie undersøkte gutter og jenter i 7. og 8.klasse på en skole i USA. 77% av deltakerne oppga at utseende er en viktig del av hvem de er, og 24% oppga at de var deprimert og bekymret for utseende sitt. 33% av deltakerne oppga også at de hadde tenkt på å gå på diett for å gå ned i vekt.

Disse studiene aktualiserer kroppspress hos ungdom. Masteroppgavene og studien viser hvordan kroppen kommer fram som et objekt hos ungdommen, og hvordan de ser på kroppen som veldig viktig for dem.

Kroppsforståelser, kroppsidealiser i samfunnet og kroppspress

Kroppen har alltid vært, og er, et fenomen for samfunnsskapt konstruksjon. Et eksempel på dette er at det sies at ønsker om forandring av kroppen for å oppnå tidens skjønnhetsidealiser, er et fenomen like gammelt som menneskeheten selv (Engelsrud, 2006, s. 65).

Den vestlige kulturkrets har arvet en bestemt forståelse av kroppen fra filosofen René Descartes. Hans filosofi mente kroppen ble knyttet til en del av verden som han kalte res extensa. Det var den del av virkeligheten som var kjennetegnet av utstrekning og romlighet. Ved at kroppen ble plassert her, tilsvarte kroppen det rommet den opptok som objekt. Objektformatet gjorde det mulig å observere kroppen i forhold til kvantifiserbare mål som form, størrelse, masse og bevegelse. Descartes forståelse førte til at alle levende organismer, inkludert menneskekroppen, ble sett på som maskiner (Engelsrud, 2006, s. 23).

Descartes har tydeliggjort dualismen som et filosofisk prosjekt. Det innebærer en oppsplitting av mennesket i tanke og kropp. Descartes beskrev dualismen som et absolutt skille mellom kropp og tanke, noe som har hatt stor innflytelse på ulike fagområder som blant annet medisin, pedagogikk og vitenskapen generelt. Den økte oppmerksomheten rundt kroppen slik den kommer til uttrykk i mosjonsidrett og moter, på treningssentre og for toppidrettsutøvere, i sunnshetslære og riktig kosthold, i slanking og kosmetisk kirurgi, har ført til et økt press på kroppen for både barn og voksne. Kroppen sin gjenstandsstatus kommer klart frem når vi omtaler kroppen som noe som skal trenes, pleies, granskes, trimmes, slankes og stelles (Duesund, 1995, s. 21-22).

Når vi reflekterer og observerer kroppen vår, oppstår det et skille da kroppen trer fram for oss som et objekt under refleksjonen. Filosofen Merleau-Ponty mente at den objektive kropp er alltid avledet av den fenomenale, levde kroppen. Vår fenomenale, levde kropp er utgangspunkt for vår fleksibilitet og vår individualitet. Elevene kommer til skolen med sin levende, fenomenale kropp, og det er skolens oppgave å henvende seg til denne. Det er vår egen oppgave å oppfatte, fornemme og bevege oss, noe som gjør oss i stand til å forstå våre

omgivelser. Desto viktigere blir det å sikre og utvikle denne evnen hos eleven (Duesund, 1995, s. 36).

Kroppen kan sees på som et moralsk uttrykk, mener Nilsson (2002, s. 159). En ung, veltrent og sensuell kropp blir oppfattet i dagens samfunn som et forbilde, som vitner og god selvdisciplin. En stor, tykk og utrent kropp blir derimot sett på som tegn på slapphet og dårlig selvdisciplin. Når kroppsstørrelse, kroppsform, kroppens utseende og holdning kobles sammen med hvem man er og blir et uttrykk for identiteten, øker betydningen av kroppen og dens ytre utseende i menneskers liv. Kroppen blir noe man må verne om, både fysisk og psykisk. Denne tanken kan ha forskjellige uttrykk avhengig av hva man ønsker å oppnå med kroppen sin. Det kan føre til en fullstendig avhengighet for fysisk trening i ulike former, som for eksempel langdistanseløping, styrketrening eller fitnessstrening, eller vektkontrollering (Nilsson, 2002).

Tenåringer som er undervektige lever en daglig kamp mot kiloene, noe som for de fleste innebærer mat- og treningsregimer som ikke er forenlig med sunn utvikling av kropp i puberteten. Daglig telling av kalorier og armhevinger blir bare enda en selvpålagt byrde på en allerede lang liste av krav og forventninger. Ungdommer er i en svært sårbar alder og lar seg lett påvirke av dem de ser opp til. Det er for eksempel mange unge jenter som ser opp til Kardashian-søstrene. De er kjent for sine rumpe og lepper. Det komiske er når man ser på disse kroppsidealene er at de fleste av dem er kjent på grunn av kroppsdelene som er kunstige. De fleste ungdommer er klar over dette, men likevel strever de seg syke etter å oppnå den rumpa (Mogstad, 2017, s. 76-78).

For mange ungdommer fremstår proteinpulver som et vidundermiddel for å bygge kropp med muskler. Mogstad (2017, s. 85) skriver at de fleste tenåringer som er rimelig opptatt av kroppen sin har et forhold til protein og proteinpulver.

I en masteroppgave skrevet av Wahtne (2018) ble det konkludert med at hos jentene og guttene som deltok i studien, kom det ikke fram noe tydelig kroppsideal i kroppsøvfaget. Men resultatene viste at det er aspekter ved kroppsøvfaget som øker fokuset rundt kroppen. Informantene i studien nevner blant annet garderoben, der de mener det settes størst fokus på kropp, gjennom omkledding og dusjing. Hovedfunnet i masteroppgaven var at det samfunnsskapte kroppsidealet setter føringer for ungdommens kroppsideal.

I annen forskning (Walseth, Aartun og Engelsrud, 2017) ble det funnet at jentene i en 10.klasse i Norge syntes de idrettslige øvelsene man gjør i kroppsøving var lite nyttige. Det er tydelig da jentene ikke syntes noe om ballspill, fordi det ikke hadde høy nok intensitet. De ville heller erstatte det med mer effektiv trening som kunne hjelpe dem å utvikle en bra kropp. De snakket om trening, slanking og kropp som et «prosjekt». Jentene så på kroppsøving og treningscenter som miljøer hvor kroppene deres ble observert og vurdert av andre. Noen av jentene rapporterte i studien negative kroppslige erfaringer, det vil si at de trente uten å nyte det. De uttrykte ubehag av ideen om at andre mennesker dømte dem. De tok også ofte en passiv rolle i kroppsøvingsundervisningen og var misfornøyd med kroppen.

Forskning gjort av Azzarito (2009) blant ungdomsskoleelever i USA, fant at gutter ikke har ett kroppsideal som er dominerende innenfor kroppsøvinga, men flere idealer. Resultatet i forskningen viste at gutteidealene her var knyttet opp til å bedrive idretten som de drev med. Altså at det ikke var kroppen som var i fokus, men kroppens egenskaper som var hensiktsmessig til den aktiviteten som utføres. Et eksempel som kom fram i studien var at de som spiller amerikansk fotball, vil ha et ideal om å ha store muskler og brede skuldre, slik at de kan bruke musklene til å få motstanderne overende. Mens i basketball vil idealet være å være tynn og lang, slik at man kan løpe fort og hoppe høyt.

Metode

For å finne svar på problemstillingene, er det gjennomført kvalitative forskningsintervjuer. Kvalitativ forskning innebærer forskningsmetoder som legger vekt på forståelse og analyse av sammenhenger i en prosess hos den enkelte (Malt, 2015). Det kvalitative forskningsintervjuet søker å forstå verden sett fra personen som intervjues sin side. Det er et mål å få frem betydningen av folks erfaring og avdekke deres opplevelse av verden (Kvale & Brinkmann, 2015, s. 20).

Rekruttering av informanter

I denne studien ble det planlagt å gjennomføre intervju med 5 informanter. Det er ofte vanskelig å avgjøre på forhånd hva som vil være nok intervjuer, fordi det vil være en grenseverdi eller et metningspunkt der det ikke lenger har noen hensikt å intervju flere

(Johannessen, Tufte og Christoffersen, 2010, s. 104). Antallet kan altså forandres underveis i intervjuprosessen.

Utvalget av informanter er et strategisk utvalg. Med strategisk utvalg menes at jeg velger ut hvilke informanter jeg ønsker skal delta i studien min ut ifra bestemte kriterier (Johannessen, Tufte og Christoffersen, 2010). I mitt tilfelle er det strategisk at jeg har valgt en ensartet gruppe informanter da alle disse er kroppsøvlingslærere ved ungdomsskolen. Andre kriterier for utvalget var at de gjerne hadde en viss erfaring i yrket, at de burde komme fra ulike skoler og at jeg ønsket at både menn og kvinner i studien min.

Før intervjuprosessen startet jeg med å kontakte ulike skoler der jeg ønsket å finne lærere til intervjuene. Jeg sendte mailer til skoleledelsen ved aktuelle skoler og spurte om de hadde noen lærere som kunne tenkt seg å delta i studien. Ettersom hovedkriteriet for rekrutteringen av informanter var at lærerne underviser i kroppsøving på ungdomstrinnet, handlet det mest om å finne lærere som ønsket å delta. Dette skulle vise seg å ta litt lengre tid en planlagt. Men til slutt fikk jeg tak i de informantene jeg trengte og kunne dermed starte intervjuprosessen. Informantene var fra henholdsvis 4 forskjellige skoler, noe jeg også ønsket for å få variasjoner. To av informantene var altså fra samme skole, men denne skolen var større enn de andre skolene. Utvalget av informanter bestod av tre menn og to kvinner. Jeg hadde ingen intensjoner om å se på ulikheter mellom kjønn i studien, og ettersom utvalget er lavt, vil ikke resultatet kunne fastslå noe uansett om forskjeller blant kjønn.

I alt 5 ungdomsskolelærere som ble intervjuet, der alle lærerne underviste i kroppsøving. Det var fire av lærerne som hadde studert kroppsøving og en lærer som ikke hadde det. Ingen av informantene var nyutdannet, og de hadde praktisert som lærere mellom 2 ½ år til 18 år.

Intervjuguide

Intervjuene var av typen semistrukturert intervju. En slik type intervju har en overordnet intervjuguide som man tar utgangspunkt i, mens spørsmål og rekkefølge kan variere underveis da forskeren beveger seg fram og tilbake i intervjuguiden (Johannessen, Tufte og Christoffersen, 2010, s. 137). Her er det også rom for å stille oppfølgingsspørsmål underveis ved behov for mer detaljerte og innholdsrike svar.

Intervjuguiden er utformet på basis av problemstillingene. Den er således strukturert i flere temaer. Disse temaene er kroppsoppfatning, forebyggende arbeid, læreplanarbeid og praktisering. Jeg har i tillegg et innledende tema og et avsluttende tema (se vedlegg 1). Et innledende tema er viktig da ulike typer åpningsspørsmål kan framkalle spontane og rike beskrivelser der intervjupersonene selv presenterer det de opplever som hoveddimensjonen ved selve fenomenet som undersøkes (Kvale & Brinkmann, 2015, s. 166). Det er også viktig med en innledende del der man finner åpningsspørsmål som er korte og lettere å svare på, før man går inn i en hoveddel der spørsmålene er mer dypere og krevende. En avsluttende del er viktig for å oppsummere intervjuet. Er det noe informanten vil legge til, kan det gjøres her.

Alle problemstillingene kommer som spørsmål i løpet av intervjuguiden, der jeg også har støttespørsmål opp mot dem, slik at jeg får mest mulig svar rundt problemstillingene. Intervjuguiden er laget slik at det er rom for å stille oppfølgingsspørsmål underveis i intervjuet. Det er viktig å lytte underveis i intervjuet så man hører hva og hvordan informanten svarer på spørsmålene, slik at man kan stille gode oppfølgingsspørsmål. Det er viktig å være godt forberedt, ha mye kunnskap om intervjutemaet og vite hvilke spørsmål som skal stilles og hvilke svar man er ute etter. Slik kan man få mer detaljerte og utfyllende svar på hovedspørsmålene (Kvale & Brinkmann, 2015, s. 170).

Datainnsamling

Før jeg startet intervjuene, søkte jeg om godkjenning til studien hos «Norsk senter for forskningsdata», og fikk godkjenning. Jeg ville prøve ut intervjuguiden først ved å ha et prøveintervju. I ettertid så jeg at intervjuguiden fungerte bra, samtidig som intervjuet ble bra. Jeg bestemte meg derfor for at prøveintervjuet kunne fungere som et av intervjuene jeg skulle ha med i denne studien.

Informantene fikk tilsendt informasjon om formålet med intervjuet på forhånd, og jeg spurte om de hadde lest dette. Jeg informerte om at de kunne trekke seg når som helst fra undersøkelsen uten å oppgi grunn. Informantene underskrev en samtykkeerklæring. Under selve intervjuene ble spørsmålene stilt etter intervjuguiden, og oppfølgingsspørsmål ble stilt der jeg følte jeg ikke fikk nok utfyllende svar. Intervjuene ble ikke preget av at det ble gjort opptak. Mot slutten av intervjuet fikk informantene mulighet til å legge til noe om de ønsket dette, men her ble det ikke lagt fram noe av betydning for resultatet.

Bearbeiding og analyse av data

Etter opptakene ble intervjuene transkribert i løpet av kort tid etterpå. Jeg skrev ned alt på bokmål, noe som gjorde det enklere for meg i neste fase, da jeg skulle bearbeide og tolke teksten. Under analysearbeidet markerte jeg det som var viktig opp imot problemstillingene og unnlot det som hadde blitt nevnt tidligere eller det som jeg ikke hadde bruk for. Dette førte til at datamaterialet ble komprimert og forkortet. Intervjumaterialet ble deretter tolket etter prinsipper for meningsfortolkning av intervjuer (Kvale & Brinkmann, 2015). Fortolkning av meningsinnholdet i intervjuetekster strekker seg utover en strukturering av det manifeste meningsinnholdet. Det omfatter dypere og mer kritiske fortolkninger av teksten. Den som tolker går utover det som blir sagt, og finner meningsstrukturer og betydningsrelasjoner som ikke fremtrer umiddelbart i materialet (Kvale & Brinkmann, 2015, s. 234). Fortolkning og meningsforklaring legger vekt på forståelse av materialets innhold.

Arbeidet med analysen og tolkning fulgte også hermeneutiske prinsipper. Ett av disse prinsippene beskriver hvordan man med utgangspunkt i en uklar og intuitiv forståelse av materialet som helhet, fortolkes dens forskjellige deler, og ut fra disse fortolkningene, settes delene på ny i en helhet. Et annet prinsipp består i at en meningsfortolkning slutter når man har kommet frem til en indre enhet i teksten, som er uten logiske motsigelser. Hermeneutisk meningstolkning omfatter ikke noen trinn for trinn metode, men er en utlegning av noen generelle prinsipper som har vist seg å være brukbare for fortolkning av intervjumateriale og andre tekster (Kvale & Brinkmann, 2015, s. 237-238).

I analysedelen ble det klart hvordan de ulike lærerne svarte likt og ulikt i sammenheng med problemstillingene, noe som munnet ut i ulike tematiseringer av intervjudata. Disse temaene skal jeg presentere videre.

Resultater

Lærernes tanker om kroppspress blant elevene

Det første temaet handler om lærernes tanker om kroppspress blant elevene. Her viser lærerne at de har bevisste tanker rundt kroppspress blant elevene. De vet presset er der og at det er noe flere av elevene kjenner på. De nevner også at det varierer fra klasse til klasse og fra gruppe til gruppe. En av lærerne nevner at på den skolen så er det mindre press blant jentene, og at

presset har kommet over til guttene. Her kommer det fram at under en lokal helseundersøkelse fikk alle deltakere oppgitt sin «body mass index» (BMI), noe guttene på denne skolen sammenlignet med hverandre. Dette førte til at presset på kroppsoppfatningen økte blant guttene, noe læreren også kan se ettersom guttene skjuler kroppene sine når de har svømmeundervisning.

Lærerne beskriver at sosiale media, kjendiser og idrettsutøvere kan være årsak til at elever føler kroppspress. Elevene er mye på sosiale media selv og følger med på og ser opp til ulike kjendiser og idrettsutøvere. Ønsket om å være slik som dem er stort, som igjen fører til at de kjenner på et press der de tenker over kropp og klær i større grad. Et eksempel på dette er da en av lærerne fortalte at «jeg har hatt elever som ønsker å trene seg til Kardashian-ass, så du får liksom veldig press fra kjendisene, da». En annen lærer nevner at det dukker opp ulike utfordringer på sosiale media om hvordan idealbildet skal være til enhver tid, og at han får høre om dette fra elevene.

Kroppsmestring blir også nevnt som en grunn til at elever kan føle på kroppspress. En av lærerne beskriver at elevene er redde for å ikke mestre ulike øvelser og bevegelser i kroppsøvingstimen, som fører til at de ikke ønsker å delta i undervisningen. Elevene ønsker ikke å vise at de ikke får til øvelsene foran de andre. Elevene tror ikke at de får til øvelsene.

Gymtøy blir nevnt flere ganger under intervjuene. Her forteller lærerne at elevene «glemmer» gymtøy slik at de slipper å delta i kroppsøvingundervisningen. Noe annet som blir nevnt med bekleddingen er hvilket tøy de har på seg, her spesielt blant jentene. De skal være like og ha på de samme klærne og oppføre seg likt. En av lærerne uttalte at noen jenter «kommer med klær som ikke egner seg på en måte annet enn på ei strand».

Forebyggende arbeid

Det andre temaet ut ifra materialet er lærernes forebyggende arbeid for å motvirke kroppspress. Her fokuserer lærerne blant annet på garderobesituasjoner i forbindelse med kroppsøvingundervisningen. Der beskriver de at de lar elevene enten gå til garderoben litt tidligere, eller gi de egne garderobe eller dusj. De tilrettelegger også ved å passe på hvem som dusjer sammen. Ved en av skolene er det få dusjer, og der beskriver læreren at dusjingen planlegges på forhånd. Her uttaler læreren at han planlegger hvem som sendes i dusjen samtidig, slik at det unngås uønskede garderobesituasjoner. To av lærerne forteller at de deler

garderobe sammen med elevene for å normalisere og vise at det ikke er «farlig» å dusje naken og at man skal dusje etter aktivitet. Her nevner en av lærerne at «det blir jo en lærers ansvar å vise enda tydeligere at vi dusjer naken uansett hvordan kroppen vår ser ut». Lærerne her forteller de er gode på dette ved de respektive skolene, at lærerne tar ansvar for å vise at vi dusjer naken uansett hvordan kroppen ser ut.

Lærerne forteller også at de arbeider med å forebygge press på kroppsfatningen gjennom samtale med elevene. En av lærerne forteller at selv om elevene glemmer gymtøy, prøver læreren å trekke de med på aktivitetene selv om de ikke har tøy til det. Læreren spør også veldig direkte om det er noe grunn til at elevene ikke vil i garderoben eller om det er andre ting som gjør at de ikke vil delta, for så å kunne tilrettelegge med egen garderobe eller gå inn/ut av garderoben tidligere.

Bruk av friminutt blir nevnt som forebyggende av en annen lærer, der læreren begrunner det med at det skal brukes til å få en god garderobestart. Læreren forteller at «det går bort mye friminutt på dette med å sørge for at de får en god start i garderoben bruker læreren friminuttene før kroppøvingstimen slik at elevene får god tid i garderoben». Ved denne skolen er det både fellesdusj og enkeltdusjer, og læreren sier at det dessverre er mange elever som bruker enkeltdusjene, da elevene ikke er trygge nok på seg selv til å bruke fellesdusjen.

Ufarliggjøring av øvelser og skape humor og glede i kroppøvingundervisningen er også noe en av lærerne forteller. Her legger læreren vekt på det å skape bevegelsesglede for å forebygge kroppspres i undervisningen.

Lærernes tolkning av kompetansemål

Det tredje temaet er lærernes tolkning av kompetansemålet om at elevene skal kunne «forklare korleis ulike kroppsideal og ulike rørslekultur påverkar trening, ernæring, livsstil og helse» (kompetansemål etter 10. trinn). En av lærerne tolket det som hvordan samfunnet, kulturer, idrettslag, klasser og vennegjenger påvirker hvordan man trener, ernæring, livsstil og helse. Denne læreren nevnte også et par ganger under intervjuet hvordan «kroppsideal kan tolkes på idrettens premisser». Et eksempel læreren ga på dette er: «I volleyball og basketball så bør du være høy og jobbe med spenst». Læreren mener her at kroppsidealene for den enkelte idrett vil altså variere ut ifra hvilke egenskaper idretten krever. Det å være høy og ha

god spenst vil særlig gjelde for volleyball og basketball, mens det er lite hensiktsmessig i for eksempel innebandy.

Under denne delen av intervjuet fortalte også lærerne hvordan idrettsutøvere og kjendiser er idealer for ungdommen, og at de påvirker barn og unge i dag. Her ble det også diskutert hvordan ulike bevegelseskulturer har ulike kroppssyn.. Et eksempel som ble tatt opp her er hvordan ungdomskulturen vil se på trening, ernæring, livsstil og helse på en annen måte enn voksenkulturen vil. Dette tolkes som at ungdommen ser for eksempel på trening som en måte å få en bra kropp og mer muskler, mens voksne kan se på trening som trim for å holde seg i form.

Hvordan kroppsideal styrer kosthold ble et tema under to av intervjuene. Her ble det tatt opp proteinpulver som bygger muskler. Det hadde vært et problem ved en skole at «en årgang med gutter som trente, de bygget kropp og skulle spise proteinpulver for å bli størst mulig og kjekkest mulig», ifølge en av lærerne. Læreren forklarte at han måtte ha samtale med elevene om at man får nok proteiner gjennom vanlig kost. En annen sak som ble tatt opp, er hvordan kroppsideal fører til at elever sulter seg for å oppnå idealkroppen. Her forteller en lærer at «mange spiser ikke mat, det går litt på det med kroppsideal at de ikke spiser mat før de kommer hjem til middag».

Lærerne tolker også kompetansemålet slik at elevene skal kunne noe om hvordan man skal lære om sunt kroppsideal. En av lærerne tolker det slik: «tenker det at de vil ha fram både ernæring, trening, livsstil og helse så er det litt i forhold til det da at de må få noen gode holdninger, gode og sunne verdier da, også at de prøver å få et sunt syn på seg selv da. Det tror jeg ikke alle har».

En av lærerne tolket bevegelseskultur på en annen måte en de andre, da de andre så på bevegelseskulturer ut ifra ulike grupper mennesker og idrettslag. Læreren tolket ulik bevegelseskultur som hvordan den er annerledes i Norge enn i Afrika, og hvordan bevegelseskulturen var før i tiden og hvordan den er nå.

Didaktiske utfordringer

Det fjerde temaet er didaktiske utfordringer i arbeidet med temaet kroppsoppfatninger og kroppspress innenfor kroppsøvningsfaget. Ingen av lærerne beskriver noen spesielle

utfordringer i forbindelse med undervisning i temaet. De utfordringene som blir nevnt, er organisering av aktivitet i undervisningen. Her forteller lærerne at det ikke legges opp til parøvelser som kan skape vanskelige situasjoner. Slik vil ikke elever som føler på et press føle seg uthengt eller ikke ønsker å delta. En annen utfordring som blir nevnt, er at elevene skal skjønne at det er en baktanke med at læreren tar opp temaet. Læreren er bekymret for at andre elever kan skjønne at det gjelder enkeltelever.

Ettersom det ikke blir nevnt flere utfordringer i arbeidet med temaet, nevner de heller problemer og utfordringer de frykter kan oppstå i arbeidet med det. De nevner at de er redde for å trække noen på tærne eller å sette tanker i hodet på elevene.

Det nevnes ett problem med å undervise i temaet, og det er at elevene forventer aktivitet og ikke teoriundervisning i kroppsøving. Det blir også nevnt ei utfordring med rammefaktorene da undervisningen foregår i gymsalen og man ikke har tilgang til pc.

Gjennomføring av undervisning med utgangspunkt i kompetansemål rettet mot kroppspress blant elevene

Det siste temaet ut ifra datamaterialet er hvordan kroppsøvlingslærerne gjennomfører undervisning med utgangspunkt i kompetansemål rettet mot kroppspress. Dialog er noe lærerne fokuserer på når de gjennomfører undervisning i kompetansemålet. En av lærerne sier han bruker å ha dialog med elevene mot slutten av timen. Der har han blant annet tatt med bilder av kjente personer elevene vet av for så å diskutere og reflektere rundt normal kropp og kroppsideal. En annen lærer nevner også dialog mellom lærer og elev, der elevene kommenterer og diskuterer i undervisningen ut ifra hva de er opptatt av. Der snakker de også om kroppsideal før og nå.

En av lærerne sier at elevene har fått i oppgave å finne bilder på sosiale medier og skrive dem ut til undervisningstimen, for så og diskutere felles hva som er sunn og ikke sunn kropp.

Flere av lærerne nevner at de gjennomfører undervisningen i tverrfaglige opplegg. En av lærerne sier at siden det er så få kroppsøvingstimer, prioriteres det å stjele fra andre timer. Læreren har allerede har mange fag med klassen sin, og sier «jeg bruker heller en KRLE-time så får vi ha gym og røre oss når vi skal røre oss, også stjeler vi litt fra andre timer».

En av lærerne nevner at det gjennomføres motoriske «åpne» øvelser. Et eksempel som nevnes her er at elevene får i oppgave å slå en rulle uten at læreren setter føringer for hvordan dette skal utføres. Her fokuserer læreren på å ufarliggjøre øvelsene for å få alle elevene til å være med på egne premisser.

Drøfting

Analysen av data viser at lærerne svarer både likt og ulikt om måten de jobber med det fagaktuelle temaet. Engelsrud (2006) påpeker at ønsker om forandring av kroppen for å oppnå tidens skjønnhetsidealer er et fenomen like gammelt som menneskeheten selv. Så selv om dette temaet er dagsaktuelt i dag, har det alltid vært noe som har vært et aktuelt tema gjennom tidene.

Lærerne viser at de har bevisste tanker rundt kroppspress blant elevene. Lærerne nevnte sosiale media som en mulig årsak til at elever føler press på kroppsoppfatningen, noe som er i samsvar med Nilssons (2002) beskrivelser om en ung og veltrent kropp blir oppfattet som et forbilde i dagens samfunn.. To av lærerne sier at elevene ser opp til ulike kjendiser og idrettsutøvere. En av lærerne nevnte blant annet at elever ønsker å trene seg til en «Kardashian-ass», noe som forteller hvor sterk påvirkning sosiale medier og kjendiser har. I og med at Kardashian står ganske høyt blant flere barn og unge i dag, er dette noe flere setter det som et mål. Mogstad (2017) bekrefter at dette er tilfellet blant ungdommer da hun skriver at ungdommer er i en sårbar alder og blir lett påvirket av dem de ser opp til. Her eksemplifiserer hun med Kardashian-søstrene sin rumpe, og hvordan man vet at den er kunstig, men allikevel noe som ungdom strever etter å oppnå.

Duesund (1995) skriver at den økte oppmerksomheten rundt kroppen, deriblant slanking og kosmetisk kirurgi, har ført til et økt press på kroppen for både barn og voksne. Det kom fram under et av intervjuene i min studie at etter en lokal helseundersøkelse der BMI ble målt, ble elevene veldig opptatt av å sammenligne seg med andre. Her kan man da se at en uskyldig helseundersøkelse av kroppen førte til et økt press hos elevene som deltok.

Lærerne nevner presset i ulike sammenhenger rundt kroppsøvinga, deriblant dette med gymtøy. Nilsson (2002) skrev allerede i 2002 at når kroppsstørrelse, kroppsform, kroppens utseende og holdning kobles sammen med hvem man er og blir et uttrykk for identiteten, øker

betydningen av kroppen og dens ytre utseende i menneskers liv. Da mine intervjuer ble gjort, i 2019, gjelder fortsatt dette synet, da en av lærerne beskriver at bekledninga er blitt ei utfordring. Elever dukker opp med klær som ikke passer inn andre plasser enn på ei strand. Det at elever dukker opp med tettsittende og lettkledd klær, kan tolkes dit at de vil vise frem kroppen og kroppsformen. Dette gir og blir et uttrykk for identiteten til elevene, og betydningen av kroppen og utseende øker for dem.

Når det gjelder forebygging av press, jobber lærerne ulikt med dette. Studien til Wahtne (2018) viste at det er aspekter i kroppsøvfaget som øker fokuset på kroppen, der garderoben blir nevnt. Informantene i min studie mente at det er her det settes størst fokus på kroppen gjennom omkledding og dusjing. To av lærerne nevnte blant annet at de er med i garderoben sammen med elevene, der en av lærerne uttalte «det blir jo en lærers ansvar å vise enda tydeligere at vi dusjer naken uansett hvordan kroppen vår ser ut». Med å dusje sammen med elevene, viser lærerne tydelig kropp er forskjellig. Kanskje forhindrer dette at det settes så stort fokus på kropp? Når læreren dusjer sammen med elevene og viser hvor naturlig det er og samtidig viser at man ikke bryr seg om hvordan kroppen ser ut, kan elevene reflektere mer over dette og få mindre fokus på kroppen.

Duesund (1995) mener at den objektive er alltid avledet av den fenomenale, levde kropp. Duesund hevder videre at elevene kommer til skolen med sin levende, fenomenale kropp og at det er skolens oppgave å henvende seg til denne, og at det er vår egen oppgave å oppfatte, fornemme og bevege oss som gjør oss i stand til å forstå våre omgivelser. Det er derfor viktig å sikre og utvikle denne evnen hos elevene. Det at to av lærerne poengterer viktigheten av at alle dusjer sammen og at man dusjer naken uansett hvordan kroppen ser ut, får elevene til å oppfatte at kropp er forskjellig og ingen er like, som igjen utvikler elevene til å utvikle evnen til å reflektere over dette.

En av lærerne forebygger presset ved å ufarliggjøre øvelser og skape humor og glede i timene, altså å få inn bevegelsesglede. Dette er i tråd med kroppsøvfagets formål, der det første som står er at kroppsøvinga skal føre til livslang bevegelsesglede (Utdanningsdirektoratet, 2015a). Her tenker denne læreren at om man får inn bevegelsesgleden, vil elevene glemme at alt presset og tenke på gleden av å være i aktivitet, noe nettopp kroppsøvinga skal gjøre.

Kompetansemålet om at eleven skal kunne «forklare korleis ulike kroppsideal og ulike rørslekultur påverkar trening, ernæring, livsstil og helse» ble tolket på ulike måter. En av

tolkningene omhandlet hvordan kroppsideal forstås på idrettens premisser, og hvordan kroppsidealene er ulike ut ifra hvilken idrett man driver med. Dette kan man finne igjen i Azzarito's (2009) forskning på ungdomsskoleelever i USA, der informantene i denne studien beskriver gutters kroppsideal er ulik ut ifra hvilken idrett man driver med. Læreren i studien min trakk fram hvordan basketballspillere og volleyballspillere bør være høy og ha god spenst, noe ungdomsskoleelevene i USA også fortalte i studien til Azzarito.

Lærerne tolker kompetansemålet slik at elevene skal kunne om hvordan man skal lære om sunt kroppsideal. Hvordan man skal knytte ernæring, trening, livsstil og helse opp mot dette med gode holdninger og gode og sunne verdier. Dette er også noe man finner igjen i kroppsøvingsfagets formål, der det står at faget skal ruste elevene til vurdering av kroppsideal og bevegelseskultur som kan påvirke blant annet helse, ernæring, trening og livsstil (Utdanningsdirektoratet, 2015a).

Didaktiske utfordringer var noe jeg underveis i intervjuprosessen så at jeg ikke ville få ordentlig svar på. Dette skyldes at flere av lærerne ikke hadde oppfatning av at det var elever i deres klasser som slet med kroppspress. De svarte på spørsmålene rundt dette som om de hadde problem med kroppspress blant elevene. En annen lærer nevnte at vedkommende er redd for at når temaet blir tatt opp, skal elevene skjønne hvorfor det blir tatt opp og hvem det er rettet mot. Utfordringer som de frykter skal komme når temaet blir tatt opp, er at de skal trække elever på tærne eller sette tanker i hodet på elever som er lett påvirkelige. Duesund (1995) mener at kroppen sin gjenstandsstatus kommer tydelig frem når vi omtaler kroppen som noe som skal trenes, pleies, granskes, trimmes, slankes og stelles. Dette finner man også igjen i Walseth, Aartun og Engelsrud (2017) sin studie, der jenter snakket om trening, slanking og kropp som et prosjekt. Man kan se dette igjen i lærernes sin bekymring i å ta opp temaet i en klasse. I det de tar opp det til refleksjon for elevene, vil elevene se på kroppen som et objekt eller et prosjekt og noe de må ta vare på. Om de ikke er reflektert nok, vil dette gå over til at de tenker på dette så mye at de blir sykkelig oppsatt av å pleie kroppen, som igjen fører til større press på kroppsoppfatningen.

Gjennomføring av undervisning der lærerne tar utgangspunkt i kompetansemålet «forklare korleis ulike kroppsideal og ulike rørslekultur påverkar trening, ernæring, livsstil og helse» ble som forventet ulike svar på. Men dialog var noe flere av lærerne kunne fortelle at de brukte for å gjennomføre kompetansemålet. En lærer brukte slutten av kroppsøvingundervisningen til å ha en samtale med elevene rundt temaet, mens en annen

lærer nevner dialog mellom lærer og elev der elevene fører undervisningen ut ifra hva de er opptatt av. De bruker også tverrfaglige prosjekt til å gjennomføre kompetansemålet, eller stjeler av andre fags timer. Det å gjennomføre undervisningen i eller sammen med andre fag begrunnet de med at det er få undervisningstimer i kroppsøvingfaget og elevene forventer aktivitet framfor teoriundervisning.

Konklusjon

Denne studien viser stor variasjon om hvordan lærere tolker og jobber med temaet kroppsoppfatninger og kroppspress, og hvordan de tolker kompetansemål og underviser om temaet. Lærerne som var med i studien viser at de vet at det er kroppspress blant elevene, og viser til ulike situasjoner som blant annet viser et tydelig press. Her vil jeg trekke frem hvordan en lærer ble spurt av en elev hvordan man kan trene seg opp til en «Kardashian-ass».

Lærerne i studien forebygger kroppspress ulikt, noe som kommer tydelig fram der garderobesituasjonen diskuteres. Her er de noe delt i synet, der noen lærere mener at lærere skal dusje sammen med elevene, slik at de viser elevene at kroppene er ulike. Andre lærere legger til rette for at elevene som ønsker det får dusje alene, før eller etter de andre, eller ved å gi de egne garderober.

Der lærerne skulle tolke kompetansemålet, vil jeg trekke frem en lærers tolkning av kroppsideal. Læreren tolket dette som hvordan kroppsideal kan tolkes på idrettens premisser, hvordan man bør være høy når man driver med basketball og volleyball. Dette var noe man også kunne finne igjen i studien til Azzarito's (2009), der ungdomsskoleelevene i USA bekreftet akkurat det.

Lærerne beskriver få didaktiske utfordringer i arbeidet med temaet i kroppsøvingfaget. Det kom likevel fram hos en av lærerne at vedkommende er redd for at de andre elevene skjønner hvem det egentlig er rettet mot i klassen eller at man skal sette tanker i hodet på elevene når temaet blir tatt opp. Ungdom er lett påvirkelig og når kroppen blir tatt fram som noe som skal pleies, trenes og stelles, og det virker som synet på kroppen som gjenstand eller objekt (Duesund, 1995) er framtrедende. Det er derfor forståelig at læreren frykter at elevene skal få tanker i hodet når temaet blir tatt opp.

Gjennomføring av undervisning der de tar utgangspunkt i kompetansemålet ble gjort forskjellig, men de fleste lærerne fortalte at de gjorde det tverrfaglig, enten gjennom tverrfaglig prosjekter eller at de gjennomførte undervisning om temaet i andre fags undervisningstimer.

Videre forskning bør se nærmere på hvordan lærere gjennomfører undervisning der de tar utgangspunkt i kompetansemålet «forklare korleis ulike kroppsideal og ulike rørslekultur påverkar trening, ernæring, livsstil og helse» i kroppsøvingundervisningen. Min studie bidrar til å se at kroppsøvingslærere velger heller andre fags timer eller tverrfaglige prosjekter for å gjennomføre studien. Lærerne er bevisste på kroppspresset blant elevene, og derfor mener jeg man bør se videre på hvordan lærere arbeidet med kompetansemålet, og gjennomfører det, i kroppsøvingundervisningen. Det kommer en ny læreplan i 2020 der temaet kroppsideal og kroppspress vil være med i faget i framtiden også. I høringsutkastet (Utdanningsdirektoratet, 2019) kan man finne under verdier og prinsipp at «kroppsøving fremjar kritisk tenking omkring kroppsideal og bevegelseskulturar som kan påverke sjølvkjensle, helse, trening og livsstil». Man finner også et kompetansemål som omhandler dette. På bakgrunn av min studie og den nye læreplanen, ser det ut til at temaet kroppsideal og kroppspress er kommet for å bli. Derfor mener jeg at man kan se nærmere på hvordan dette kan gjennomføres i en kroppsøvingundervisning og hvilke ulike måter dette gjennomføres blant kroppsøvingslærere på ungdomsskolen.

Litteraturliste

Azzarito, L. (2009). The panopticon of physical education: pretty, active and ideally white.

Physical Education and Sport Pedagogy, 14 (1), 19-39. Hentet fra <https://doi-org.ezproxy.hioa.no/10.1080/17408980701712106>

Bjørnebekk, W. (2015). *Påkledd i dusjen*. Om ungdom og kroppspress. Oslo: Spartacus forlag AS

Cramer, S. & Inkster, B. (2017) #StatusOfMind: Social media and young people's mental health and wellbeing. *Royal society for public health*. Hentet fra <https://www.rsph.org.uk/uploads/assets/uploaded/62be270a-a55f-4719-ad668c2ec7a74c2a.pdf>

Duesund, L. (1995). *Kropp, kunnskap og selvoppfatning*. Oslo: Universitetsforlaget AS

Engelsrud, G. (2006). *Hva er kropp?* Oslo: Universitetsforlaget AS

Eriksen, I. (2017). *Dagens ungdom er ikke narsissister – de er presset*. Hentet 12.09.18 fra <https://forskning.no/2017/06/dagens-ungdom-er-ikke-narsissister-de-er-presset>

Grosick, T, L., Talbert-Johnson, C., Myers, M, J. & Angelo, R. (2013). Assessing the Landscape: Body Image Values and Attitudes Among Middle School Boys and Girls. *American Journal of Health Education*, 44(1), 41-52

Hasle, Camilla (2016). *Kropp i kroppsøvingsslaget*. (Mastergradsavhandling, Norges idrettshøgskole). Hentet fra <https://brage.bibsys.no/xmlui/bitstream/handle/11250/2399268/Hasle%20Camilla%20v2016.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Jakobsen, S., E. (2013) *Hvordan blir ungdom fornøyd med kroppen sin?* Hentet 17.09.18 fra <https://forskning.no/mat-menneskekroppen-trening/2013/11/hvordan-blir-ungdom-fornoyd-med-kroppen-sin>

- Johannessen, A., Tufte, P., A. & Christoffersen, L. (2010). *Introduksjon til samfunnsvitenskapelig metode*. Oslo: Abstrakt forlag
- Kvale, S. & Brinkmann, S. (2015) *Det kvalitative forskningsintervju*. Oslo: Gyldendal akademisk
- Lønstad, A-M. (2016). *Kroppsøvingfaget – viktig for ungdoms utvikling av kroppsbilde?* (Mastergradsavhandling, Høgskolen i Bergen). Hentet fra https://brage.bibsys.no/xmlui/bitstream/handle/11250/2481535/Masterthesis_Lønstad.pdf?sequence=2&isAllowed=y
- Malt, U. (2015). Kvalitativ. I *Store Norske Leksikon*. Hentet fra <https://snl.no/kvalitativ>
- Mogstad, K., L. (2017). *Kroppsklemma – hvordan være trygge og gode voksne for barn og unge i et kroppsfiksert samfunn*. Oslo: Cappelen damm
- Nilsson, P. (2002). Kropp och identitet. I Engström, L-M, & Redelius, K. (red), *Pedagogiska perspektiv på idrott*. Stockholm: HLS Förlag
- Utdanningsdirektoratet. (2015a) *Læreplan i kroppsøving (KRO1-04)*. Hentet fra <https://www.udir.no/kl06/KRO1-04>
- Utdanningsdirektoratet. (2015b). *Kroppsøving – veiledning til læreplan*. Hentet fra <https://www.udir.no/laring-og-trivsel/lareplanverket/veiledning-til-lp/kroppsoving-veiledning/2-fagets-egenart/>
- Utdanningsdirektoratet. (2016). *Jobb med læreplan, mål, kjennetegn og kriterier*. Hentet fra <https://www.udir.no/laring-og-trivsel/vurdering/underveisvurdering/mal-og-kriterier/>
- Utdanningsdirektoratet. (2019). *Høring – læreplan i kroppsøving*. Hentet fra <https://hoering.udir.no/Hoering/v2/342?notatId=682>
- Walseth, K., Aartun, I. & Engelsrud, G. (2017). Girls' bodily activities in physical education

– how current fitness and sport discourses influence girls' identity construction. *Sport, Education and Society*, 22(4), 442-459. <https://doi-org.ezproxy.hioa.no/10.1080/13573322.2015.1050370>

Wathne, M. (2018). *Hva kjennetegner ungdommens kroppsideal, og hvilken betydning mener ungdom at sosiale medier, venner og kroppsøvningsfaget har i for synet på kroppsideal?* (Mastergradsavhandling). Høgskolen i Oslo og Akershus, Oslo.

Øgård-Repål, A., Strand, S. A. & Karlsen, T-A. (2017) Karakterpress, kroppspress og gjengpress – Fokusgruppeintervju av jenter i 9.klassetrinn etter funn fra Ungdataundersøkelsen. *Tidsskrift for psykisk helsearbeid*. 14(2), 109-120. doi: [10.18261/issn.1504-3010-2017-02-03](https://doi.org/10.18261/issn.1504-3010-2017-02-03)

Østvold, C., C. (2017). *Forming av kroppsilde hos ungdom – en kvalitativ studie* (Mastergradsavhandling, Høgskolen i Sørøst-Norge). Hentet fra https://openarchive.usn.no/usn-xmlui/bitstream/handle/11250/2435416/Østvold_master2017.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Vedlegg

Vedlegg 1

Intervjuguide

Innledning

- Presentere meg selv og prosjektet, hva jeg skal se på i prosjektet mitt
- Informere om selve intervjuet
 - o Semistrukturert
 - o Frivillig deltakelse, står fritt til å trekke seg når som helst
 - o Opptak av lyd
 - o Meldt inn til NSD (evt. godkjenning)
 - o Taushetsplikt
 - o Anonymisering
 - o Behandling av data, opptak

Hvem er informanten?

- Hvilken utdanning har du?
- Hvor lenge har du praktisert som lærer?
- Hvorfor valgte du å undervise i kroppsøving?
- I hvilken/hvilke klasser har du kroppsøvingsundervisning?

Kroppsoppfatning

- Hva legger du i kroppsoppfatning?
- Hvilke tanker har du om press på kroppsoppfatningen blant elevene?
- Hva vet du om press på kroppsoppfatning blant barn og unge i dag?
- Hvilken rolle mener du kroppsøvingsfaget har med tanke på opplevd press på kroppsoppfatningen blant barn og unge?
- Hvordan kan du som kroppsøvingslærer sørge for at press på kroppsoppfatningen blant elevene ikke tar overhånd?
- Hvilke tanker har du om press på kroppsoppfatning blant elevene i din klasse?
 - o Generelt på skolen?

Forebyggende arbeid

- Hvilken oppgave har skolen med tanke på opplevd press på kroppsoppfatningen blant barn og unge?
- Hvilke måter og tiltak arbeider du med for å forebygge et slikt press?
- Formålet til kroppsøvingfaget er blant annet at faget skal bidra til at barn og unge utvikler selvtillit, positiv oppfatning av kroppen, selvforståelse og identitetsfølelse. Mener du dette formålet kommer fram i dine kroppsøvingstimer? På hvilken måte?
- Et annet formål i kroppsøvingfaget er at faget skal ruste elevene til vurdering av kroppsideal, kommer dette fram i dine kroppsøvingstimer? På hvilken måte?

Læreplanarbeid

- Er du kjent med kompetansemålene som gjelder for din kroppsøvingssklasse/dine kroppsøvingssklasser, som omhandler det kroppslige i kroppsøvingfaget?
- Hva tenker du om de kompetansemålene som omhandler kroppsoppfatning og kroppsideal?
- Hvordan tolker du kompetansemålet i læreplanen om kroppsideal og bevegelseskultur som kan påvirke trening, ernæring, livsstil og helse? (Vise frem det aktuelle kompetansemålet)

Praktisering

- Hvilke didaktiske utfordringer dukker opp i arbeidet med press på kroppsoppfatning?
- Hvordan gjennomfører lærere en kroppsøvingstime der de tar utgangspunkt i kompetansemål rettet mot kroppsoppfatning blant elevene?

Avsluttende spørsmål

- Med bakgrunn av det du vet om kroppsøvingfaget, kan du si om elever som går ut av grunnskolen i dag oppnår kompetansemålet: forklare korleis ulike kroppsideal og ulike rørslekultur påverkar trening, ernæring, livsstil og helse?
- Er det noe du vil legge til?

Vedlegg 2

Informasjonsskriv

Informasjon om forskningsprosjektet «Kroppsøvlingslæreres tanker, undervisningspraksis og forebygging av press på kroppsoppfatningen blant elever på ungdomstrinn».

Hei ☺

Dette er en forespørsel til deg som kroppsøvlingslærer om å delta i en mastergradsstudie om press på kroppsoppfatningen blant elever på mellomtrinn og ungdomstrinn.

Jeg er en mastergradsstudent i Kroppsøvlings- og idrettsvitenskap ved Nord Universitet. Jeg er interessert i hvordan du som kroppsøvlingslærer tenker omkring press på kroppsoppfatningen blant elever og hvordan du underviser om dette temaet i kroppsøvlingsfaget. Dine svar kan være med å belyse dette dagsaktuelle temaet.

I denne studien stiller jeg blant annet disse forskningsspørsmålene

- Hvilke tanker har lærere om press på kroppsoppfatningen blant elevene?
- Hvilke måter arbeider de for å forebygge et slikt press i skolen, i kroppsøvlingsundervisningen og ellers?
- Hvordan tolker kroppsøvlingslærere i grunnskolen kompetansemål i læreplanen om kroppsideal og bevegelseskultur som kan påvirke trening, ernæring, livsstil og helse (etter 10.trinn)?
- Hvordan gjennomfører lærere undervisning der de tar utgangspunkt i kompetansemålet om kroppsideal og bevegelseskultur som kan påvirke trening, ernæring, livsstil og helse?
- Hvilke didaktiske utfordringer rapporterer de om i arbeidet med temaet?

Å delta i studien innebærer at du stiller opp til et individuelt intervju. Spørsmålene vil omhandle temaer som press på kroppsoppfatning blant elever, forebygging, kompetansemål og didaktiske utfordringer i kroppsøvlingsfaget. Jeg vil ta lydopptak og notere underveis i

intervjuet. Jeg ser for meg at intervjuet vil vare maksimum 60 minutter, og vil bli gjennomført i november eller desember på et tidspunkt og sted som passer deg.

Det er frivillig å delta i prosjektet, og om du velger å delta kan du når som helst trekke deg uten å oppgi noen grunn. Alle opplysninger om deg vil bli anonymisert. Det vil bli gjort lydopptak av intervjuet. Disse lydfilene vil bli lagret på en egen lagringsenhet som vil være innelåst og de vil bli slettet når prosjektet er ferdigstilt. Jeg har meldt inn prosjektet til NSD – Norsk senter for forskningsdata.

Min veileder på prosjektet er: Idar Lyngstad, Nord universitet, tlf 74022768, epost: idar.k.lyngstad@nord.no

Hvis du har spørsmål til prosjektet, ta gjerne kontakt med meg:

99397781

jdleithe@hotmail.com

Mvh Julie Leithe

Vedlegg 3

Samtykkeerklæring

Jeg gir med dette mitt samtykke til å delta i studien «Kroppsøvlingslæreres tanker, undervisningspraksis og forebygging av press på kroppsoppfatningen blant elever på mellomtrinn og ungdomstrinn».

Jeg er kjent med studiens formål.

Innsamlede data behandles konfidensielt og i henhold til bestemmelser om personvern. Lydopptak av intervjuet slettes etter at oppgaven er avsluttet.

Jeg har muligheten til når som helst å trekke meg fra studien.

Sted og dato

Underskrift

Vedlegg 4

Norsk senter for forskningsdata

Meldeskjema for behandling av personopplysninger 22.05.2019, 17.54



NSD sin vurdering Prosjekttittel

Kroppsøvlingslæreres tanker, undervisningspraksis og forebygging av press på kroppsoppfatningen blant elever på ungdomstrinn

Referansenummer

103702

Registrert

16.10.2018 av Julie Devik Leithe - julie.d.leithe@student.nord.no

Behandlingsansvarlig institusjon

Nord universitet / Fakultet for lærerutdanning og kunst- og kulturfag / Kroppsøving, idrett og friluftsliv

Prosjektansvarlig (vitenskapelig ansatt/veileder eller stipendiat)

Idar Kristian Lyngstad, idar.k.lyngstad@nord.no, tlf: 74022768

Type prosjekt

Studentprosjekt, masterstudium

Kontaktinformasjon, student

Julie Leithe, jdleithe@hotmail.com, tlf: 99397781

Prosjektperiode

01.11.2018 - 01.07.2020

Status

07.12.2018 - Vurdert med vilkår

Vurdering (1)

07.12.2018 - Vurdert med vilkår

FORENKLET VURDERING MED VILKÅR

Etter gjennomgang av opplysningene i meldeskjemaet med vedlegg, vurderer vi at prosjektet har lav personvernulempe fordi det ikke behandler særlige kategorier eller personopplysninger om straffedommer og lovovertridelser, eller inkluderer sårbare grupper. Prosjektet har rimelig varighet og er basert på samtykke. Vi gir derfor prosjektet en forenklet vurdering med vilkår.

Du har et selvstendig ansvar for å følge vilkårene og sette deg inn i veiledningen i denne vurderingen. Dersom du følger vilkårene og prosjektet gjennomføres i tråd med det som er dokumentert i meldeskjemaet vil behandlingen av personopplysninger være i samsvar med personvernlovgivningen.

VILKÅR

Vår vurdering forutsetter:

1. At du gjennomfører prosjektet i tråd med kravene til informert samtykke
2. At du ikke innhenter særlige kategorier eller personopplysninger om straffedommer og lovovertridelser
3. At du følger behandlingsansvarlig institusjon (institusjonen du studerer/forsker ved) sine retningslinjer for datasikkerhet
4. At du laster opp revidert(e) informasjonsskriv på utvalgssiden(e) i meldeskjemaet og trykker «bekreft innsending», slik at du og behandlingsansvarlig institusjon får korrekt dokumentasjon. NSD foretar ikke en ny vurdering av det reviderte informasjonsskrivet.

1. KRAV TIL INFORMERT SAMTYKKE

De registrerte skal få skriftlig og/eller muntlig informasjon om prosjektet og samtykke til deltakelse. Du må påse at informasjonen minst omfatter:

- Prosjektets formål og hva opplysningene skal brukes til
- Hvilken institusjon som er behandlingsansvarlig
- Hvilke opplysninger som innhentes og hvordan opplysningene innhentes
- At det er frivillig å delta og at man kan trekke seg så lenge studien pågår uten at man må oppgi grunn
- Når prosjektet skal avsluttes og hva som skal skje med personopplysningene da: sletting, anonymisering eller videre lagring
- At du/dere behandler opplysninger om den registrerte basert på deres samtykke
- Retten til å be om innsyn, retting, sletting, begrensning og dataportabilitet (kopi)
- Retten til å klage til Datatilsynet
- Kontaktopplysninger til prosjektleder (evt. student og veileder)
- Kontaktopplysninger til institusjonens personvernombud

På nettsidene våre finner du mer informasjon og en veiledende mal for informasjonsskriv:

http://www.nsd.uib.no/personvernombud/hjelp/informasjon_samtykke/informere_om.html

Det er ditt ansvar at informasjonen du gir i informasjonsskrivet samstemmer med dokumentasjonen i meldeskjemaet.

2. TYPE OPPLYSNINGER OG VARIGHET

Prosjektet vil behandle alminnelige kategorier av personopplysninger frem til 01.07.2020.

3. FØLG DIN INSTITUSJONS RETNINGSLINJER

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

Dersom du benytter en databehandler i prosjektet må behandlingen oppfylle kravene til bruk av databehandler, jf. art 28 og 29.

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

NSD SIN VURDERING

NSDs vurdering av lovlig grunnlag, personvernprinsipper og de registrertes rettigheter følger under, men forutsetter at vilkårene nevnt over følges.

LOVLIG GRUNNLAG

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

PERSONVERNPRINSIPPER

Forutsatt at vilkår 1 til 4 følges vurderer NSD at den planlagte behandlingen av personopplysninger vil følge prinsippene i personvernforordningen om:

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

DE REGISTRERTES RETTIGHETER

Så lenge de registrerte kan identifiseres i datamaterialet vil de ha følgende rettigheter:

åpenhet (art. 12), informasjon (art. 13), innsyn (art. 15), retting (art. 16), sletting (art. 17), begrensning (art. 18), underretning (art. 19) og dataportabilitet (art. 20).

Forutsatt at informasjonen oppfyller kravene i vilkår 1 vurderer NSD at informasjonen om behandlingen som de registrerte vil motta oppfyller lovens krav til form og innhold, jf. art. 12.1 og art. 13.

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

MELD ENDRINGER

Dersom den planlagte behandlingen av personopplysninger endrer seg, kan det være nødvendig å melde dette til NSD ved å oppdatere meldeskjemaet. På våre nettsider informerer vi om hvilke endringer som må meldes. Vent på svar før endringer gjennomføres.

OPPFØLGING AV PROSJEKTET

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

Lykke til med prosjektet!

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