

Kroppsbilde hos ungdom.
En longitudinell studie av kulturelle, sosiale og individuelle
faktorerers betydning

Stine Vedvik



Masteroppgave i helse- og sosialpsykologi
Psykologisk institutt

UNIVERSITETET I OSLO

Mai 2012

Forord

Jeg vil takke min veileder Ingela Lundin Kvalem for tilgang på datamaterialet ”Ung i Oslo Longitudinell” og for gode råd og tilbakemeldinger i det som har vært en lærerik opplevelse. Særlig vil jeg takke for hennes hjelp med metoden som bidro til at analysearbeidet gikk mer på skinner enn forventet.

En spesiell takk til Morten som har bidratt med gode innspill og konstruktive tilbakemeldinger som har vært til stor hjelp for oppgaven, i tillegg til oppmuntring og støtte som har vært til stor hjelp for meg.

Sammendrag

Hensikten med denne studien er å belyse i hvilken grad ulike kulturelle, sosiale, psykologiske og fysiske faktorer predikerer et positivt eller negativt kroppsbilde over tid. Ungdomstiden er en sentral periode for utvikling av kroppsbilde og man ser at et negativt kroppsbilde er relatert til en rekke helseproblemer av både psykisk og fysisk natur. Det er også mer vanlig at jenter har et mer negativt kroppsbilde enn gutter.

Metode: Datamaterialet som studien baseres på er hentet fra ”Ung i Oslo Longitudinell”. Studiens utvalg består av 1730 ungdommer fra ungdomskoler i Oslo. Det ble gjennomført 3 målinger i 2006, 2008 og 2010. På den første målingen gikk deltakerne i 9. klasse og 86.3% av deltakerne var 14 år gamle.

Resultater: Både kulturelle, sosiale og individuelle faktorer hadde en signifikant sammenheng med ungdommenes kroppsbilde over tid. Resultatene viste at høy selvfølelse predikerte et positivt kroppsbilde for begge kjønn over perioden på 3 år. Høy opplevd sosial støtte, høy personlig kompetanse og lav grad av identifisering med medieidealer predikerte et positivt kroppsbilde hos jentene. Deltakelse i idrettslag predikerte et positivt kroppsbilde for guttene.

Diskusjon: Studien viser at både jenter og gutters kroppsbilde påvirkes av ulike faktorer i kulturen, det sosiale miljøet samt deres personlige egenskaper. Disse funnene er viktige i et forebyggende perspektiv fordi de gir indikasjoner på hva intervensjoner bør fokusere på for å hjelpe ungdom med å utvikle et positivt kroppsbilde.

Innholdsfortegnelse

Innledning.....	1
Kroppsbilde.....	1
Negativt kroppsbilde.....	2
Positivt kroppsbilde.....	2
Kjønnforskjeller.....	3
Risiko og resiliens relatert til kroppsbilde.....	5
En kognitiv-atferdsmodell som forklaring på kroppsbildet.....	6
Kulturelle og sosiale faktorer.....	7
Media.....	7
Idrett.....	8
Interpersonlige faktorer.....	9
Erting og mobbing.....	10
Sosial støtte.....	11
Personlighetsrelaterte faktorer.....	12
Personlig kompetanse.....	12
Selvfølelse.....	12
Fysiske faktorer og endringer.....	13
Pubertet.....	13
Vekt.....	14
Problemstilling.....	15
Metode.....	16
Datamateriale.....	16
Utvalg.....	16
Prosedyre.....	16
Måleinstrumenter.....	17
Frafallsanalyse.....	19
Analyseplan.....	20
Resultater.....	22
Diskusjon.....	30
Kjønnforskjeller.....	30
Forskjeller mellom de med et positivt og et negativt kroppsbilde.....	32
Hvordan kan disse resultatene tolkes?.....	32

Begrensninger ved denne studien.....	37
Konklusjon og implikasjoner.....	39
Referanseliste.....	41
Appendiks A.....	47
Appendiks B.....	48

Innledning

Kropp og utseende er en sentral del av selvbildet, spesielt blant ungdom. Forskningen på kroppsbilde viser at de fleste jenter og kvinner har et negativt syn på egen kropp, særlig deres vekt og kroppsfasong. Nyere forskning viser at denne tendensen også er økende blant gutter og menn (Tiggemann, 2011). I vestlige kulturer er det kvinnelige skjønnhetsidealet å være høy og tynn med store bryster og smale hofter (Levine & Smolak, 2002). Mange kan aldri oppnå et slikt ideal og en følge av dette kan være at de utvikler et negativt kroppsbilde. Kroppsidealet for gutter og menn er mer nyansert, men karakteristikkene som å være høy, bredskuldret, muskuløs og atletisk er generelt høyt verdsatt (Ricciardelli & McCabe, 2011).

Forskningen på kroppsbilde har historisk vært rettet mot det sykelige, spesielt spiseforstyrrelser. Dette har medført at teori og forskning har fokusert på å forstå, forebygge og behandle et negativt kroppsbilde (Cash, 2002). Gjennom utviklingen av positiv psykologi har det imidlertid blitt viet mer oppmerksomhet til det positive kroppsbildet de siste årene. Forskning viser at et positivt kroppsbilde ikke bare er en motpol til et negativt kroppsbilde, men at de er kvalitativt ulike (Tylka, 2011). Dette gjør det viktig å undersøke hva som kjennetegner og påvirker både et positivt og et negativt kroppsbilde, spesielt med tanke på intervensjoner og forebyggende arbeid. Utviklingen av kroppsbildet påvirkes både av ytre faktorer fra kulturen og det sosiale miljøet man lever i, indre faktorer som psykologiske egenskaper samt ulike fysiske karakteristikkene. Disse faktorene kan være både beskyttende og risikofremmende for ungdoms kroppsbilde (Barker & Galambos, 2003).

Forskningen på kroppsbilde er i hovedsak basert på tverrsnittstudier og få undersøkelser har sett på langtidseffekten ulike faktorer har på kroppsbildet. Den foreliggende studien har et longitudinelt perspektiv og er basert på data fra "Ung i Oslo Longitudinell" (LUNO) som strekker seg over 3 år. Dette gjør det mulig å belyse hvorvidt kulturelle, sosiale, psykologiske og fysiske faktorer kan påvirke kroppsbildet i en positiv eller negativ retning over tid. Studien vil gjennomgående analysere jenter og gutter separat for å kunne avdekke eventuelle kjønnsforskjeller i utviklingen av deres kroppsbilde. Den vil også ha en åpen tilnærming med fokus på å undersøke en bred problemstilling, fremfor å teste konkrete hypoteser.

Kroppsbilde

Kroppsbilde er et flerdimensjonelt begrep som består av både kognitive, affektive og atferdsrelaterte aspekter (Thompson, Heinberg, Altabe, & Tantleff-Dunn, 1999). Den subjektive vurderingen av eget utseende vil som oftest utgjøre hoveddelen av kroppsbildet.

Samtidig vil også den objektive, biologiske kroppen være en del av denne vurderingen (Smolak & Thompson, 2008). Det kognitive aspektet ved kroppsbildet innebærer de tanker og oppfatninger man har om sitt eget utseende. Det affektive aspektet er følelsene man har knyttet til egen kropp, for eksempel i hvilken grad man liker eller misliker sitt utseende. Det siste aspektet, atferd, kan være både årsak til og konsekvens av kroppsbildet. Et positivt kroppsbilde kan bidra til at man trener ofte fordi man vil ta vare på kroppen sin og på denne måten være en årsak til atferd. På en annen side kan mislykket slanking føre til økt misnøye og kroppsbildet blir slik en konsekvens av atferd.

Tre sentrale tendenser går igjen i forskningen på kroppsbilde. Det første er at kvinner har et mer negativt kroppsbilde enn menn. Man finner også at misnøye med egen kropp og utseende for de fleste er relatert til vekt og størrelse. Den tredje tendensen er at forskjellen mellom kjønnene og fokuset på vekt er særlig tydelig blant ungdom (Kvalem, 2007a).

Negativt kroppsbilde. Kroppsmisnøye innebærer en preferanse for kroppslige karakteristikk som er annerledes enn slik man oppfatter sin egen kropp. Slik misnøye inngår i det affektive aspektet ved kroppsbildet (Wertheim & Paxton, 2011). Et negativt kroppsbilde innebærer også en overdreven opptatthet av egen kropp som kan manifestere seg både kognitivt og atferdsmessig (Cash & Pruzinsky, 2002). Forskningen på kroppsbilde har i størst grad fokusert på menneskers negative syn på egen kropp. Dette skyldes i hovedsak at et negativt kroppsbilde er en sentral komponent i prevalente helseproblemer som fedme, usunn slankeatferd, spiseforstyrrelser og depresjon (Cash, 2002; Friestad & Rise, 2004; Smolak & Thompson, 2008). Neumark-Sztainer, Paxton, Hannan, Haines og Story (2006) fant i en longitudinell undersøkelse at et negativt kroppsbilde i 12-års alderen predikerte ulik helsereduserende atferd 5 år senere. For jenter var et negativt kroppsbilde assosiert med overspising, vektkontrollerende atferd, lavere nivå av fysisk aktivitet samt lavt inntak av frukt og grønnsaker. For gutter predikerte et negativt kroppsbilde vektkontrollerende atferd, overspising, røyking og mindre fysisk aktivitet. Dette viser at hvordan ungdommer oppfatter sin egen kropp spiller en rolle for deres generelle velvære og kan predikere helserelatert atferd over tid.

Positivt kroppsbilde. Ifølge Tylka (2011) kan positiv psykologi benyttes som et teoretisk bakteppe for forskning på et positivt kroppsbilde. Denne retningen argumenterer for at det å kun fjerne negative egenskaper uten å gi individer muligheten til å tilegne seg positive kvaliteter vil skape en mental helse uten problemer, men også uten vitalitet. Relatert til kropp og utseendet vil det si at å dekonstruere et negativt kroppsbilde ikke nødvendigvis vil skape et positivt kroppsbilde (Tylka, 2011).

Mennesker med et positivt kroppsbilde setter pris på det unike ved deres egen kropp samt de funksjonene den har (Tylka, 2011). De velger venner og partnere som aksepterer kroppen deres, de unngår eller minimerer eksponering for medier som fremmer det kulturelle idealet, de filtrerer vekk negativ informasjon og vektlegger det positive. Fokuset deres er rettet mot å respektere kroppen fremfor å mislike den. Karakteristikkene som bidrar til å fremme et positivt kroppsbilde inkluderer en ubetinget aksept fra nære andre, sosial støtte, høy selvfølelse, kunnskap om mediens metoder for bildemanipulering, spiritualitet og å leve i en kultur som har en bred konseptualisering av skjønnhet (Tylka, 2011; Wood-Barcalow, Tylka, & Augustus-Horvath, 2010). Et positivt kroppsbilde kan ifølge Tylka (2011) føre til en rekke andre positive kvaliteter som en indre positivitet, selvbevarende atferd og å hjelpe andre til å sette pris på egen kropp. Disse karakteristikkene kan relateres til kroppsbildet på en syklisk måte ved at de bidrar til å opprettholde et positivt kroppsbilde når man først har utviklet det (Tylka, 2011). Utvikling av et positivt kroppsbilde knyttes også til faktorer som mer stabil vekt, normal BMI (Body Mass Index), intuitiv spising, sunt kosthold og økt fysisk aktivitet (Frisèn & Holmqvist, 2010; Tylka, 2011). På denne måten kan altså et positivt kroppsbilde bidra til en sunnere livsstil, økt generell velvære og bedre livskvalitet.

Frisèn og Holmqvist (2010) fant i en kvalitativ undersøkelse av svenske ungdommer at det var noen trekk som skilte de med et positivt kroppsbilde fra andre. Flertallet av disse ungdommene så på seg selv som gjennomsnittlige i utseende og ikke spesielt pene. Samtidig viste de en bevisst og aksepterende holdning til sine ufullkommenheter, de hadde et funksjonelt, fremfor estetisk syn på kroppen og de fleste antok at familie og venner likte deres utseende. De som hadde fått negative kommentarer tok de sjeldent til seg, men avfeide de heller som uskyldige spøker (Frisèn & Holmqvist, 2010). Wood-Barcalow, Tylka og Augustus-Horvath (2010) fant liknende tendenser i intervjuer med kvinnelige studenter. Åtti prosent av kvinnene i studien rapporterte å ha endret et negativt kroppsbilde til et positivt ved hjelp av sosial støtte, endret tenkemåte om egen kropp, utvikling av evnen til å sette pris på både kroppens form og funksjon samt en bred definisjon av attraktivitet. Slike funn er viktige i et intervensjonsperspektiv fordi det viser at det er mulig å utvikle et positivt kroppsbilde selv om man har et negativt utgangspunkt.

Kjønnsforskjeller

Selv-diskrepansteori (Higgins, 1987) hevder det er størrelsen på diskrepansen mellom idealet og selvoppfattet utseende som fører til et positivt eller negativt kroppsbilde. Hvis ens utseende er nært idealet vil man være mer fornøyd enn hvis det er stor avstand. Diskrepansen

tenderer å bli større når det kulturelle idealet blir internalisert som individets eget ideal. Det kulturelt definerte kvinnelige idealet er lengre unna en gjennomsnittlig kvinnekropp enn det mannlige idealet er fra en typisk mannskropp. Dette gjør kvinner mer utsatt for å oppleve diskrepans mellom selvoppfattet utseende og idealet, noe som kan forklare hvorfor kvinner generelt er mer misfornøyde enn menn (Kvalem, 2007a; Wykes & Gunter, 2005b).

Forskning viser at mellom 50-80% av jenter i vestlige kulturer sier de ønsker å bli tynnere enn de er, selv om de er normalvektige eller til og med undervektige (Levine & Smolak, 2002; Wertheim, Paxton, & Blaney, 2008). Longitudinelle studier har funnet at kroppsmisnøyen tenderer å øke for jenter i alderen 12-15 år (Levine & Smolak, 2002). Annen forskning viser at mellom 40-70% av tenåringsjenter er misfornøyde med to eller flere deler av kroppen sin og spesielt gjelder dette hofter, lår, mage og rumpe. Misnøyen med vekt og utseende er i dag blitt så vanlig at det kalles en normativ misnøye (Levine & Smolak, 2002).

Tenåringsjenter tenker ofte at det å bli tynnere vil gjøre dem mer lykkelige, penere, sunnere, vellykkete og mer populære (Lieberman, Gauvin, Bukowski, & White, 2001; Wertheim & Paxton, 2011; Wertheim et al., 2008). Popularitetsfaktoren kan være en spesielt sterk motivator da sosial aksept fra jevnaldrende oppfattes som veldig viktig i ungdomstiden (Daniels & Leaper, 2006). I tillegg til å forstå ønsket om å bli tynnere er det også viktig å sette seg inn i hvor stor betydning dette har for individet. En preferanse som ikke anses som spesielt viktig vil sjeldent ha sterk innvirkning på tanker, følelser eller atferd. Basert på dette kan en tenke seg at jenter som ser på det å være tynn som svært viktig med større sannsynlighet vil utvikle et negativt kroppsbilde (Wertheim & Paxton, 2011).

Forskningen på kroppsbildet har inntil de siste årene fokusert på jenter og kvinner. Nyere forskning viser imidlertid at også gutter og menn kan oppleve misnøye med kroppen, selv om de som oftest er mer fornøyd enn jentene (Cohane & Harrison, 2001). Et problem med den eksisterende kroppsbildeforskningen er at måleinstrumentene som har blitt brukt hovedsakelig har fokusert på og målt kroppsbilde med utgangspunkt i tynnhetsidealet (Eisenberg, Jerica, Fulkerson, & Neumark-Sztainer, 2011). Gutter er imidlertid ikke like opptatt av å være tynn som jentene og det å være for tynn kan hos gutter føre til økt kroppsmisnøye. Omkring halvparten av guttene som er misfornøyde med kroppen sin ønsker heller å gå opp i vekt og da spesielt øke muskelmassen. Dette henger sammen med at kroppsidealet for gutter er muskuløst og smalt, men ikke like tynt som det kvinnelige idealet (Cohane & Harrison, 2001; Levine & Smolak, 2002).

Gutter fokuserer mer på de positive aspektene ved kroppen sin noe som kan være både beskyttende og adaptivt. Særlig ser man at de oftere bruker ”self-serving bias” en tendens til å

tro man er bedre enn gjennomsnittet på ønskelige egenskaper og under gjennomsnittet på uønskede egenskaper. I forhold til kroppsbildet kan det være at dette gjør gutter bedre rustet til å overse negative budskap fra media og det sosiale miljøet (Ricciardelli & McCabe, 2011).

Sentrale karakteristikk for gutters kroppsbilde er synonymt med egenskaper som er viktige for å prestere i idrett. Dette er funksjonelle aspekter ved kroppen slik som høyde, styrke, størrelse og kondisjon. Gutter vil ofte sammenlikne seg i forhold til deres prestasjoner på idrettsbanen og dette kan føre til både negative selvvurderinger som ”den tregeste eller svakeste” eller positive utfall som ”den raskeste eller sterkeste” (Levine & Smolak, 2002; Ricciardelli & McCabe, 2011).

Ungdommenes sosiale miljø kan også bidra til å understreke kjønnsforskjellene. Gutter får sjeldnere kommentarer om kroppen sin og dersom de gjør det handler de oftest om prestasjon og mestringsevne i forhold til idrett og ikke direkte om kroppens utseende. Det er derimot vanlig for jenter å få kommentarer om hvordan de ser ut. Slike kommentarer kan være både positive og negative, men de vil som oftest være rettet mot kroppens utseende og ikke dens funksjon (Frisèn & Holmqvist, 2010; McCabe & Ricciardelli, 2006).

Risiko og resiliens relatert til kroppsbildet

Noen ungdommer har egenskaper eller er i livssituasjoner som gjør de mer sårbare for å utvikle et negativt kroppsbilde. Andre vil derimot være beskyttet mot en slik utvikling gjennom sin personlighet eller sosiale miljø og ha større sannsynlighet for å utvikle et positivt kroppsbilde. Ifølge Dunkley, Wertheim og Paxton (2001) vil bekymringer knyttet til kropp mest sannsynlig oppstå i en subkulturell kontekst hvor man har en bevissthet omkring vekt og kroppsfasong. Slike subkulturer kan være lokalsamfunnet man tilhører, skolen man går på, fritidsaktiviteter, vennegjengen eller ens egen familie. For å forstå hvorfor og hvordan noen er i risiko, mens andre er beskyttet fra å utvikle et negativt kroppsbilde, vil det være hensiktsmessig med en tilnærming som inkluderer både sosiokulturelle faktorer, interpersonlige erfaringer, individuelle psykologiske trekk og fysiske karakteristikk (Dunkley, Wertheim, & Paxton, 2001; Wertheim et al., 2008).

Resiliens betegnes som utfallet av en dynamisk prosess som innebærer en interaksjon mellom risikofremmende og beskyttende faktorer som bidrar til å modifisere effekten av vanskelige livshendelser. Resiliens kan slik sees på som en evne til positiv tilpasning på tross av motgang. Risikofremmende og beskyttende faktorer kan påvirke direkte eller i interaksjon med en risikosituasjon. Både beskyttende og risikofremmende faktorer finnes på individ,

gruppe og samfunnsnivå (Barker & Galambos, 2003; Olsson, Bond, Burns, Vella-Brodrick, & Sawyer, 2003; Skre et al., 2007).

Det er ulike syn på hva en beskyttende faktor er. En forklaring er at det er motsatsen til risikofaktorer, slik at hvis lav selvfølelse er en risikofaktor for et negativt kroppsbilde vil høy selvfølelse være en beskyttende faktor. En annen forklaring er at beskyttende faktorer kan modulere effekten av risikofaktorer og bidra til et bedre utfall for noen som allerede er i risiko (Barker & Galambos, 2003). For eksempel vil en jente som har internalisert det kulturelle kroppsidealet være i risiko for en negativ kroppsbildeutvikling. Samtidig kan hun også være beskyttet ved å ha et støttende sosialt miljø som bidrar til å motvirke effekten av denne risikofaktoren (Hjemdal, Friberg, Stiles, Martinussen, & Rosenvinge, 2006; Levine & Smolak, 2006a). Relatert til kroppsbildet kan beskyttende faktorer blant annet være gode relasjoner med foreldre eller deltakelse i lagidrett (Barker & Galambos, 2003; Tylka, 2011). Risikofaktorer kan være fysiske karakteristikk som overvekt eller kontekstuelle faktorer som å bli ertet (Barker & Galambos, 2003). I et forebyggingsperspektiv er det disse faktorene man ønsker å kartlegge for å bedre tilrettelegge intervensjoner og forhindre utvikling av et negativt kroppsbilde.

En kognitiv-atferdsmodell som forklaring på kroppsbildet

Det meste av den moderne forskningen på kroppsbilde tar utgangspunkt i et kognitivt-atferds paradigme. Paradigmet reflekterer ikke en enkelt teori, men trekker kunnskap fra empiriske tradisjoner som vektlegger sosial læring og betingingsprosesser samt den kognitive effekten av atferd og emosjoner (Cash, 2011). Cash (2011) har utviklet en kognitiv-atferdsmodell for å forklare utviklingen av kroppsbildet. Det er en heuristisk modell hvor hensikten er å organisere og skape oversikt over de ulike aspektene som inngår i og påvirker kroppsbildet. Modellen skiller mellom historiske og proksimale faktorer. Historiske faktorer kan være tidligere opplevelser, erfaringer eller egenskaper som kan predisponere eller påvirke atferd, tanker eller følelser om kroppen. Proksimale faktorer er nåværende hendelser eller reaksjoner relatert til kroppsbildet. De historiske faktorene er inndelt i fire kategorier og disse er kulturell sosialisering, interpersonlige erfaringer, personlighetsrelaterte variabler samt fysiske karakteristikk og endringer. Gjennom ulike former for kognitiv og sosial læring vil disse faktorene bidra til utviklingen av individets holdninger til eget utseende. Dette innebærer både kroppslige evalueringer, altså hvor fornøyd eller misfornøyd man er, og hvor opptatt man er av utseendet (Cash, 2011). I den foreliggende studien er det inkludert en rekke faktorer som kan påvirke ungdoms kroppsbilde i en positiv eller negativ retning. Videre i innledningen vil

Cash sin kognitive-atferdsmodell benyttes som rammeverk for å presentere empiri og teori relatert til faktorene som er relevante for studiens problemstilling.

Kulturelle og sosiale faktorer

Både biologiske og psykologiske faktorer kan påvirke kroppsbildet, men ifølge Wertheim et al. (2008) vil et negativt kroppsbilde i de fleste tilfeller være et resultat av at personens kroppslige karakteristikk ikke passer med de kulturelt definerte normene for hva som er en pen kropp. Kulturen fremmer normer og forventninger til utseende ved at noen fysiske karakteristikk blir sosialt verdsatt og andre ikke. I den vestlige kulturen er det å være fysisk attraktiv en høyt verdsatt karakteristikk som påvirker måten man tenker på og behandler seg selv og andre. Kulturelle idealer og stereotyper styrer hvem som vurderes som attraktive og hvem som ikke er det (Cash, 2011). Attraktive mennesker knyttes ofte til "What-is-beautiful-is-good" stereotypien hvor individer tillegges positive karakteristikk som ikke er direkte relatert til utseendet. Dette kan være at de er mer intelligente, snillere eller mer populære enn de som ikke sees på som like tiltrekkende (Kvalem, 2007a). De som vurderes som attraktive vil også bli behandlet på en mer positiv måte både innenfor sitt eget sosiale miljø, men også i samfunnet generelt (Cash, 2011; Jackson, 2002). Idealene symboliserer verdier som i vestlig kultur er høyt verdsatt slik som høy grad av viljestyrke, mestring og suksess. Kroppen blir dermed et sosialt symbol på verdier man ønsker å vise andre at man besitter. Idealene påvirker og manifesterer seg som normer og avvik fra disse kan føre til stigmatisering, utestengning eller erting. De som skiller seg fra kroppsidealet kan bli tillagt negative egenskaper som at de er late, uten viljestyrke og mindre intelligente (Cash, 2011; Kvalem, 2007a).

Media. En sentral aktør for formidling av kroppsidealer er media. Bildene som presenteres i media blir stadig mindre lik den generelle populasjonen og skaper slik et skjevt inntrykk av hva som er normal variasjon i kroppsstørrelse. Dette kan bidra til å øke diskrepansen mellom idealet og populasjonens faktiske utseende (Kvalem, 2007a; Wykes & Gunter, 2005a). Medienes effekt på kroppsbildet kan medieres av ulike psykologiske prosesser som sosial sammenlikning og selvobjektivering. Ungdom er storforbrukere av media og særlig jenter sammenlikner seg ofte med modeller de ser i magasiner eller på TV. Slike sammenlikninger kan bidra til negative tanker og følelser om en selv og dette gjelder spesielt for de som er sterkt investert i utseendet (Ata, Ludden, & Lally, 2007; Levine & Chapman, 2011; Levine & Smolak, 2002). Ifølge sosial sammenlikningsteori (Festinger, 1954) vil individer etablere sin identitet gjennom sammenlikninger med andre. Særlig

ungdommer som er usikre på seg selv og sitt eget utseende vil ofte sammenlikne seg med andre på det som anses som viktige karakteristikk og egenskaper (Kvalem, 2007a).

Objektiviseringsteori (Frederickson & Roberts, 1997) belyser konsekvensene av å bli behandlet kun som en kropp og verdsatt hovedsakelig utfra sin verdi for andre. En konsekvens av slik seksuell objektivisering kan være at man utvikler et observatørperspektiv på sitt fysiske selv, noe som kalles selvobjektivisering. Dette er en form for selvbevissthet som innebærer kontinuerlig vurdering av eget utseende og kan føre til skam og angst knyttet til kroppen. Dette kan igjen bidra til et negativt kroppsbilde og spiseforstyrrelser (Frederickson & Roberts, 1997). Objektiviseringsteori er i utgangspunktet utviklet for kvinner, men Slater og Tiggemann (2010) fant selvobjektivisering hos både jenter og gutter ned til 12-års alderen. Den mannlige kroppen blir i økende grad også presentert på en seksualisert måte i media og dette kan gjøre at gutter er mer utsatt for selvobjektivisering i dag enn de var tidligere (Slater & Tiggemann, 2010).

Medias påvirkningskraft er vist både i korrelasjonelle og eksperimentelle studier hvor jenter som eksponeres for tynne mediebilder uttrykker umiddelbart dårligere kroppsbilde (Wertheim & Paxton, 2011). Funn fra flere studier tyder på at gutter påvirkes i mindre grad og opplever mindre press fra media om å konformere til et kulturelt kroppslig ideal (Ata et al., 2007). I en kvalitativ studie av 80 ungdommer fant McCabe og Ricciardelli (2006) at de fleste guttene ikke fikk med seg kroppsrelaterte budskap fra media. Noen rapporterte imidlertid en bevissthet om at mediene forsøkte å påvirke deres syn på egen kropp gjennom å vise bilder av hvordan man burde se ut. De følte imidlertid ikke at det påvirket dem selv i noen særlig grad (McCabe og Ricciardelli 2006). Det å motstå mediepåvirkning vil altså kunne støtte oppunder et positivt kroppsbilde.

Idrett. I forskningen på kroppsbilde blir de funksjonelle kvalitetene til kroppen ofte utelatt. Det er imidlertid funnet at fysisk kompetanse og mestring vil kunne føre til positive tanker og følelser om egen kropp (Abbott & Barber, 2009). Fokus på kroppens funksjonelle kvaliteter kan bidra til at ungdom, særlig jenter, inkluderer positive kroppslige opplevelser i sitt kroppsbilde og dermed beskyttes fra selvobjektivisering. Funksjonsbaserte verdier vil sannsynligvis ikke erstatte de utseendebaserte verdiene, men kan integreres i kroppsbildet slik at kroppen oppleves som noe mer enn et objekt (Abbott & Barber, 2009; Frederickson & Roberts, 1997). Deltakelse i idrett er assosiert med et positivt kroppsbilde, godt humør, mindre angst, positiv selvoppfatning og økt selvfølelse (Slater & Tiggemann, 2011). Det er imidlertid forskjeller mellom ulike idretter og deres effekt på kroppsbilde. Idretter som er estetisk basert, slik som dans eller turn, er assosiert med en større risiko for å utvikle et

negativt kroppsbilde (Abbott & Barber, 2009; Levine & Smolak, 2006b; Sundgot-Borgen, Torstveit, & Skårderud, 2004). Abbott & Barber (2009) fant at jenter som deltok i lagidrett hadde et mer funksjonsbasert og positivt kroppsbilde enn de som trente alene og de som ikke trente. Samtidig var alle former for sportslig aktivitet relatert til et mer funksjonelt kroppsbilde sammenliknet med det å ikke være i aktivitet i det hele tatt (Abbott & Barber, 2009).

Idrett spiller en sentral rolle i gutters sosialisering i oppveksten og bidrar til både den fysiske, mentale og sosiale utviklingen. Idrettsprestasjoner er viktige i utviklingen av et positivt kroppsbilde og høy selvtillit samt grad av popularitet blant jevnaldrende (Daniels & Leaper, 2006; Ricciardelli & McCabe, 2011). Generelt deltar flere gutter enn jenter i organisert idrett i ungdomstiden og de jentene som driver med idrett slutter ofte tidligere enn guttene. Sett i lys av tradisjonelle kjønnsrollemønster kan lagidrett oppfattes som lite feminint av tenåringsjenter. Det er også vist at å bli ertet for ens idrettsprestasjoner bidrar til at man slutter eller reduserer aktivitetsnivået og jenter rapporterer mer idrettsrelatert erting enn gutter (Slater & Tiggemann, 2011). Slater og Tiggemann (2011) fant at både jenter og gutter som ble ertet for sine idrettsprestasjoner viste flere bekymringer relatert til kroppen sin og større grad av selvobjektivering.

Forskningen på idrett og kroppsbilde er inkonsistent og viser både positive og negative sammenhenger. For gutter kan det antas at idrettsprestasjoner vil bidra til et positivt kroppsbilde da gutters kroppsbilde er mer funksjonsbasert. Ettersom jenters kroppsbilde oftest er estetisk basert kan det tenkes at positive kroppslige mestringsopplevelser, som idrett antas å gi, fører til et mer positivt kroppsbilde fordi fokus flyttes fra utseende til funksjon.

Interpersonlige faktorer

De fleste ungdommer eksponeres for mediens bilder og budskap, men ikke alle utvikler et negativt kroppsbilde (Cash, 2011). Dunkley et al. (2001) peker på at det kulturelle presset fra mediene kan bli mer problematisk om det forsterkes av nære sosiale agenter som familie og venner. Dette kan skje på ulike måter gjennom blant annet gjennom modellering, sosial forsterkning eller direkte verbal tilbakemelding (Lieberman et al., 2001). Foreldres atferd og kommentarer bidrar til å uttrykke i hvilken grad utseendet er viktig i familien og søsken kan bidra til en sammenlikningsstandard for utseende. Venner er også sentrale påvirkningskilder gjennom å fremme normer og forventninger til utseendet i ungdomstiden (Cash, 2011). Ifølge teorien om symbolsk interaksjonisme (Mead, 1934) fungerer sosiale interaksjoner som et speil og kroppsbilde utvikles basert på tilbakemeldingene vi får vårt sosiale miljø (Cash &

Fleming, 2002; Mead, 1934). Det er imidlertid ikke slik at man bare er passive mottakere som internaliserer andres meninger og vurderinger. Prosessen er gjensidig ved at det som reflekteres tilbake på en kan være skapt av egne tanker og påfølgende sosiale atferd. På denne måten kan det subjektive kroppsbilde påvirke hvordan vi kognitivt og emosjonelt opplever sosiale interaksjoner (Cash & Fleming, 2002).

Erting og mobbing. Erting innebærer verbal og ikke-verbal kommunikasjon og kan på en side være humoristisk og leken, men på den andre siden være plagsom og sårende. De som blir ertet er ofte fysisk, kognitivt eller atferdsmessig annerledes (Vessey, Duffy, O'Sullivan, & Swanson, 2003). Utseendet er en av de vanligste årsakene til erting i barne- og ungdomstiden. Det er spesielt vanlig å bli ertet for vekt eller ansiktstrekk og jenter rapporterer å bli ertet oftere enn gutter (Kvalem, 2007a; Kvalem, von Soest, Roald, & Skolleborg, 2006; Vessey et al., 2003). Jenter som blir ertet er mer utsatt for et negativt kroppsbilde, slankeatferd, sosial sammenlikning, internalisering av tynnhetsidealet, depresjon og lav selvfølelse (Ata et al., 2007; Barker & Galambos, 2003; Keery, Boutelle, van den Berg, & Thompson, 2005; Lieberman et al., 2001) I sin studie fra 2003 fant Barker og Galambos at erting var den eneste kontekstuelle faktoren som predikerte kroppsmisnøye blant gutter. Samtidig har andre studier ikke funnet en slik sammenheng mellom erting og kroppsbilde (Jones, 2004; Stice & Whitenton, 2002).

Erting kan føre til et negativt kroppsbilde ved at det forsterker utseendets sosiale verdi, understreker hvilke fysiske attributter som er ønskelige i kulturen og følgelig hvilke som er lite verdsatt (Jones, Vigfusdottir, & Lee, 2004). Cash (2002) peker på at det er frekvensen, varigheten og den emosjonelle reaksjonen man har til ertingen som påvirker kroppsbildet. Dette støttes av funn fra Lieberman et al. (2001) hvor kun erting som opplevdes som sårende hadde innvirkning på jentenes kroppsbilde.

Erting som gjentas til tross for klare tegn på ubehag hos den som blir ertet, regnes som mobbing. Mobbing er når en eller flere personer, gjentatte ganger og over tid sier eller gjør vonde og ubehagelige ting mot noen som har vanskelig for å forsvare seg (Olweus, 1992). Dette kan være fysisk plaging, krenkende og hånlige kommentarer eller indirekte mobbing som utestengelse og baksnakking. De som typisk blir mobbet er de som er stille, forsiktede, følsomme, usikre, har lav selvtillit og en negativ selvopfatning (Olweus, 1992). Dette er karakteristikk som også er relatert til et negativt kroppsbilde. Jenter er ofte mer utsatt for utseenderelatert erting og man kan tenke seg at dette vil ha en negativ effekt på utviklingen av deres kroppsbilde.

Sosial støtte. Positive tilbakemeldinger fra ens sosiale miljø kan virke beskyttende og hjelpe ungdom til å utvikle et positivt kroppsbilde, mens mangel på sosial støtte er assosiert med et negativt kroppsbilde og lav selvfølelse (Ata et al., 2007; Jones, 2011). Kjernefamilien utgjør de primære relasjonene i utviklingen og spiller en grunnleggende rolle i forming av individets verdier og holdninger. Gjennom sine egne livsstilmønstre uttrykker foreldre sine normer og forventninger til kropp og utseende og de fungerer både som modeller, kritikere og støttespillere (Dunkley et al., 2001; Jones, 2011). Forskning har funnet at foreldre-barn relasjoner preget av konflikter, lite støtte og press om å være tynn predikerer slankeatferd og et negativt kroppsbilde blant ungdom (Bearman, Presnell, Martinez, & Stice, 2006; Jones, 2011). Manglende sosial støtte kan gjøre en sårbar for å utvikle et negativt kroppsbilde fordi man tror at sosial aksept forutsetter oppnåelse av det kroppslige idealet. I motsetning kan støttende relasjoner virke beskyttende fordi de viser individet at sosial støtte og aksept ikke er betinget av utseende. Forskning har funnet støtte for en slik positiv effekt med mer konsistente resultater for jenter enn gutter (Barker & Galambos, 2003; Bearman et al., 2006).

I ungdomstiden blir venner viktigere enn før og overtar deler av foreldrenes tidligere rolle. Normer og forventninger til utseendet både modelleres og forsterkes innad i vennemiljøet (Jones & Crawford, 2006). Samtaler om utseende retter økt oppmerksomhet mot kroppen og forsterker betydningen utseendet har i vennegjengen. Gjennom dette kan en subkultur preget av internalisering av kroppsidealer og påfølgende negative kroppsbilder oppstå (Jones & Crawford, 2006; Wertheim et al., 2008). Generelt ser det ut til at jenter i større grad relaterer sosial støtte til kropp og tynnhet. Overvektige jenter snakker oftest om slanking, er mest usikre på sin sosiale plass og tror at oppnåelse av tynnhetsidealet er måten å bli sosialt akseptert på (Jones & Crawford, 2006). Det er viktig å merke seg at det er forskjell på sosial aksept og nære vennskap. Å føle at man ikke er sosialt akseptert betyr ikke nødvendigvis at man ikke har noen venner. Sosial aksept er mer relatert til større grupper som man hører til på grunn av bosted, alder eller etnisk bakgrunn og ikke nære venner man selv har valgt (Kvalem, 2007b). Vennskap preget av lojalitet og nærhet kan i større grad fungere som en beskyttelsesfaktor fordi man ikke føler seg vurdert kun utifra utseendet. Jenter har ofte mer intime venneforhold enn gutter, de rapporterer mer tilgang på sosial støtte og de bruker sitt sosiale nettverk i større grad enn gutter (Hjemdal et al., 2006). Venninner vil ofte forsøke å hjelpe hverandre for eksempel gjennom tips og råd til hvordan man kan se bedre ut. Selv om intensjonene her er gode kan de likevel føre til negative konsekvenser hos mottakeren. Mye fokus på kropp og utseendet kan altså bidra til å motvirke den positive effekten man vil anta at sosial støtte har på individets kroppsbilde.

Sosial støtte er ikke nødvendigvis et mål på den faktiske støtten man har, men kan også være en opplevelse og tro om at man har støtte i sitt sosiale miljø. Sosial støtte kan derfor inkluderes både under interpersonlige og individuelle variabler.

Personlighetsrelaterte faktorer

Personlig kompetanse. Det er ikke slik at alle kroppsbilde påvirkes likt av faktorer i kulturen eller det sosiale miljøet. Forskjellige personlige egenskaper kan påvirke kroppsbildet ved at man reagerer ulikt på signaler fra media, foreldre og venner. Personlig kompetanse er ifølge Hjemdal et al. (2006) en fellesbetegnelse på en rekke personlige egenskaper som kan være beskyttende og positive for individet. Disse er selvtillit, ”self-efficacy”, ”self-liking”, håp, besluttsomhet, en realistisk tilnærming til livet, evne til organisering, planlegging samt opprettholdelse av rutiner. Dette er egenskaper som kan sees i lys av personlighetstrekk fra Femfaktormodellen og det er funnet at kvinner som skårer høyt på ekstraversjon har en mer positiv vurdering av egen kropp, mens de som skårer høyt på nevrotisisme ofte har et negativt kroppsbilde (Kvalem et al., 2006; Swami, Hadji-Michael, & Furnham, 2008). Det er en tendens til at gutter føler de har høyere personlig kompetanse enn jenter (Hjemdal et al., 2006). Om det er slik at egenskapene relatert til personlig kompetanse bidrar til forskjeller i kroppsbildet kan det tenkes at gutter vil ha et mer positivt syn på kroppen ettersom de tenderer å ha større personlig kompetanse.

Selvfølelse. Selvfølelsen er individets holdninger, vurderinger og følelser knyttet til selvet og innebærer i hvilken grad man liker eller misliker seg selv. Selvfølelsen kan være både global og domene-spesifikk. Førstnevnte er en vurdering av hele individet og hvor verdifull man er som person. Domene-spesifikk selvfølelse reflekterer individets evner innenfor bestemte områder (Harter, 1999a). Kvinner har gjennomsnittlig noe lavere selvfølelse enn menn og forskjellen er størst i ungdomstiden. Jenter opplever en markant nedgang i selvfølelsen mellom 12 og 17 år. For gutter er selvfølelsen mer stabil, men det skjer en liten nedgang når de er mellom 14 og 16 år (Clay, Vignoles, & Dittmar, 2005).

Kroppsbildet er vist å være en sentral komponent i ungdoms globale selvfølelse (Clay et al., 2005; Harter, 1999b; Levine & Smolak, 2002). I en rekke studier på tvers av ulike kulturer og aldersgrupper er tanker om kropp og utseende funnet å være den sterkeste prediktoren for selvfølelse (Harter, 1999b). Høy selvfølelse kan også fasilitere utviklingen av et positivt kroppsbilde og slik sett fungere som en beskyttende faktor. I motsetning kan lav selvfølelse sees på som en risikofaktor for kroppsbildet (Cash, 2011; Clay et al., 2005; Kvalem, 2007b). I en studie av Harter (1993) mente 60% av ungdommene at utseendet styrte

hvorvidt de hadde høy eller lav selvfølelse. De resterende 40% mente at det var selvfølelsen som styrte hvorvidt de vurderte kroppen sin på en positiv eller negativ måte. Den første gruppen opplevde utseendet som svært viktig. Dette var spesielt tydelig hos jentene som både var mer misfornøyde med utseendet sitt, hadde lavere selvfølelse og var mer deprimerte enn jentene i den andre gruppen (Harter & Jackson, 1993). Som tidligere nevnt kan selvfølelsen avspeile verdien andre gir en gjennom de sosiale tilbakemeldingene man får (Mead, 1934). I ungdomstiden er det svært viktig å bli akseptert av andre og sosiale situasjoner dreier seg mye om dette (Kvalem, 2007b). Grad av selvfølelse kan utifra dette sees på som en indikator for hvorvidt man føler seg inkludert eller utestengt. Noen ungdommer vil igjen se på dette som en konsekvens av hvorvidt de likner på det kulturelt definerte kroppsidealet eller ikke (Jones & Crawford, 2006; Kvalem, 2007b).

Selvfølelse og kroppsbilde er altså nært knyttet sammen. Jenter opplever større nedgang i selvfølelsen i ungdomstiden og dette kan gjøre at flere jenter vil ha et negativt kroppsbilde enn gutter i denne perioden. Man kan også tenke seg at de med høy selvfølelse vil ha et mer positivt syn på kroppen sin og at det dermed vil være flere gutter med et positivt kroppsbilde ettersom de tenderer å ha høyere selvfølelse enn jentene.

Fysiske faktorer og endringer

Pubertet. Å komme i puberteten innebærer store fysiske endringer, nye følelser og endret atferd for både jenter og gutter. Man utvikler nye roller og det sosiale miljøet begynner å behandle ungdom på en annen måte enn før (Kvalem, 2007b). Jenter må i puberteten forholde seg til en rekke store kroppslige endringer som begynnende menstruasjon, bredere hofter, kroppshår og voksende bryster (Wertheim & Paxton, 2011). Endringene i vekt og størrelse gjør at jentene beveger seg lengre vekk fra tynnhetsidealet, noe som kan gi større sårbarhet for risikofaktorer i forhold til kroppsbildeutviklingen (Levine & Smolak, 2002; Wertheim et al., 2008). For gutter er puberteten ofte en mer positiv opplevelse da de fleste i denne perioden beveger seg nærmere det fysiske idealet ved at de blir høyere, får bredere skuldre og flere muskler (Ricciardelli & McCabe, 2011).

De pubertale endringene kan oppleves som mer vanskelige for de som modner i et annet tempo enn sine jevnaldrende. ”The off-time hypothesis” (Ricciardelli & McCabe, 2011) predikerer at de som kommer tidligere eller senere i puberteten enn andre vil ha flere sosiale, emosjonelle og atferdsmessige vansker. Dette kan forklares med at det i ungdomstiden er spesielt viktig å passe inn og bli likt av sine jevnaldrende (Ricciardelli & McCabe, 2011; Wertheim & Paxton, 2011). Longitudinelle studier har vist at det å komme enten tidlig eller

sent i puberteten også predikerer utviklingen av et negativt kroppsbilde, men her er det forskjeller mellom jenter og gutter (Wertheim & Paxton, 2011) For gutter oppleves det som mer vanskelig å komme sent i puberteten og det er funnet at dette kan føre til økning i bruk av potensielt skadelige metoder for å øke muskler og kroppstørrelse. For jenter er det å komme tidlig i puberteten knyttet til et negativt kroppsbilde, depresjon og spiseforstyrrelser (Stattin & Magnusson, 1990). Mulige årsaker til dette kan være at tidlig fysisk modning fører til at de får eldre venner og tidlige seksuelle erfaringer, samtidig som de kognitivt sett har et modenhetsnivå som likner deres alder og ikke deres utseende (Kvalem, 2007b).

Å føle at man kom i puberteten tidligere eller senere enn andre kan føre til et negativt kroppsbilde, mens å vurdere seg som lik sine jevnaldrende kan virke beskyttende. Utifra dette kan man tenke seg at de som har et positivt kroppsbilde opplevde at de kom i puberteten relativt likt som de andre, men de med et negativt kroppsbilde opplevde det motsatte.

Vekt. Forskning har funnet en omvendt korrelasjon mellom vekt og kroppsbilde. Det vil si at jo høyere vekt man har, desto større er sannsynligheten for at man vil ha et negativt kroppsbilde. Denne relasjonen er funnet for både jenter og gutter, ulike aldersgrupper og på tvers av ulike målemetoder (Barker & Galambos, 2003; Neumark-Sztainer, 2011). Ungdomsundersøkelsen "Ung i Norge" fant en økning fra 1992 til 2002 i antall ungdommer som var overvektige eller hadde fedme, noe som gjenspeiler den generelle utviklingen i vestlige kulturer hvor befolkningen stadig blir mer overvektig (Kvalem, 2007a). Dunkley, Wertheim og Paxton (2001) undersøkte ulike faktorerens effekt på kroppsbilde og fant at det å ha høyere vekt enn sine venner var den sterkeste prediktoren for et negativt kroppsbilde blant tenåringsjenter. For jenter er vekt også relatert til å bli ertet for utseendet og overvektige jenter blir mindre likt enn de som er tynne (Levine & Smolak, 2002; Lieberman et al., 2001). Det er altså en sterk sammenheng mellom vekt og kroppsbildet til jenter. Overvektige gutter viser også større misnøye med kroppen sin enn normalvektige, men sammenhengen er ikke like sterk blant guttene som hos jentene (Petrie, Greenleaf, & Martin, 2010).

Problemstilling

Kroppsbildet et komplekst konstrukt som påvirker og påvirkes av en rekke faktorer på ulike måter. Hva slags effekt de forskjellige faktorene kan ha vil også variere mellom jenter og gutter, mellom forskjellige kulturer og ulike sosiale miljøer. De sosiokulturelle faktorenes bidrag til kroppsbildet kan modereres av individets personlige egenskaper som igjen kan bli påvirket av fysiske karakteristikk. Det er altså mange mulige relasjoner og en åpen tilnærming gir muligheten til å kunne fange opp de ulike sammenhengene som måtte eksistere. Denne studien vil derfor ha en utforskende tilnærming med en bred problemstilling, fremfor konkrete hypoteser.

Hensikten med denne studien er å belyse hvilke faktorer som kan bidra til at ungdommene får et positivt eller negativt kroppsbilde over tid. Utifra dette fremsettes følgende problemstilling:

I hvilken grad predikerer de kulturelle og sosiale faktorene medieidealer, idrett, erting eller mobbing og sosial støtte, de individuelle psykologiske faktorene personlig kompetanse og selvfølelse samt den fysiske faktoren pubertet, et positivt eller negativt kroppsbilde blant ungdom?

Metode

Datamateriale

Data i denne undersøkelsen er hentet fra studien Ung i Oslo Longitudinell (LUNO). Dette er en longitudinell spørreundersøkelse som er en del av NOVAs (Norsk Institutt for forskning om oppvekst, velferd og aldring) satsing på ungdomsforskning. Prosjektansvarlig for LUNO er Kristin Hegna. Teoretisk går undersøkelsen innunder et risiko-resiliens paradigme og fokuset er på ungdoms mestring av livsoverganger.

Utvalg

LUNO følger skoleungdom fra 1992-kohorten bosatt i Oslo. 4022 elever ble spurt om å delta i studien og dette utgjorde 85.9% ($n=4680$) av populasjonen av 9. klassinger ved Osloskolene i 2006. Elever ved spesialskoler ble ikke spurt og det var noen få skoler som ikke ønsket å delta. Av de som ble spurt fikk man samtykke fra 2416 elever fra 48 ungdomsskoler. Dette utgjør 60% av de som ble spurt om å delta. I alt svarte 2328 elever på den første spørreundersøkelsen, noe som utgjør 57% av utvalget og 96% av de som samtykket og fikk utdelt spørreskjema. Kjønnfordelingen i svargruppen på T1 var 54% ($n=1240$) jenter og 46% ($n=1060$) gutter. Det var forholdsvis flere jenter som svarte på det første spørreskjemaet (T1). Kroppsbildeutvalget som benyttes i den foreliggende undersøkelsen består av de elevene som svarte på T1 og T3 eller på alle 3 spørreskjemaene. Dette var totalt 1730 stykker hvorav 56% ($n=962$) var jenter og 44% ($n=768$) var gutter. Dette utgjør 71% av de som samtykket til å delta i 2006.

Prosedyre

LUNO hadde tre tidspunkter for datainnsamling. Første gang var høsten i 9.klasse (2006), andre gang på våsemesteret i 10. klasse (2008) og siste datainnsamling var på høstsemesteret i 2. klasse på videregående (2010). Tilråding fra Den nasjonale forskningsetiske komitè for samfunnsvitenskap og humaniora (NESH) foreligger. Deltakerne i utvalget var ca. 14 år på starttidspunktet for undersøkelsen, noe som innebar at foreldre/foresatte måtte samtykke på deres vegne for at de kunne delta. I samråd med Norsk Samfunnsvitenskapelig Datatjeneste (NSD) ble det, basert på deres unge alder og den lange varigheten av studien, bestemt at det var nødvendig med aktivt samtykke fra både elever og foresatte. Informasjon om prosjektet ble derfor rettet til begge parter i et skriv som elevene fikk med seg hjem fra skolen, i tillegg til at det ble delt ut et hefte med informasjon om undersøkelsen til ungdommene på skolen. Hver enkelt skole utnevnte en kontaktperson som

hadde ansvaret for gjennomføring av undersøkelsen. Lærerne hentet inn samtykke, spørreskjemaet ble utfylt i klasserommet og deretter sendt til NOVA. På T1 ble det brukt papirskjema, men på T2 og T3 ble disse byttet ut med elektroniske skjemaer som elevene fikk tilsendt på e-post. Skjemaene var noe ulike for hver datainnsamling, for eksempel ble spørsmål om stabile faktorer som foreldres fødeland og liknende kun stilt på T1 og nye spørsmål ble lagt til på både T2 og T3. Det var problematisk å nå ut til alle elevene ved den tredje datainnsamlingen da de hadde byttet fra ungdomskole til videregående i tillegg til at noen ikke lenger gikk på skole. Ved de videregående skolene fikk man godkjennelse fra rektor til å gjennomføre studien og det ble også her opprettet en kontaktperson som hadde ansvar for gjennomføringen. Likevel tok det lang tid å få inn svar fra deltakerne og parallelt med innsamlingsprosessen på skolene ble det flere ganger purret på deltakere direkte gjennom e-post og telefon.

Måleinstrumenter

Kroppsbilde ble operasjonalisert gjennom skalaen "Appearance Evaluation Scale" som er en underskala av "The Multidimensional Body-Self Relations Questionnaire" (MBSRQ). Skalaen måler selv-rapportert kroppstilfredshet langs en fornøydhet-/misfornøydhetsskala. Skalaen måler generell kroppsfornøydhet og fokuserer ikke på enkelte kroppsdel. I LUNO er det benyttet en norsk oversettelse av denne skalaen som er utviklet og testet ut av Loland (2000, ref. i Kvalem 2007). Kroppsbilde ble målt på både T1, T2 og T3 og respondentene vurderte grad av enighet med følgende utsagn. "Jeg liker utseendet mitt slik det er", "Kroppen min er tiltrekkende", "De fleste vil synes at jeg ser bra ut", "Jeg er fysisk lite attraktiv", "Jeg liker utseendet mitt uten klær", "Jeg liker måten klærne mine sitter på kroppen min", "Jeg misliker utseendet på kroppen min". Svarene rangeres fra 1 til 5 med alternativene *helt uenig (1), delvis uenig (2), verken eller (3), delvis enig (4) og helt enig (5)*. Leddene med negativ ordlyd (4 og 7) ble reversert og en gjennomsnittsskåre ble laget basert på responsen på de 7 utsagnene. En høy skåre indikerer større grad av fornøydhet med kroppen. Cronbachs Alpha for kroppsbilde på T1 var .80, på T2 var det .85 og på T3 .88. For å tydeliggjøre hva som predikerer det å være spesielt fornøyd med kroppen sammenliknet med å være spesielt misfornøyd ble det utifra den kontinuerlige variabelen laget en ny dikotom variabel. De 25% med lavest skåre på kroppsbilde på T3 rangeres som misfornøyd (0) og de 25% med høyest skåre som fornøyd (1).

Medieidealer operasjonaliseres gjennom fire ledd hentet fra "The Sociocultural Internalization of Appearance Questionnaire – Adolescents" (Siaq-A). Respondentene skulle

her vurdere følgende utsagn ”Jeg skulle ønske at kroppen min så ut som kroppen til folk som er med på filmer”, ”Å se i blader får meg til å ville endre på hvordan jeg ser ut”, ”Jeg prøver å se ut som en idrettsutøver”, ”Å lese blader får meg til å ville gå ned eller opp i vekt”. Det var 5 ulike svaralternativer som strakk seg fra *helt uenig (1) til helt enig (5)*. En gjennomsnittsskåre av disse leddene utgjør hvor mye eller lite respondentene påvirkes av idealer fremstilt i media når det gjelder kropp og utseende. En høy skåre tilsvarer at man i stor grad påvirkes av disse idealene og ønsker å bli slik som dem. Medieidealene ble målt på T1 og Cronbachs Alpha var .73.

Idrettsdeltakelse ble målt gjennom spørsmålet ”Er du eller har du vært med i noen av følgende foreninger, klubber eller lag?” Idrettslag var her et alternativ og respondentene kunne svare *er med i* eller *har vært med i*. Ved å kun bruke disse kategoriene fikk man ikke inkludert de som aldri har vært med i et idrettslag og derfor ble variabelen rekodet for å inkludere de ungdommene som aldri har deltatt i organisert idrett. Den nye variabelen ble kalt ”Har vært med i idrettslag?” og svarene ble kodet som *ikke med (1)*, *har vært med før (2)* og *er med i (3)*. Dette ble målt på T1.

Erting og mobbing ble målt ved enkeltspørsmålet ”Blir du selv noen gang plaget, ertet eller oversett med vilje av andre elever på skoleveien eller i friminuttene?” Her var det 5 svaralternativer; *nesten hver dag (1)*, *et par ganger i uka (2)*, *ca. en gang i uka (3)*, *ca. hver 14. dag (4)* og *aldri, eller nesten aldri (5)*. Respondentene skulle krysse av på det alternativet som passet best for dem. Svaralternativene ble reversert slik at en høy skåre tilsvarer at man opplever erting eller mobbing nesten hver dag. Forskning viser at utseendet er en av de mest vanlige årsakene til erting i barne- og ungdomstiden (Vessey et al., 2003). Derfor vurderes det som sannsynlig at spørsmålet kan vurderes som et indirekte mål på utseenderelatert erting / mobbing som igjen er vist å påvirke kroppsbildeutviklingen. Spørsmålet ble stilt på både T1, T2 og T3, men i denne undersøkelsen brukes kun resultatene fra T1.

Sosial støtte og personlig kompetanse ble operasjonalisert gjennom ”The Resilience Scale for Adolescents” (READ). Dette er en skala som måler ulike beskyttelsesfaktorer basert på respondentenes skårer på 5 ulike dimensjoner og den ble kun målt på T2. Sosial støtte er en av dimensjonene og høy grad av opplevd sosial støtte antas å bidra til økt resiliens. Totalt består resiliensskalaen av 28 utsagn hvorav 5 måler sosial støtte. Eksempler på disse er ”Vennene mine holder alltid sammen”, ”Jeg har noen nære venner/familiemedlemmer som virkelig bryr seg om meg” og ”Jeg har alltid noen som kan hjelpe meg når jeg trenger det”. Personlig kompetanse tenkes også å bidra til resiliens og ble i studien vurdert utfra 8 utsagn, deriblant ”Jeg kommer i mål dersom jeg står på”, ”Jeg føler jeg er dyktig” og ”Min tro på meg

selv får meg gjennom vanskelige perioder”. Svaralternativene var *helt enig (1), litt enig (2), middels (3), litt uenig (4), helt uenig (5)*. Leddene ble reversert slik at høy skåre tilsvarer mer opplevd sosial støtte og større personlig kompetanse. Cronbachs Alpha for sosial støtte på T2 var .78 og for personlig kompetanse var det .82.

Selvfølelse ble målt gjennom en delskala fra ”Self-Perception Scale for Adolescents” som måler ulike begreper relatert til selvbegrepet (Harter, 1988). I LUNO er det brukt ledd fra en revidert utgave av skalaen som opprinnelig ble utviklet for Ung i Norge undersøkelsen (Wichstrøm, 1995). Denne har 5 ledd; ”Jeg er ofte skuffet over meg selv”, ”Jeg liker ikke måten jeg lever livet mitt på”, ”Jeg er stort sett fornøyd med meg selv”, ”Jeg liker meg slik jeg er”, ”Jeg er svært fornøyd med hvordan jeg er”. Svarmulighetene er *stemmer svært godt (1), stemmer ganske godt (2), stemmer ganske dårlig (3) og stemmer svært dårlig (4)*. Spørsmål 3,4 og 5 ble reversert, leddene ble summert og det ble laget en gjennomsnittsskåre. Høy verdi på denne skåren tilsvarer en høy generell selvfølelse og dette ble målt både på T1, T2 og T3. Resultatene fra T1 benyttes i denne undersøkelsen og Cronbachs Alpha var her .82.

Pubertet ble målt gjennom spørsmålet ”Når du ser på deg selv nå, mener du at du har kommet i puberteten tidligere eller senere enn andre på din alder?” Her var det 5 mulige svaralternativer *mye tidligere (1), litt tidligere (2), akkurat som andre (3), litt senere (4) og mye senere (5)*. En høy skåre tilsier at man vurderer det slik at man kom i puberteten mye senere enn andre og lav skåre tilsvarer det motsatte. Spørsmålet ble stilt på T1.

BMI (Body Mass Index) eller kroppsmasseindeks beregnes utfra en persons vekt og høyde med formelen: $BMI = \text{vekt(kg)} / \text{høyde(m)}^2$ (Petrie et al., 2010). I LUNO er dette basert på respondentenes selvrapporterte vekt og høyde. BMI ble målt på både T1, T2 og T3. I kroppsbildeforskningen er det veldokumentert at BMI er nært knyttet til og har en effekt på kroppsbildet.

Frafallsanalyse

For å undersøke en mulig skjevhet i frafall av deltakere ble det utført en t-test som sammenliknet gjennomsnittsskårene på de sentrale studievariablene til deltakerne fra T1 og T3 og de som svarte på alle spørreskjemaene mot de som kun deltok på T1. Dersom det er store forskjeller mellom disse gruppene kan det tyde på seleksjon som kan gå ut over generaliserbarheten av resultatene.

På de sentrale studievariablene i denne studien var det kun på variabelen idrettsdeltakelse at det fantes en signifikant forskjell mellom frafallsgruppen og de som var med til T3. De som svarte på alle skjemaene hadde noe større gjennomsnittsskåre på

idrettsdeltakelse T3 ($M = 2.27$, $SD = 0.84$) enn de som falt fra etter T1 ($M = 2.14$, $SD = 0.86$, $t(307) = -2.21$, $p < .05$). Det vil si at de som falt fra underveis deltok mindre i idrettslag enn de som deltok fra T1 til T3.

Analyseplan

Datamaterialet som undersøkelsen baseres på strekker seg over 3 år og dette gir muligheten til å undersøke hvordan ulike kulturelle, sosiale, psykologiske og fysiske faktorer kan påvirke kroppsbildet til de samme ungdommene over tid. Kroppsbildet i 2. klasse på videregående (T3) betraktes som avhengig variabel. De uavhengige variablene er hovedsakelig målt på T1 med unntak av sosial støtte og personlig kompetanse som er målt på T2. BMI, målt på T3, benyttes som en kontrollvariabel for å utelukke en mulig tredjevariabeleffekt. I tillegg blir BMI på T1 inkludert på t-test analyser og korrelasjonsanalysen.

For å kartlegge eventuelle forskjeller i kroppsbildet til jenter og gutter på både avhengig og uavhengige variabler vil det utføres en t-test analyse. Dette gir muligheten til å sammenlikne gjennomsnittsskårene på de kontinuerlige variablene. For å undersøke utviklingen av kroppsbildet og om det er forskjeller på de ulike alderstrinnene inkluderes også kroppsbildeskårer på alle måletidspunkt i denne t-testen. I tillegg vil det utføres en pairwise t-test analyse på kroppsbildeskårer fra T1 og T3 for å se om det skjer noen endringer i kroppsbildet fra 9. klasse til 2. klasse på vgs. Denne t-testen vil også være separert på kjønn for å se om kroppsbildet til jenter og gutter endres på ulik måte i løpet av tidsperioden.

Videre vil det gjennomføres en Pearsons korrelasjonsanalyse for å se om det er noen sammenhenger mellom de uavhengige variablene i undersøkelsen. I en slik analyse beskrives styrken og retningen i relasjonen mellom de uavhengige variablene. Dette er viktig for å undersøke om noen av de uavhengige variablene har sterk sammenheng med hverandre, noe som kan tyde på at de måler mye av det samme fenomenet (Cohen, 1988). Verdien på korrelasjonskoeffisienten kan strekke seg fra -1.00 til 1.00. Ifølge Cohen (1988) er $r = .10$ til $.29$ en liten verdi, $r = .30$ til $.49$ en middels verdi og $r = .50$ til 1.0 en sterk verdi. For å undersøke hvilke av de uavhengige variablene som skiller et meget positivt og et meget negativt kroppsbilde vil det, separert på kjønn, gjennomføres en t-test analyse mellom deltakerne med 25% høyest og 25% lavest skåre på den avhengige variablene, kroppsbildet på T3.

Logistisk regresjonsanalyse benyttes for å undersøke den prediktive styrken til de uavhengige variablene samt det relative bidraget til hver variabel. Logistisk regresjonsanalyse

brukes når den avhengige variabelen er kategorisk, i dette tilfellet om man er fornøyd eller misfornøyd med sin egen kropp og utseende. Analysen vil gi en indikasjon på den relative betydningen de uavhengige variablene, målt 1,5 og 3 år tidligere, har for utviklingen av et positivt eller negativt kroppsbilde. Regresjonsanalysene er hierarkiske og variablene inkluderes trinnvis i totalt 3 modeller. Pubertet, kontrollert for BMI, utgjør den første modellen som et mål på fysiske faktorer. I modell 2 inkluderes de sosiokulturelle variablene medieidealer og idrettsdeltakelse, kontrollert for BMI. I modell 3 inkluderes de individuelle psykologiske variablene mobbing, personlig kompetanse, selvfølelse og sosial støtte, også kontrollert for BMI. Ettersom det i denne studien benyttes et mål på selvopplevd grad av sosial støtte og ikke faktisk grad av støtte blir variabelen inkludert blant de individuelle psykologiske variablene. Det samme gjelder variabelen mobbing fordi det er vist at måten individet reagerer på erting eller mobbing er det som har størst effekt på kroppsbildet. Den trinnvise fremgangsmåten gjør det mulig å vurdere om inkluderingen av nye variabler fører til signifikante endringer i den prediktive styrken til de andre variablene.

Resultater

Tabell 1 presenterer demografisk informasjon om deltakerne. Det tas utgangspunkt i deltakerne fra T1 (2006) som også har svart på T2 (2008) og T3 (2010).

Tabell 1: Demografisk oversikt over utvalget

		<i>n</i>	%
Kjønn	Jente	858	55.6
	Gutt	684	44.4
Alder	13	174	11.4
	14	1344	87.7
	15	14	0.9
Sosial klasse (Basert på fars yrke)	Høy	505	36.6
	Middels	645	46.7
	Lav	231	16.7
Foreldres sivilstatus	Gift/samboende	1050	69
	Skilt/separert	432	28.4
	Enslig	40	2.6
Antall søsken	Ingen	119	7.7
	En	631	40.8
	To eller flere	795	51.5

Tabellen viser at det er 11.2% flere jenter enn gutter som deltok i studien og de aller fleste (87.7%) var 14 år gamle ved første spørreskjema i 2006. Over 60% av deltakerne tilhører middel- eller høy sosial klasse og nesten 70% har foreldre som er gift eller samboende. Flertallet av deltakerne har to eller flere søsken.

Tabell 2 presenterer gjennomsnittskårer, standardavvik og forskjeller mellom jenter og gutters kroppsbildeskårer på alle tre måletidspunkt samt kjønnsforskjeller på alle variabler.

Tabell 2: Gjennomsnitt, standardavvik og t-tester for jenter og gutter på variablene Kroppsbilde, Mediepåvirkning, Idrettsdeltakelse, Mobbing, Sosial Støtte, BMI, Pubertet, Personlig Kompetanse og Selvfølelse

	Jenter			Gutter			t-verdi
	<i>n</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>n</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>	
Kroppsbilde T1	1028	3.29	0.78	893	3.61	0.72	9.38***
Kroppsbilde T2	926	3.29	0.88	761	3.62	0.92	7.62***
Kroppsbilde T3	894	3.44	0.90	694	3.80	0.88	7.87***
Medieidealer T1	1181	2.78	1.01	998	2.41	0.94	-8.61***
Idrettsdeltakelse T1	1240	2.08	0.88	1060	2.46	0.75	10.93***
Erting / Mobbing T1	1230	1.27	0.84	1053	1.32	0.88	1.14
Sosial støtte T2	944	4.42	0.62	769	4.30	0.65	-3.77***
Personlig kompetanse T2	940	3.87	0.66	756	4.11	0.62	7.62***
Selvfølelse T1	1136	3.01	0.68	955	3.25	0.56	8.92***
Pubertet T1	1196	2.92	0.91	1008	2.81	0.94	-2.89**
BMI T1	1109	19.35	3.47	977	19.76	3.35	2.740**
BMI T3	885	20.95	3.01	699	21.93	3.40	6.03***

***p < .001, **p < .01

Tabellen viser at guttene har signifikant mer positivt kroppsbilde enn jentene på alle tre måletidspunkt. Jentene viser større tendens til å identifisere seg med idealer i media enn det guttene gjør, de rapporterer å komme senere i puberteten sammenliknet med andre og at de opplever mer sosial støtte enn guttene. Analysen viser at flere av guttene er med i et idrettslag og de har også signifikant høyere BMI på både T1 og T3. Guttene rapporterer signifikant høyere personlig kompetanse og selvfølelse sammenliknet med jentene. Det er ingen signifikant forskjell i mobbing på tverrsnittsnivå mellom kjønnene.

I tabell 3 presenteres interkorrelasjoner mellom de kontinuerlige variablene. Dette viser korrelasjoner mellom alle variablene separat for jentene og guttene.

Tabell 3: Kombinasjonstabell med korrelasjoner, gjennomsnitt og standardavvik for alle variabler. Tabellen er for to ulike grupper. Jenter er nederst til venstre og gutter er øverst til høyre (delt på T1)

	AE T1	AE T2	AE T3	Media T1	Idrett T1	E/M T1	SS T2	PK T2	S T1	Pub. T1	BMI T1	BMI T3
Kroppsbylde T1	-	.29**	.36**	-.13**	.15**	-.19**	.24**	.23**	.44**	-.09*	-.16**	-.08
Kroppsbylde T2	.49**	-	.29**	-.08*	.15**	-.03	.10**	.13**	.15**	-.06	-.06	-.04
Kroppsbylde T3	.49**	.49**	-	-.02	.18**	-.08*	.20**	.19**	.17**	-.14**	-.14**	-.13**
Mediepåvirkning T1	-.27**	-.27**	-.27**	-	.07*	.05	-.02	-.02	-.21**	.12**	.12**	.05
Idrettsdeltakelse T1	.07*	.07*	.06	.13**	-	-.03	.15**	.15**	.04	-.13	-.13**	-.04
Erting / Mobbing T1	-.23**	-.17**	-.13**	.07**	-.05	-	-.15**	-.13**	-.24**	-.03	-.03	-.02
Sosial Støtte T2	.27**	.28**	.24**	-.09**	.11**	-.11	-	.72**	.28**	-.04	-.04	.05
Personlig Kompetanse T2	.33**	.67**	.31**	-.13**	.08*	-.18**	.61**	-	.28**	.00	.00	.07
Selvfølelse T1	.58**	.36**	.32**	-.34**	.02	-.26**	.33**	.41**	-	-.03	-.05	.04
Pubertet T1	-.10	.06	.04	-.05	.00	.00	-.02	-.01	.04	-	-.09**	-.14**
BMI T1	-.23**	-.19**	-.22**	.18**	.00	.07*	-.08*	-.12**	-.12**	-.20**	-	.43**
BMI T3	-.26**	-.23**	-.27**	.17**	.04	.04	-.08*	-.09*	-.12**	-.21**	.49**	-

* $p < .05$, ** $p < .01$

Tabellen viser at det for jentene er en middels sterk sammenheng mellom kroppsbilde i 9. klasse, 10. klasse og 2. klasse på vgs. Blant guttene er sammenhengen litt svakere og relasjonen er sterkest mellom T1 og T3. Korrelasjonene er signifikante for begge kjønn og innebærer at de som har et positivt kroppsbilde på T1 og T2 også har det på T3. Medieidealer, mobbing og BMI er negativt relatert til kroppsbilde for både jenter og gutter. Det vil si at de deltakerne som har et positivt kroppsbilde i mindre grad identifiserer seg med idealene i mediene, de opplever sjeldnere å bli mobbet og de har lavere BMI enn deltakerne med et negativt kroppsbilde. For jentene er disse relasjonene middels sterke, men for guttene er sammenhengene noe svakere og BMI er kun signifikant for kroppsbildet på T1 og T3. Idrettsdeltakelse er positivt korrelert med kroppsbilde for begge kjønn og det ser ut til at de med et positivt kroppsbilde i større grad er med på organisert idrett enn de med et negativt kroppsbilde. Denne sammenhengen er sterkest blant guttene og er signifikant relatert til kroppsbilde på alle tre måletidspunkt, men for jentene er den kun signifikant på T1 og T2. Både jenter og gutter med et positivt kroppsbilde rapporterer at de opplever mer sosial støtte, de har større personlig kompetanse og høyere selvfølelse. Det er sterkere relasjoner mellom variablene for jentene og særlig mellom kroppsbilde på T1 og selvfølelse er det en meget sterk sammenheng. Pubertet er kun signifikant for gutter, hvor de som følte at de kom senere i puberteten på T1 er mer misfornøyd med kroppen på både T1 og T3.

Av interkorrelasjoner mellom de uavhengige variablene nevnes kun de som er signifikante da disse relasjonene ikke er fokus for denne undersøkelsen. For jenter er mobbing og idrettsdeltakelse relatert til større grad av identifisering med medieidealer, mens høy sosial støtte og personlig kompetanse er relatert til mindre grad av identifisering med disse idealene. For gutter har idrettsdeltakelse, høy BMI på T1 og sen pubertet sammenheng med større identifisering med medieidealer, mens høy generell selvfølelse er relatert til mindre identifisering med medieidealene. Sosial støtte og personlig kompetanse er relatert til idrettsdeltakelse for begge kjønn. For guttene er det også en negativ sammenheng mellom idrettsdeltakelse og BMI på T1, høyere BMI er assosiert med mindre idrettsdeltakelse. Det å bli mobbet ofte er relatert til mindre sosial støtte, personlig kompetanse og lavere selvfølelse for begge kjønn. For jentene er det i tillegg slik at de som har høy BMI på T1 rapporterer mer mobbing. Det er en negativ sammenheng mellom BMI og sen pubertet hos begge kjønn og høy BMI blant jenter er assosiert med lav sosial støtte, personlig kompetanse samt lav selvfølelse. Sosial støtte, personlig kompetanse og selvfølelse er alle positivt relatert til hverandre, både for jenter og gutter. Særlig personlig kompetanse og sosial støtte har en sterk

sammenheng. Det er en middels sterk sammenheng mellom BMI på T1 og T3 for begge kjønn.

Det ble gjennomført en pairwise t-test for å undersøke om og hvordan kroppsbilde endret seg fra første til siste måling (T1 til T3). For jentene var det en signifikant økning i resultatene fra T1 ($M = 3.29$, $SD = 0.77$) til T3 ($M = 3.44$, $SD = 0.90$), $t(759) = -4.79$, $p < .001$). Det samme ble funnet for guttene fra T1 ($M = 3.63$, $SD = 0.73$) til T3 ($M = 3.81$, $SD = 0.88$), $t(593) = -4.83$, $p < .001$). Dette innebærer at kroppsbildet ble bedre fra 9. klasse til 2. klasse på videregående for både jenter og gutter.

Tabell 4 presenterer gjennomsnitt og standardavvik for kroppsbilde målt på T3 og de uavhengige variablene. I tillegg viser den resultatet av t-test analyser som sammenlikner forskjellene mellom de mest fornøyde og mest misfornøyde jentene og guttene på de uavhengige variablene. Gruppeforskjeller i spredning ble testet ved å bruke Levene's test for lik varians.

Tabellen viser at jenter og gutter som er særlig fornøyde med kroppen sin skårer høyere på personlig kompetanse og generell selvfølelse og de rapporterer mer sosial støtte sammenliknet med de som er misfornøyde. Forskjellene er signifikante for de tre førstnevnte variablene for begge kjønn og hos guttene ser man i tillegg en signifikant forskjell på idrettsdeltakelse. Jenter som er misfornøyde vil i større grad forsøke å møte idealer fremstilt i media, de opplever oftere å bli mobbet og de har høyere BMI enn jentene som er fornøyde. De misfornøyde guttene har høyere BMI enn de som er fornøyde, men det er ingen signifikante forskjeller når det gjelder identifisering med medieidealer, erting/mobbing eller hvorvidt de kom tidlig eller sent i puberteten. Det er heller ingen signifikant forskjell mellom de fornøyde og misfornøyde jentene i forhold til om de kom tidlig eller sent i puberteten.

Tabell 4: Gjennomsnitt, standardavvik og t-tester for misfornøyde og fornøyde jenter og gutter på Mediepåvirkning, Idrettsdeltakelse, Mobbing, Sosial støtte, BMI, Pubertet, Personlig kompetanse og Generell selvfølelse. Avhengig variabel er kroppsbilde på T3

	Jenter							Gutter						
	Fornøyd			Misfornøyd			t-verdi	Fornøyd			Misfornøyd			
	<i>n</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>n</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>		<i>n</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>n</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>	t-verdi
Medieidealer T1	229	2.47	0.95	223	3.24	0.95	8.56***	191	2.28	0.86	143	2.37	0.97	0.86
Idrettsdeltakelse T1	259	2.12	0.89	246	2.02	0.90	-1.29	208	2.53	0.73	163	2.20	0.83	-3.98***
Erting / Mobbing T1	237	1.17	0.61	229	1.43	1.05	3.18**	199	1.23	0.78	150	1.42	0.99	1.91
Sosial støtte T2	221	4.60	0.44	214	4.21	0.79	-6.34***	178	4.50	0.50	129	4.16	0.71	-4.52***
Personlig kompetanse T2	214	4.16	0.51	211	3.63	0.79	-8.09***	175	4.30	0.51	125	3.94	0.67	-4.94***
Selvfølelse T1	225	3.28	0.52	211	2.73	0.73	-8.94***	185	3.43	0.49	136	3.13	0.60	-4.79***
Pubertet T1	234	2.95	0.86	225	2.80	0.96	-1.83	194	2.73	0.89	144	2.80	0.96	0.70
BMI T1	221	17.40	0.52	203	20.46	3.21	7.87***	187	19.17	2.24	139	20.23	3.24	3.50***
BMI T3	255	20.19	2.15	231	22.40	4.12	7.27***	203	21.45	2.07	151	22.89	4.35	3.75***

*** $p < .001$, ** $p < .01$, * $p < .05$

Tabell 5 presenterer en logistisk regresjonsanalyse som tester hvorvidt de som er blant de 25 % mest fornøyde og 25% minst fornøyde med kroppsbildet på T3 kan predikeres av de uavhengige variablene som ble målt 3 (T1) og 1,5 (T2) år tidligere

Tabell 5: *Multipel logistisk regresjon. Misfornøyd = 0, Fornøyd = 1*

	Jenter <i>n</i> = 329			Gutter <i>n</i> = 240		
	<i>OR</i>	<i>95% CI</i>	<i>p</i>	<i>OR</i>	<i>95% CI</i>	<i>p</i>
Modell 1:						
BMI T3	0.74	[0.67-0.82]	<.001	0.81	[0.73-0.89]	<.001
Pubertet T1	1.02	[0.78-1.32]	.87	0.74	[0.54-1.00]	.054
Modell 2:						
BMI T3	0.78	[0.70-0.86]	<.001	0.82	[0.74-0.91]	<.001
Pubertet T1	0.97	[0.73-1.28]	.84	0.74	[0.54-1.02]	.07
Medieidealer T1	0.42	[0.32-0.56]	<.001	0.85	[0.62-1.17]	.34
Idrettsdeltakelse T1	1.34	[1.01-1.81]	<.05	2.04	[1.36-3.07]	<.001
Modell 3:						
BMI T3	0.77	[0.69-0.87]	<.001	0.78	[0.70-0.88]	<.001
Pubertet T1	0.99	[0.73-1.34]	.96	0.76	[0.54-1.06]	.11
Medieidealer T1	0.50	[0.36-0.70]	<.001	0.92	[0.65-1.31]	.67
Idrettsdeltakelse T1	1.11	[0.80-1.54]	.50	2.00	[1.28-3.12]	<.01
Erting / Mobbing T1	0.86	[0.57-1.29]	.48	1.08	[0.72-1.61]	.69
Sosial støtte T2	2.12	[1.13-3.98]	<.05	1.62	[0.82-3.20]	.15
Personlig kompetanse T2	1.17	[1.00-3.11]	<.05	1.20	[0.60-2.37]	.60
Selvfølelse T1	2.18	[1.26-3.76]	<.01	2.72	[1.43-5.17]	<.01

OR = Odds ratio

Tabellen viser at for jentene vil stor grad av identifisering med medieidealer på T1 gi større sannsynlighet for at de er misfornøyde med kroppen sin på T3, kontrollert for BMI ved T3. Effekten av denne variabelen er signifikant gjennom alle modellene, noe som viser at opptatthet av medieidealer har en negativ effekt på jentenes kroppsbilde som er uavhengig av de andre variablene i studien. Modell 2 viser at idrettsdeltakelse på T1 øker sannsynligheten for at jentene er fornøyde med kroppen sin 3 år senere. Inkluderingen av de individuelle psykologiske faktorene i modell 3 gjør at idrett ikke lenger er en signifikant prediktor for kroppsbildet. Opplevd sosial støtte på T2 og høy generell selvfølelse på T1 gir over dobbelt så stor sannsynlighet for at jentene er fornøyde med kroppen sin på T3. Sterk personlig kompetanse på T2 vil også øke sannsynligheten for at de er fornøyd med kroppen 1,5 år senere.

For guttene vil deltakelse i organisert idrett på T1 gi dobbelt så stor sannsynlighet for at de vil være fornøyde med kroppen sin på T3. Denne effekten påvirkes ikke av de psykologiske variablene som inkluderes i modell 3 og er dermed en unik bidragsyter til guttenes kroppsbilde. Blant de individuelle psykologiske variablene vil høy selvfølelse på T1 gi over dobbelt så stor sannsynlighet for at guttene har et positivt kroppsbilde 3 år senere.

Det ble gjort tilsvarende regresjonsanalyse uten å kontrollere for BMI. I forskningen på kroppsbilde er det et etablert funn at kroppsvekt påvirker kroppsbildet (Neumark-Sztainer, 2011). Analysen (tabell b1 i appendiks b) viste at dersom BMI ikke kontrolleres for så vil idrettsdeltakelse ikke lenger ha en signifikant effekt på jentenes kroppsbilde. Det samme gjelder effekten av sosial støtte, men denne endringen er minimal. For guttene var det ingen effekt av å fjerne BMI.

Når det eksisterer en sterk korrelasjon mellom prediktorvariabler brukt i en regresjonsanalyse er det en fare for at multikollinearitet oppstår (Pallant, 2010). For å undersøke om den sterke korrelasjonen mellom sosial støtte og personlig kompetanse kan påvirke deres predikerende effekt ble det gjort to separate regresjonsanalyser der den ene av de to variablene ble utelatt i hver analyse (tabell b2 og b3 i appendiks b). For jentene blir oddsen til sosial støtte og selvfølelse større om personlig kompetanse utelates og den samme effekten kan sees for selvfølelse og personlig kompetanse ved utelatelse av sosial støtte. I tillegg øker sannsynligheten for at mobbing kan bidra til et negativt kroppsbilde når personlig kompetanse fjernes. For guttene blir sosial støtte signifikant ved utelatelse av personlig kompetanse, men utover det skjer det ingen endringer. Retningen på betaverdiene forblir de samme på alle analysene.

Diskusjon

Hensikten med denne studien var å undersøke hvorvidt ulike kulturelle, sosiale, individuelle og fysiske faktorer kan påvirke kroppsbildet i en positiv eller negativ retning over tid. Resultatene indikerer at individuelle psykologiske faktorer som høy selvfølelse bidrar til et positivt kroppsbilde for begge kjønn og høy personlig kompetanse og opplevd sosial støtte bidrar til et positivt kroppsbilde hos jentene over tid. Av de kulturelle og sosiale faktorene vil det å ikke identifisere seg med tynnhetsidealet i media øke sannsynligheten for at jentene er fornøyde med kroppen sin samt at deltakelse i et idrettslag er viktig for en positiv utvikling av guttenes kroppsbilde.

Kjønnsforskjeller

Denne studien finner signifikante kjønnsforskjeller både på den avhengige og de uavhengige variablene som stort sett er i overensstemmelse med annen forskning på kroppsbilde. Guttene har et mer positivt kroppsbilde enn jentene på alle måletidspunkt. Dette samsvarer med en av hovedtendensene i kroppsbildeforskning, nemlig at jenter og kvinner har et mer negativt kroppsbilde enn gutter og menn (Kvalem, 2007a). Av de individuelle psykologiske variablene ser man i denne studien at guttene har høyere selvfølelse og mer personlig kompetanse enn jentene. Funn gjort av Clay et al. (2005) og Hjemdal et al. (2006) støtter dette. Videre finner studien at jenter opplever høyere grad av sosial støtte, noe som også ble vist av Hjemdal et al. (2006). Blant de kulturelle og sosiale variablene viser resultatene at flere av guttene er med i et idrettslag, noe som er i tråd med funn gjort av Ricciardelli og McCabe (2011). Denne studien finner at jentene identifiserer seg med idealer i mediene i større grad enn guttene. Dette støttes av funn i både korrelasjonsstudier (Ata et al., 2007) og kvalitative undersøkelser (McCabe & Ricciardelli, 2006). Guttene i denne studien rapporterer at de kom tidligere i puberteten sammenliknet med jentene. Dette kan virke overraskende siden jenter oftest kommer tidligere i puberteten enn gutter (Kvalem, 2007b). Samtidig kan man, på grunn av spørsmålsstillingen, anta at ungdommene har sammenliknet seg innad i sitt eget kjønn og at guttene derfor mener de kom tidligere i puberteten enn andre gutter.

Studien finner signifikante forskjeller mellom jenter og gutter når det gjelder retningen og styrken på korrelasjonene mellom kroppsbildet på T3 og de uavhengige variablene. Selvfølelse, opplevd sosial støtte og personlig kompetanse har alle en positiv sammenheng med kroppsbilde og disse er sterkere for jentene enn guttene. Andre studier har også funnet

sammenhenger mellom selvfølelse (Harter, 1999a), sosiale tilbakemeldinger (Ata et al., 2007), opplevd sosial aksept (Barker & Galambos, 2003) og et positivt kroppsbilde hos jenter. Hjemdal et al. (2006) har vist at høy personlig kompetanse er relatert til ulike positive psykologiske utfall, deriblant et positivt kroppsbilde. Det å oppleve erting eller mobbing har i denne studien en negativ sammenheng med kroppsbildet og korrelasjonene er sterkere for jentene enn guttene. En studie av Ata, Barker & Galambos (2007) viste hvordan jenter som ble ertet var mer utsatt for et negativt kroppsbilde enn gutter og støtter således funnene i den foreliggende studien.

Idrettsdeltakelse er i denne studien positivt relatert til kroppsbildet og sammenhengen er sterkere for guttene enn jentene. Dette støttes av forskning som viser at et funksjonelt kroppsbilde er mer positivt enn et estetisk kroppsbilde (Abbott & Barber, 2009) og at gutter, i større grad enn jenter, bruker kroppens funksjonalitet som grunnlag for deres kroppsbilde (Ricciardelli & McCabe, 2011). Identifisering med medieidealene har en negativ sammenheng med kroppsbildet og studien finner en sterkere sammenheng hos jentene. Annen forskning har også vist at jenter i større grad internaliserer og identifiserer seg med medieidealene og følgelig opplever mer misnøye med egen kropp (Ata et al., 2007; McCabe & Ricciardelli, 2006; Wertheim et al., 2008). Denne studien finner at det å komme sent i puberteten har en negativ sammenheng med guttenes kroppsbilde, noe som støttes av annen forskning (Wertheim & Paxton, 2011). Høy BMI har en negativ sammenheng med kroppsbildet i denne studien og korrelasjonen er igjen sterkest blant jentene. Dette er i tråd med Levine og Smolak (2002) og Petrie et al. (2010) som har vist at det er en sterkere sammenheng mellom overvekt og kroppsmisnøye hos jenter enn hos gutter.

Resultatene i den foreliggende studien preges av mange forskjeller mellom jenter og gutter i utviklingen av deres kroppsbilde. Det ble imidlertid også funnet et likhetstrekk mellom kjønnene. En sammenlikning mellom ungdommenes kroppsbildeskårer på T1 og på T3 viste en signifikant økning for begge kjønn. Det vil si at både jenter og gutters kroppsbilde forbedret seg fra 9. klasse til 2. klasse på videregående. Dette samsvarer med funn fra en longitudinell studie som fulgte norske ungdommer fra de var 13 til de var 30 år hvor kroppsbildet utviklet seg i en positiv retning inntil det stabiliserte seg omkring 21 års alderen. Andre norske studier har også funnet en positiv utvikling blant både jenter og gutter (Friestad & Rise, 2004; Storvoll, Strandbu, & Wichstrøm, 2005). Dette er et interessant funn ettersom mye amerikansk forskning har vist at kroppsmisnøyen, spesielt for jenter, øker i ungdomstiden (Levine & Smolak, 2002). En trendstudie fra Island viste at kroppsbildet hos ungdom av begge kjønn generelt bedret seg i perioden fra 1997 til 2010 (Asgeirsdottir,

Ingolfsson, & Sigfusdóttir, 2012). Det er mulig at slike samfunnstrender også kan påvirke individets kroppsbilde i en positiv retning.

Forskjeller mellom de med et positivt og et negativt kroppsbilde

Med utgangspunkt i skårene på den avhengige variabelen, kroppsbilde på T3, ble det dannet grupper med de 25% med høyest og 25% med lavest resultat, innenfor hvert kjønn. Hensikten med dette var å kartlegge eventuelle forskjeller mellom ungdommene med et veldig positivt og et veldig negativt kroppsbilde på de uavhengige variablene. De som i denne studien er mest fornøyd med kroppen sin rapporterer signifikant høyere sosial støtte, personlig kompetanse og selvfølelse. På disse variablene er det større forskjeller mellom de fornøyde og misfornøyde jentene enn det er mellom guttene. Studien finner også signifikante forskjeller mellom mest og minst fornøyde på de kulturelle og sosiale variablene. De mest fornøyde jentene identifiserer seg mindre med medieidealene og opplever mindre erting og mobbing. De mest fornøyde guttene deltar i idrettslag. Denne studien finner ingen signifikant forskjell mellom fornøyde og misfornøyde når det gjelder å komme i puberteten sent eller tidlig. De som er mest fornøyd med kroppen sin har signifikant lavere BMI enn de som er minst fornøyd, hos begge kjønn.

For å undersøke om variablene hadde noen unik effekt på kroppsbildet ble det gjennomført en logistisk regresjonsanalyse i 3 trinn. Det ble kontrollert for BMI for å kunne undersøke faktorenes effekt på kroppsbildet uavhengig av ungdommens vekt. Funn fra regresjonsanalysen indikerer at jenter som er mest fornøyd med kroppen sin på T3 i liten grad identifiserer seg med idealene i media på T1. Deltakelse i idrettslag på T1 gir en stor sannsynlighet for at man er veldig fornøyd med kroppen etter 3 år og spesielt hos. For jenter er idrettsdeltakelse signifikant inntil de individuelle psykologiske variablene inkluderes. Dette kan tolkes som at andre faktorer har større betydning for jentenes kroppsbilde enn hvorvidt de deltar i idrett. Både høy sosial støtte, personlig kompetanse og høy selvfølelse gir økt sannsynlighet for et positivt kroppsbilde for jentene etter henholdsvis 1,5 og 3 år. Effekten er særlig stor for sosial støtte og selvfølelse. Analysen viser at høy selvfølelse også bidrar til et positivt kroppsbilde hos guttene over 3 år.

Hvordan kan disse resultatene tolkes?

Denne studien indikerer at lav grad av identifisering med medieidealene fører til et positivt kroppsbilde for jentene etter 3 år. Spørsmålene som blir stilt i SIAQ-A, skalaen som benyttes for å måle medieidealene, handler om hvorvidt man ønsker å likne på filmstjerner eller

idrettsutøvere samt hvordan man reagerer på bilder man blir eksponert for i blader. En lav skåre kan tolkes som at man i liten grad ønsker å likne på idealene og at det å se mediebilder ikke får en til å ville endre på kroppen sin. Flere psykologiske teorier kan benyttes for å belyse et slikt funn. Ifølge selv-diskrepans teorien (Higgins, 1987) vil stor avstand mellom selvoppfattet utseende og et ideal føre til et negativt kroppsbilde. Teorien hevder også at avstanden vil bli større dersom individet har internalisert idealet som sitt eget (Kvalem, 2007a). Sosial sammenlikningsteori (Festinger, 1954) hevder at det å inngå i sammenlikninger med noen man anser som bedre enn seg selv også kan få negative konsekvenser for kroppsbildet. Ved å sammenlikne seg oppover vil man oppleve større misnøye enn hvis man sammenlikner seg nedover. Ifølge Levine og Chapman (2011) og Kvalem (2007a) vil de som anser utseendet som viktig og i tillegg har et negativt kroppsbilde i større grad sammenlikne seg oppover enn de som har et positivt kroppsbilde og er mindre opptatt av utseendet. Den tredje psykologiske teorien som kan forklare sammenhengen mellom medieidealer og kroppsbildet er objektiviseringsteorien. Ifølge denne teorien fremstiller mediene kvinnekroppen på en seksualisert måte og dette kan gjøre at jenter lærer å vurdere seg selv som et fysisk objekt. Da slik selvobjektivisering innebærer en kontinuerlig vurdering av hvordan man ser ut kan det føre til angst og skam relatert til kroppen (Frederickson & Roberts, 1997). Både selv-diskrepans teorien, sosial sammenlikningsteori og objektiviseringsteorien forsøker å forklare hvorfor noen, særlig jenter, utvikler et negativt kroppsbilde. Basert på teoriene kan man tenke seg at jentene som i denne studien har et positivt kroppsbilde ikke har internalisert tynnhetsidealet som sitt eget ideal, ikke sammenlikner seg oppover og heller ikke påvirkes av seksualiserte mediebilder.

Wood-Barcalow et al. (2010) fant at unge kvinner med et positivt kroppsbilde viste en forståelse av at bildene i media ofte var urealistiske og manipulerte, noe som bidro til å redusere den negative effekten av eksponeringen. Tylka (2011) hevder at de med et positivt kroppsbilde bevisst unngår og minimerer sin eksponering for mediebilder. Det er mulig at jentene med et positivt kroppsbilde i denne studien ikke identifiserer seg med bildene i media fordi de vet eller ser at bildene ikke fremstiller normale kvinnekropper. En annen forklaring kan være at de ikke synes slike tynne kropper er attraktive og at de har internalisert et annet kroppsideal enn det kulturelle. Både Tylka (2011) og Wood-Barcalow et al. (2010) har vist at de som har et positivt kroppsbilde definerer skjønnhet på en annen og bredere måte enn de som har et negativt kroppsbilde. Dermed kan det være at det som anses som vakkert eller attraktivt for de fornøyde jentene i denne studien er annerledes enn de tynne modellene som ofte vises i media.

Idrett er relatert til et positivt kroppsbilde for begge kjønn, men det har kun en unik effekt for guttene over tid. I vestlige kulturer er det forventet at gutter, i større grad enn jenter, skal drive med idrett (Daniels & Leaper, 2006). Gutter som er med i et idrettslag følger altså de kulturelle kjønnsrolleforventningene, noe som kan forklare hvorfor idrett predikerer et positivt kroppsbilde for guttene og ikke jentene. En beslektet årsak kan være det at gutter har et mer funksjonsbasert kroppsbilde og definerer kroppens verdi utfra hva den kan gjøre og ikke hvordan den ser ut. Abbott og Barber (2009) hevder at fokus på kroppens funksjonalitet bidrar til et positivt kroppsbilde ved at kroppslige mestringsopplevelser integreres som en del av ungdommens kroppsbilde. De fleste gutter driver med lagidrett i ungdomstiden og det er nettopp slik idrett som er vist å ha en positiv effekt på kroppsbildet (Abbott & Barber, 2009). Dette kan forklares med at lagidrett i tillegg er en sosial arena hvor gode prestasjoner bidrar til å øke deres sosiale status og popularitet. Samtidig kan idrettsprestasjoner føre til høyere personlig kompetanse ved at man opplever mestring i et domene som er av høy verdi for ungdommene. I denne studien ser man nettopp en slik positiv sammenheng mellom idrett, sosial støtte og personlig kompetanse.

Guttene blir i puberteten høyere, mer bredskuldret, sterkere og mer muskuløse. Dette er kvaliteter som kan øke deres sjanser for å prestere i idrett (Ricciardelli & McCabe, 2011). Gjennom de kroppslige endringene i puberteten er det naturlig at også kroppsbildet forandres. Ved at disse kroppslige endringene fasiliterer bedre idrettsprestasjoner kan det også bidra til at idrett og kroppsbildet knyttes tettere sammen.

Et sentralt spørsmål å stille er hvorvidt guttene som driver med idrett er fornøyde med kroppen sin fordi de faktisk likner på det kulturelle kroppsidealet. Noe av det som karakteriserer de med et positivt kroppsbilde er stabil og normal vekt samt økt fysisk aktivitet (Tylka, 2011; Williams, Cash, & Santos, 2004). Frisèn og Holmqvist (2010) viste at ungdommer med et positivt kroppsbilde trente jevnlig og så på fysisk aktivitet som en naturlig og viktig del av livet. Det er rimelig å anta at de som trener ofte vil ha en slankere og mer muskuløs kropp. Altså er det mulig at den positive sammenhengen mellom idrettsdeltakelse og kroppsbilde skyldes at guttene i større grad har en kropp som møter idealet.

På samme måte kan det sosiale miljøet også bidra til å fremme det kulturelle kroppsidealet. Gutters vennskap er typisk mer aktivitetsbasert enn for jenter og de bruker ofte idrettsprestasjoner som grunnlag for sosiale sammenlikninger (Ricciardelli & McCabe, 2011). Kommentarer eller sosiale tilbakemeldinger gutter får om kroppen retter seg typisk mot deres prestasjoner innenfor idrett, altså mot kroppens funksjonalitet, og ikke direkte mot hvordan de ser ut. Det sosiale miljøet opprettholder på denne måten relasjonen mellom idrett og

kroppsbildet samt bidrar til å fremme et funksjonelt syn på kroppen. Dette kan igjen være en forklaring på hvorfor guttene som i denne studien deltar i et idrettslag vil ha et mer positivt kroppsbilde etter 3 år.

Det er verdt å nevne mulige årsaker til hvorfor man ikke finner en unik effekt av idrettsdeltakelse på kroppsbildet til jentene i denne studien. Jenters kroppsbilde utvikles oftest basert på estetiske, ikke funksjonelle, verdier (Abbott & Barber, 2009). Nettopp derfor kunne en tenke seg at idrettsdeltakelse ville vært mer positivt for deres kroppsbildeutvikling slik Abbott og Barber fant i sin studie fra 2009. Ettersom denne studien kun stiller spørsmål om deltakelse i idrettslag er det vanskelig å si hva slags idrett ungdommene driver med. Jenter driver ofte med mer estetisk basert idrett som er vist å ha en negativ effekt på kroppsbildet (Sundgot-Borgen et al., 2004). Om dette er tilfellet kan det være at den positive effekten av å være med i et idrettslag jevnes ut av den negative effekten som estetisk baserte idretter kan ha. I tillegg kan jentene oppleve mer erting for sine prestasjoner, noe som kan bidra til at de slutter med idrett (Slater & Tiggemann, 2011). Jentene kan også ha en oppfatning om at funksjonsbasert idrett ikke fører de nærmere kroppsidealet slik det kan for guttene. Det sosiale miljøet kan også bidra til at idrett ikke har en unik effekt på jentenes positive kroppsbildeutvikling. Jenter får stort sett kommentarer som handler om kroppens utseende og ikke dens prestasjoner (McCabe & Ricciardelli, 2006). Det er mulig at dette bidrar til å holde fokus på kroppens estetiske verdi, istedenfor den funksjonelle.

Høy opplevd sosial støtte bidrar til at jentene i denne studien har et positivt kroppsbilde etter 1,5 år. Både Tylka (2011) og Wood-Barcalow et al. (2010) fant at ubetinget sosial aksept er sentralt for et positivt kroppsbilde. Høy sosial støtte kan gjøre at man ikke opplever usikkerhet omkring sin sosiale status og unngår spekulasjoner om hvorvidt manglende sosial støtte skyldes at man ikke er tynn eller pen nok. Forskning viser at en vanlig årsak til erting i barne- og ungdomstiden er utseendet. Erting og mobbing kan sees på som en motsats til sosial støtte og blant de som blir ertet kan det oppstå en tro om at det å bli tynnere eller penere vil gjøre at man blir akseptert. Familie og venner har som nevnt stor påvirkningskraft på ungdommenes kroppsbilde. Det kan være at de mest fornøyde jentene i denne studien også har familier som ikke fokuserer på kropp og utseendet i spesielt stor grad. Foreldre-barn relasjoner som er preget av mye konflikter er funnet å predikere et negativt kroppsbilde (Bearman et al., 2006). Høy sosial støtte indikerer lite konflikt og kan slik forklare jentenes positive kroppsbildeutvikling.

Ungdommene i denne studien er i en periode i livet hvor venner spiller en stor og viktig rolle. Gjennom samtaler om kropp, komplimenter, ertende kommentarer samt deling av

tips om hvordan man kan endre på utseendet kan det utvikles en kroppsfixert subkultur i vennegjengen (Jones & Crawford, 2006). En slik kultur vil som oftest være mer tydelig i jentegjenger. Økt oppmerksomhet mot kroppen kan bidra til at utseendet oppleves som mer viktig, noe som tidligere nevnt er relatert til økt sosial sammenlikning, internalisering av tynnhetsidealet og et negativt kroppsbilde. Basert på dette kan det være at de mest fornøyde jentene i denne studien ikke har venner som snakker mye om kropp og utseende. I denne studien gir en høy skåre på opplevd sosial støtte (se appendiks a) uttrykk for at man føler at venner og familie setter pris på alle ens egenskaper samt oppmuntrer og bryr seg om en. Dette indikerer at sosial støtte for de mest fornøyde jentene ikke er betinget av bare kropp og utseende.

For guttene finner man i denne studien ingen unik effekt av sosial støtte på kroppsbildet. Dette kan forklares med at utseendet ikke er en like stor del av sosiale interaksjoner som det er hos jenter. Det er nevnt at kommentarer gutter får fra sitt sosiale miljø ofte retter seg mot prestasjoner innenfor idrett og ikke deres utseende. Gutter opplever også mindre fokus på og erting relatert til utseendet. Disse faktorene kan sees på som forklaringer på hvorfor gutter ikke oppfatter utseendet og sosial støtte som avhengig av eller relatert til hverandre.

Personlig kompetanse blir av Hjemdal et al. (2006) betegnet som et samlebegrep for en rekke egenskaper som fører til resiliens. Disse er selvtillit, self-efficacy, self-liking, håp, en realistisk tilnærming til livet, evne til organisering, planlegging samt opprettholdelse av rutiner. Svaralternativene i skalaen som måler personlig kompetanse (se appendiks a) tilsier at de med en høy skåre har en tro på at de er dyktige, at de vet hvordan de skal oppnå sine mål og at måloppnåelse er mulig. I denne studien finner man at høy personlig kompetanse predikerer et positivt kroppsbilde for jentene etter 1.5 år. Disse egenskapene har altså en unik innvirkning på jentenes kroppsbilde uavhengig av sosial støtte og selvfølelse. De som har høy personlig kompetanse er altså svært målfokuserte og har høy tro på sin egen mestringsevne. Relatert til kroppsbildet kan disse egenskapene ha en positiv effekt på flere måter. På den ene siden kan det være at kropp og utseende ikke oppleves som viktig fordi man fokuserer på andre mål i livet. En realistisk tilnærming til sin egen kropp kan gjøre at de forstår at oppnåelse av tynnhetsidealet er fysisk umulig for dem og dermed velger de å fokusere på noe annet.

Sosial støtte og personlig kompetanse måles i denne studien gjennom skalaen ”The Resilience Scale for Adolescents” (READ) (Hjemdal et al., 2006). Begge faktorene er antatt å bidra til resiliens hos ungdom, noe som vil si at de klarer å tilpasse seg på en positiv måte til

tross for at de møter motgang (Skre et al., 2007). I forhold til kroppsbildet kan dette bety at resiliente ungdommer håndterer det kulturelle og sosiale presset relatert til kropp og utseendet på en bedre måte enn andre og derfor ikke utvikler et negativt kroppsbilde. Det at disse resiliensfaktorene predikerer et positivt kroppsbilde for jenter og ikke gutter kan sees på som en indikator for at jentene møter på flere trusler i forhold til sitt kroppsbilde og derfor får større utbytte av høy motstandskraft. Det må samtidig påpekes at regresjonsanalysen hvor personlig kompetanse er fjernet (se appendiks tabell b2) viser at sosial støtte da blir en signifikant prediktor også hos guttene, slik at det å oppleve høy sosial støtte dermed vil bidra til et mer positivt kroppsbilde.

Det er nevnt at selvfølelse og kroppsbilde er tett knyttet sammen i en gjensidig påvirkningsprosess. Det betyr at et positivt kroppsbilde kan føre til høy selvfølelse eller at høy selvfølelse kan gi et positivt kroppsbilde (Clay et al., 2005; Kvalem, 2007a). Denne studien finner at både jenter og gutter med høy selvfølelse med stor sannsynlighet vil ha et positivt kroppsbilde 3 år senere. Forskning har vist at kroppsbilde er en stor del av den globale selvfølelsen, spesielt blant ungdom (Harter, 1999a). Dermed blir det naturlig at de som har positive tanker og følelser om seg selv også vil ha et mer positivt syn på sin egen kropp. Ifølge symbolsk interaksjonisme (Mead, 1934) kan måten vi ser på oss selv relateres til atferd og reaksjoner vi møter i vårt sosiale miljø. Det å bli sosialt akseptert anses som et viktig mål for ungdommer og høy selvfølelse kan sees som en indikator på at man føler seg akseptert og støttet. Noen vil også tolke sosial aksept som et uttrykk for at de likner på det kroppslige idealet og dette kan igjen føre til et mer positivt kroppsbilde. Ifølge Ata et al. (2007) vil sosiale tilbakemeldinger tolkes mer positivt av de med høy selvfølelse og dette kan gjøre at kommentarer om kropp og utseende oppleves på en mer positiv måte. Dette er i tråd med Frisen og Holmqvist (2010) som fant at ungdommer med et positivt kroppsbilde avfeide negative kommentarer om deres utseende som uskyldige morsomheter og de antok at familie og venner likte deres utseende. Sosiale interaksjoner kan slik påvirke selvfølelsen samtidig som høy selvfølelse kan påvirke hvordan man tolker sosiale tilbakemeldinger.

Begrensninger ved denne studien

Denne studien har forsøkt å få en bred forståelse av hva som påvirker ungdoms kroppsbilde i en positiv eller negativ retning. Basert på dette ble det inkludert en rekke faktorer innenfor kategoriene som brukes i Cash sin kognitive-atferdsmodell. Flere faktorer kunne imidlertid blitt inkludert for å få en mer fullstendig forklaring, slik som etnisitet, kulturell bakgrunn, religiøs tilhørighet og familiestruktur. Mest mulig kunnskap om flest

mulig påvirkningsfaktorer vil kunne øke nytteverdien forskningen har for forebyggende arbeid og intervensjonsutvikling.

Den foreliggende studien er longitudinell og benytter målinger fra 3 tidspunkt over 3 år. Et slikt longitudinelt perspektiv gjør at man med større sikkerhet kan trekke slutninger om retningen til sammenhengene man finner. Samtidig er dette en naturalistisk studie og man har derfor ikke fullstendig kontroll på mulige tredjevariabler som kan påvirke sammenhengene. Man kan heller ikke fastslå noen kausalitet da det er korrelasjonelle data. Datamaterialet som studien er basert på er selvrapportert og samlet inn gjennom spørreskjema. Selvrappotering har blitt kritisert som målemetode fordi det er fare for at respondentene svarer utfra sosial ønskelighet. I tillegg er det større sannsynlighet for feilrapportering i forhold til BMI enten fordi ungdommene ikke kjenner sin egen høyde og vekt eller de lyver om den. Samtidig er det også fordeler med spørreskjema i forhold til sensitive tema som kropp, pubertet og erting eller mobbing. Det kan være at deltakerne svarer mer ærlig på personlige og vanskelige spørsmål når man bruker et spørreskjema sammenliknet med hva de ville gjort i en intervju situasjon. Forskning har også funnet at selvrapportert vekt og høyde er reliabelt (Bearman et al., 2006)

I utgangspunktet var det flere jenter som deltok i studien og denne skjevfordelingen vedvarte gjennom alle målingene. Dette er en vanlig tendens i forskning og særlig blant ungdom. Tendensen er problematisk fordi det gjør at man får mindre generaliserbare funn om utviklingen av guttenes kroppsbilde, noe det utgangspunktet eksisterer mye mindre kunnskap om sammenliknet med jentenes utvikling. Frafallsanalysen viste at den gruppen som falt fra underveis i studien deltok mindre i idrettslag enn de som var med hele veien. Siden dette allerede var en signifikant prediktor for guttene kan det tenkes at idrettsdeltakelse sin effekt på kroppsbilde hadde blitt enda tydeligere hvis flere gutter hadde vært med.

Det kan også sees på som en begrensning at undersøkelsen kun inkluderer ungdom fra de er 14 år. Forskning viser at kroppsbildet utvikles allerede fra tidlig barndom og med tanke på forebygging er det mulig at det er for sent å begynne slikt arbeid i ungdomstiden fordi holdninger til kropp og utseendet da allerede er veletablert i individet (Smolak, 2011).

Noen av måleinstrumentene som ble benyttet i denne studien har også svakheter. De fleste av måle metodene som brukes i forskning på kroppsbilde er utviklet med utgangspunkt i det kvinnelige, tynne, kroppsidealet (Eisenberg et al., 2011). Dermed er det usikkert om disse skalaene er egnet for å måle guttenes kroppsbilde når de ikke tar utgangspunkt i guttenes ideal og hva gutter er mest opptatt av når det gjelder kropp og utseende. Skalaen som måler identifisering med medieideal (Siaq-A) er et eksempel på dette. Skalaen fokuserer på mediekilder som er mest brukt hos jenter og kan derfor gi feilaktig lave utslag hos guttene. I

tillegg er det mulig at den er noe utdatert da den stiller spørsmål om blader og ikke nye medier slik som internett. En oppdatert spørsmålsformulering ville kanskje gitt en mer nyansert forståelse av forholdet mellom kroppsbilde og medieidealer. Det ville også vært hensiktsmessig å stille mer spesifikke spørsmål om hva slags idrett ungdommene drev med. Dette fordi man ser at noen idretter kan ha en negativ effekt kroppsbildet (Abbott & Barber, 2009; Sundgot-Borgen et al., 2004) og konkret kunnskap om hvilke idretter som virker negativt og positivt vil være nyttig i intervensjonsutvikling.

Kroppsbildet er i denne studien er målt gjennom ”The Multidimensional Body-Self Relations Questionnaire” (MBSRQ) som måler grad av fornøydhet / misfornøydhet med kroppen. For å måle et positivt kroppsbilde på en fullverdig måte kunne det vært mer hensiktsmessig å benytte en skala som er utviklet nettopp for å fange opp de faktorene som kjennetegner et positivt kroppsbilde. I tråd med definisjonen på kroppsbilde som et flerdimensjonelt begrep kunne man også undersøkt hvor opptatt ungdommene var av sitt utseende og hvordan dette eventuelt manifesterte seg i deres tanker og atferd.

Konklusjon og implikasjoner

Denne studien støtter Cash sin kognitive-atferdsmodell som sier at det er nødvendig å integrere ulike faktorer fra flere kilder for å få en helhetlig forståelse av kroppsbildet og dets utvikling (Cash, 2011). Ungdomstiden er en viktig periode for kroppsbildets utvikling hvor man møter både risikofremmende og beskyttende faktorer (Barker & Galambos, 2003). Denne studien viser at ulike faktorer kan predikere hvorvidt ungdommer utvikler et positivt eller et negativt kroppsbilde over tid og at det er forskjeller mellom jenter og gutter på hvilke faktorer som har størst betydning. Dette indikerer at man ikke kan utvikle og benytte like intervensjoner for jenter og gutter, men at innholdet og fremgangsmåten må tilpasses kjønnene. Funnene tyder også på at det kan være mer hensiktsmessig for forebyggingsprogram å rette seg mot faktorer som har en positiv påvirkning på kroppsbildeutviklingen, fremfor å fokusere på selve kroppen. Av individuelle psykologiske faktorer er det særlig økt selvfølelse som denne studien indikerer at man bør fokusere på. For jentene vil også høy personlig kompetanse og opplevd sosial støtte være relevant. Av kulturelle og sosiale faktorer bør jentene få mer kunnskap om bildene de ser i media og hvordan de skal tolke og forholde seg til disse. Guttene bør oppfordres til å bli med i et idrettslag da resultatene i denne studien indikerer at det bidrar til et mer positivt kroppsbilde.

Studien viser at det er nødvendig å utvikle målemetoder som bedre kan fange opp nøyaktig hvordan de ulike faktorene påvirker kroppsbildet. Spesielt gjelder dette en

spesifisering av hva slags idrett man driver med og et mål på medieidealer som i større grad inkluderer moderne mediekilder. Videre forskning bør også å ta større hensyn til de kvalitative forskjellene mellom et positivt og et negativt kroppsbilde og utvikle skalaer som bedre kan måle begge konstruktene. Relatert til dette bør det også tas større høyde for kjønnsforskjellene i utviklingen av målemetoder. Det longitudinelle perspektivet denne studien har øker muligheten for å trekke prospektive slutninger om hva som påvirker ungdoms kroppsbilde i perioden over tid. Videre forskning på kroppsbildet bør i større grad fokusere på longitudinelle design da dette gir kunnskap om utviklingsprosesser som tverrsnittsstudier ikke kan fange opp.

Denne studien fant at ungdommenes kroppsbilde ble mer positivt etter 3 år, for begge kjønn. Dette viser at kroppsbildet kan endres og forbedres, noe som er viktig kunnskap i forhold til intervensjonsarbeid. Studien hadde ikke som mål å vise hva som kjennetegner de som endrer kroppsbilde, men videre forskning burde også undersøke dette nærmere da det kan gi økt forståelse for hvordan man kan hjelpe ungdom som er misfornøyde med kroppen sin til å utvikle et mer positivt kroppsbilde.

Referanseliste

- Abbott, B. D., & Barber, B. L. (2009). Differences in functional and aesthetic body image between sedentary girls and girls involved in sports and physical activity: Does sport type make a difference? *Psychology of Sport and Exercise, 12*, 333-342. doi: 10.1016/j.psychsport.2010.10.005
- Asgeirsdottir, B. B., Ingolfsdottir, G., & Sigfusdottir, I. D. (2012). Body Image trends among Icelandic adolescents: A cross-sectional national study from 1997 to 2010. *Body Image, in press*. doi: 10.1016/j.bodyim.2012.02.002
- Ata, R. N., Ludden, A. B., & Lally, M. M. (2007). The effects of gender and family, friend, and media influences on eating behaviors and body image during adolescence. *Journal of Youth and Adolescents, 36*, 1024-1037. doi: doi: 10.1007/s10964-006-9159-x
- Barker, E. T., & Galambos, N. L. (2003). Body dissatisfaction of adolescent girls and boys: risk and resource factors. *The Journal of Early Adolescence, 23*, 141-165. doi: 10.1177/0272431603023002002
- Bearman, S. K., Presnell, K., Martinez, E., & Stice, E. (2006). The skinny on body dissatisfaction: A longitudinal study of adolescent girls and boys. *Journal of Youth and Adolescence, 35*, 229-241. doi: 10.1007/s10964-005-9010-9
- Cash, T. F. (2002). Cognitive-behavioral perspectives on body image. In T. F. Cash & T. Pruzinsky (Eds.), *Body image: A handbook of theory, research and clinical practice* (pp. 38-46). New York: Guilford Press.
- Cash, T. F. (2011). Cognitive-behavioral perspectives on body image. In T. F. Cash & L. Smolak (Eds.), *Body Image. A handbook of science, practice, and prevention* (2nd ed., pp. 39-47). New York: The Guilford Press.
- Cash, T. F., & Fleming, E. C. (2002). Body image and social relations. In T. F. Cash & T. Pruzinsky (Eds.), *Body Image: A handbook of theory, research and clinical practice* (pp. 277-286). New York: Guilford.
- Cash, T. F., & Pruzinsky, T. (Eds.). (2002). *Body Image: A handbook of theory, research, and clinical practice*. New York: Guilford Press.
- Clay, D., Vignoles, V. L., & Dittmar, H. (2005). Body Image and self-esteem among adolescent girls: Testing the influence of sociocultural factors. *Journal of Research on Adolescence, 15*, 451-477. doi: 10.1111/j.1532-7795.2005.00107.x
- Cohane, G. H., & Harrison, G. P. J. (2001). Body image in boys: A review of the literature. *International Journal of Eating Disorders, 29*, 373-379. doi: 10.1002/eat.1033

- Cohen, J. (1988). *Statistical power analysis for the behavioral sciences*. Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Daniels, E., & Leaper, C. (2006). A longitudinal investigation of sport participation, peer acceptance, and self-esteem among adolescent girls and boys. *Sex Roles, 55*, 875-880. doi: 10.1007/s11199-006-9138-4
- Dunkley, T. L., Wertheim, E. H., & Paxton, S. J. (2001). Examination of a model of multiple sociocultural influences on adolescent girls' body dissatisfaction and dietary restraint. *Adolescence, 36*, 265-279.
- Eisenberg, M. E., Jerica, M. B., Fulkerson, J. A., & Neumark-Sztainer, D. (2011). Weight comments by family and significant others in young adulthood. *Body Image, 8*, 12-19. doi: 10.1016/j.bodyim.2010.11.002
- Festinger, L. (1954). A theory of social comparison processes. *Human Relations, 7*, 117-140. doi: 10.1177/001872675400700202
- Frederickson, B. L., & Roberts, T.-A. (1997). Objectification theory. Toward understanding women's lived experiences and mental health risks. *Psychology of Women Quarterly, 21*, 173-206. doi: 10.1111/j.1471-6402.1997.tb00108.x
- Friestad, C., & Rise, J. (2004). A longitudinal study of the relationship between body image, self-esteem and dieting among 15-21 year olds in Norway. *European Eating Disorders Review, 12*, 247-255. doi: 10.1002/erv.570
- Frisèn, A., & Holmqvist, K. (2010). What characterizes early adolescents with a positive body image? A qualitative investigation of swedish girls and boys. *Body Image, 7*, 205-212. doi: 10-1016/j.bodyim.2010.04.001
- Harter, S. (1988). *Manual for the self-perception for adolescents*. Denver: University of Denver Press.
- Harter, S. (1999a). Contemporary issues and historical perspectives *The construction of the self: A developmental perspective* (pp. 1-27). New York: The Guilford Press.
- Harter, S. (1999b). Discrepancies between real and ideal self-concepts *The construction of the self* (pp. 142-165). New York: The Guilford Press.
- Harter, S., & Jackson, B. K. (1993). Young adolescents' perceptions of the link between low self-worth and depressed affect. *Journal of Early Adolescence, 33*, 383-407. doi: 10.1177/0272431693013004003
- Higgins, E. T. (1987). Self-discrepancy: A theory relating self and affect. *Psychological Review, 94*, 319-340. doi: 10.1037/0033-295X.94.3.319

- Hjemdal, O., Friborg, O., Stiles, T. C., Martinussen, M., & Rosenvinge, J. H. (2006). A new scale for adolescent resilience: Grasping the central protective resources behind healthy development. *Measurement and Evaluation in Counseling and Development*, *39*, 84-96.
- Jackson, L. (2002). Physical attractiveness: A sociocultural perspective. In T. F. Cash & T. Pruzinsky (Eds.), *Body Image: A handbook of theory, research, and clinical practice* (pp. 3-12). New York: The Guilford Press.
- Jones, D. C. (2004). Body image among adolescent girls and boys: A longitudinal study. *Developmental Psychology*, *40*, 823-835. doi: 10.1037/0012-1649.40.5.823
- Jones, D. C. (2011). Interpersonal and familiar influences on the development of body image. In T. F. Cash & L. Smolak (Eds.), *Body Image: A Handbook of Science, Practice, and Prevention* (2nd ed., pp. 110-118). New York: The Guilford Press.
- Jones, D. C., & Crawford, J. K. (2006). The peer appearance culture during adolescence: Gender and body mass variations. *Journal of Youth and Adolescence*, *2*, 257-269. doi: 10.1007/s10964-005-9006-5
- Jones, D. C., Vigfusdottir, T. H., & Lee, Y. (2004). Body Image and the appearance culture among adolescent girls and boys: An examination of friend conversations, peer criticism, appearance magazines, and the internalization of appearance ideals. *Journal of Adolescent Research*, *19*, 323-339. doi: 10.1177/0743558403258847
- Keery, H., Boutelle, K., van den Berg, P., & Thompson, J. K. (2005). The Impact of appearance-related teasing by family members. *Journal of Adolescent Health*, *37*, 120-127. doi: 10.1016/j.jadohealth.2004.08.015
- Kvalem, I. L. (2007a). Ungdom og kroppsbilde. In I. L. Kvalem & L. Wichstrøm (Eds.), *Ung i Norge. Psykososiale utfordringer* (pp. 33-50). Oslo: Cappelen Akademisk Forlag.
- Kvalem, I. L. (2007b). Utvikling i tenårene. In I. L. Kvalem & L. Wichstrøm (Eds.), *Ung i Norge. Psykososiale utfordringer* (pp. 17-32). Oslo: Cappelen Akademiske Forlag.
- Kvalem, I. L., von Soest, T., Roald, H. E., & Skolleborg, K. C. (2006). The interplay of personality and negative comments about appearance in predicting body image. *Body Image* *3*, 263-273. doi: 10.1016/j.bodyim.2006.04.002
- Levine, M. P., & Chapman, K. (2011). Media influences on body image. In T. F. Cash & L. Smolak (Eds.), *Body Image: A handbook of science, practice, and prevention* (2nd ed., pp. 101-109). New York: The Guilford Press.

- Levine, M. P., & Smolak, L. (2002). Body image development in adolescence. In T. F. Cash & T. Pruzinsky (Eds.), *Body image: A handbook of theory, research, and clinical practice* (pp. 74-82). New York: The Guilford Press.
- Levine, M. P., & Smolak, L. (2006a). Introduction to prevention *The prevention of eating problems and eating disorders. Theory, research, and practice* (pp. 3-18). New Jersey: Lawrence Erlbaum Associates, Publishers.
- Levine, M. P., & Smolak, L. (2006b). Risk factors as guides to prevention program design *The prevention of eating problems and eating disorders. Theory, research, and practice* (pp. 95-107). New Jersey: Lawrence Erlbaum Associates, Publishers.
- Lieberman, M., Gauvin, L., Bukowski, W. M., & White, D. R. (2001). Interpersonal influence and disordered eating behaviors in adolescent girls. The role of peer modeling, social reinforcement, and body-related teasing. *Eating Behaviors, 2*, 215-236. doi: 10.1016/S1471-0153(01)00030-7
- McCabe, M. P., & Ricciardelli, L. A. (2006). "Who thinks I need a perfect body?" Perceptions and internal dialogue among adolescents about their bodies. *Sex Roles, 55*, 409-419. doi: 10.1007/s11199-006-9093-0
- Mead, G. H. (1934). *Mind, self, and society : from the standpoint of a social behaviorist*. Chicago: University of Chicago Press.
- Neumark-Sztainer, D. (2011). Obesity and body image in youth. In T. Cash & L. Smolak (Eds.), *Body image. A handbook of science, practice and prevention* (2nd ed., pp. 180-188). New York: The Guilford Press.
- Olsson, C. A., Bond, L., Burns, J. M., Vella-Brodrick, D. A., & Sawyer, S. M. (2003). Adolescent resilience: A concept analysis. *Journal of Adolescence, 26*, 1-11. doi: 10.1016/S0140-1971(02)00118-5
- Olweus, D. (1992). *Mobbing i skolen. Hva vet vi og hva kan vi gjøre?* Oslo: Universitetsforlaget.
- Pallant, J. (2010). *SPSS Survival Manual*. Berkshire: Open University Press.
- Petrie, T. A., Greenleaf, C., & Martin, S. (2010). Biopsychosocial and physical correlates of middle school boys` and girls` body satisfaction. *Sex Roles, 63*, 631-644. doi: 10.1007/s111990-010-9872-5
- Ricciardelli, L. A., & McCabe, M. P. (2011). Body image development in adolescent boys. In T. Cash & L. Smolak (Eds.), *Body Image. A handbook of practice, prevention and treatment* (2nd ed., pp. 85-92). New York: The Guilford Press.

- Skre, I., Arnese, Y., Breivik, C., Johnsen, L. I., Verplanken, B., & Wang, C. E. (2007). Mestring hos ungdom: Validering av en norsk oversettelse av Adolescent coping orientation for problem experiences. *Tidsskrift for Norsk Psykologforening*, *44*, 236-247.
- Slater, A., & Tiggemann, M. (2010). Body image and disordered eating in adolescent girls and boys: A test of objectification theory. *Sex Roles*, *63*, 42-49. doi: 10.1007/s11199-010-9794-2
- Slater, A., & Tiggemann, M. (2011). Gender differences in adolescent sport participation, teasing, self-objectification and body-image concerns. *Journal of Adolescence*, *34*, 455-463. doi: 10.1016/j.adolescence2010.06.007
- Smolak, L. (2011). Body image development in childhood. In T. Cash & L. Smolak (Eds.), *Body Image. A handbook of science, practice, and prevention*. (2nd ed., pp. 67-75). New York: The Guilford Press.
- Smolak, L., & Thompson, J. K. (2008). Introduction to the second edition. In L. Smolak & J. K. Thompson (Eds.), *Body image, eating disorders, and obesity in youth: Assessment, prevention, and treatment* (2nd ed., pp. 3-14). Washington: American Psychological Association.
- Stattin, H., & Magnusson, D. (1990). *Pubertal maturation in female development*. Hillsdale, N.J: Erlbaum.
- Stice, E., & Whitenton, K. (2002). Risk factors for body dissatisfaction in adolescent girls: A longitudinal investigation. *Developmental Psychology*, *38*, 669-678. doi: 10.1037//0012-1649.38.5.669
- Storvoll, E. E., Strandbu, Å., & Wichstrøm, L. (2005). A cross-sectional study of changes in Norwegian adolescents' body image from 1992 to 2002. *Body Image*, *2*, 5-18. doi: 10.1016/j.bodyim.2005.01.001
- Sundgot-Borgen, J., Torstveit, M. K., & Skårderud, F. (2004). Spiseforstyrrelser i idretten. *Tidsskrift for Den norske legeförening*, *124*, 2126-2129.
- Swami, V., Hadji-Michael, M., & Furnham, A. (2008). Personality and individual difference correlates of positive body image. *Body Image*, *5*, 322-325. doi: 10.1016/j.bodyim.2008.03.007
- Thompson, J. K., Heinberg, L. J., Altabe, M. N., & Tantleff-Dunn, S. (1999). *Exacting Beauty: Theory, assessment, and treatment of body image disturbance*. Washington: American Psychological Association.

- Tiggemann, M. (2011). Sociocultural perspectives on human appearance and body image. In T. F. Cash & L. Smolak (Eds.), *Body image. A handbook of science, practice, and prevention* (2nd ed., pp. 12-19). New York: The Guilford Press.
- Tylka, T. L. (2011). Positive psychology perspectives on body image. In T. F. Cash & L. Smolak (Eds.), *Body Image. A handbook of science, practice, and prevention* (2nd ed., pp. 56-64). New York: The Guilford Press.
- Vessey, J. A., Duffy, M., O`Sullivan, P., & Swanson, M. (2003). Assessing teasing in school-age youth. *Issues in Comprehensive Pediatric Nursing*, 26, 1-11. doi: 10.1080/01460860390183038
- Wertheim, E. H., & Paxton, S. J. (2011). Body image development in adolescent girls. In T. Cash & L. Smolak (Eds.), *Body Image. A handbook of science, practice, and prevention* (2nd ed., pp. 76-84). New York: The Guilford Press.
- Wertheim, E. H., Paxton, S. J., & Blaney, S. (2008). Body image in girls. In L. Smolak & J. K. Thompson (Eds.), *Body image, eating disorders, and obesity in youth: Assessment, prevention, and treatment* (2nd ed., pp. 47-76). Washington: American Psychological Association.
- Wichstrøm, L. (1995). Harter`s self-perception profile for adolescents: Reliability, validity, and evaluation of the question format. . *Journal of Personality Assessment*, 65, 100-116.
- Williams, E. F., Cash, T. F., & Santos, M. T. (2004). *Positive and negative body image: Precursors, correlates, and consequences*.
- Wood-Barcalow, N. L., Tylka, T. L., & Augustus-Horvath, C. L. (2010). "But I Like My Body": Positive body image characteristics and a holistic model for young-adult women. *Body Image*, 7, 106-116. doi: 10.1016/j.bodyim.2010.01.001
- Wykes, M., & Gunter, B. (2005a). Could looks kill? *The media and body image: If looks could kill* (pp. 1-12). London: Sage.
- Wykes, M., & Gunter, B. (2005b). From representations to effects *The media and body image: If looks could kill* (pp. 138-153). London: Sage.

Appendiks A

Spørsmål for mål av *sosial støtte*

- 1) Jeg har noen venner/familiemedlemmer som pleier å oppmuntre meg
- 2) Vennene mine holder alltid sammen
- 3) Jeg har noen nære venner/familiemedlemmer som virkelig bryr seg om meg
- 4) Jeg har alltid noen som kan hjelpe meg når jeg trenger det
- 5) Jeg har noen nære venner/familiemedlemmer som setter pris på egenskapene mine

Spørsmål for mål av *personlig kompetanse*

- 1) Jeg kommer i mål dersom jeg står på
- 2) Jeg er fornøyd med livet mitt til nå
- 3) Jeg vet hvordan jeg skal nå målene mine
- 4) Når det er umulig for meg å forandre på ting slutter jeg å gruble på dem
- 5) Jeg føler jeg er dyktig
- 6) Når jeg skal velge noe vet jeg oftest hva som blir riktig for meg
- 7) Min tro på meg selv får meg gjennom vanskelige perioder
- 8) I motgang har jeg en tendens til å finne noe bra jeg kan vokse på

Appendiks B

Tabell b1: *Multipel logistisk regresjon uten å kontrollere for BMI. Fornøyd = 1, Misfornøyd = 0.*

	Jenter <i>n</i> = 343			Gutter <i>n</i> = 249		
	<i>OR</i>	<i>95% CI</i>	<i>p</i>	<i>OR</i>	<i>95% CI</i>	<i>p</i>
Modell 1:						
Pubertet T1	1.20	[0.95-1.52]	.11	0.87	[0.66-1.14]	.33
Modell 2:						
Pubertet T1	1.12	[0.86-1.44]	.37	0.88	[0.66-1.18]	.41
Medieidealer T1	0.39	[0.30-0.50]	<.001	0.74	[0.55-1.00]	.054
Idrettsdeltakelse T1	1.28	[0.98-1.68]	.06	2.12	[1.47-3.17]	<.001
Modell 3:						
Pubertet T1	1.14	[0.86-1.50]	.33	0.92	[0.68-1.25]	.62
Medieidealer T1	0.46	[0.34-0.61]	<.001	0.81	[0.59-1.10]	.18
Idrettsdeltakelse T1	1.12	[0.83-1.51]	.44	2.05	[1.36-3.09]	<.001
Erting / Mobbing T1	0.91	[0.64-1.29]	.61	1.11	[0.75-1.63]	.58
Sosial støtte T2	1.73	[1.02-3.07]	.053	1.37	[0.73-2.56]	.31
Personlig kompetanse T2	1.87	[1.11-3.14]	<.05	1.35	[0.71-2.56]	.35
Selvfølelse T1	2.12	[1.29-3.48]	<.01	2.51	[1.38-4.57]	<.01

Tabell b2: *Multipel logistisk regresjon uten sosial støtte. Fornøyd = 1, Misfornøyd = 0*

	Jenter n = 340			Gutter n = 246		
	<i>OR</i>	<i>95% CI</i>	<i>p</i>	<i>OR</i>	<i>95% CI</i>	<i>p</i>
Modell 1:						
BMI T3	0.75	[0.68-0.82]	<.001	0.81	[0.73-0.89]	<.001
Pubertet T1	1.01	[0.78-1.31]	.89	0.75	[0.55-1.01]	.06
Modell 2:						
BMI T3	0.78	[0.70-0.86]	<.001	0.82	[0.74-0.91]	<.001
Pubertet T1	0.96	[0.73-1.27]	.81	0.76	[0.55-1.04]	.08
Medieidealer T1	0.42	[0.32-0.56]	<.001	0.86	[0.62-1.18]	.36
Idrettsdeltakelse T1	1.33	[1.00-1.78]	<.05	2.01	[1.34-3.01]	<.001
Modell 3:						
BMI T3	0.78	[0.70-0.87]	<.001	0.80	[0.71-0.89]	<.001
Pubertet T1	0.99	[0.74-1.33]	.97	0.79	[0.57-1.10]	.16
Medieidealer T1	0.53	[0.39-0.73]	<.001	0.92	[0.65-1.30]	.66
Idrettsdeltakelse T1	1.17	[0.85-1.60]	.31	2.00	[1.29-3.09]	<.01
Erting / Mobbing T1	0.88	[0.60-1.30]	.54	1.05	[0.71-1.56]	.79
Personlig kompetanse T2	2.39	[1.46-3.90]	<.001	1.64	[0.96-2.81]	.06
Selvfølelse T1	2.39	[1.41-4.06]	<.001	2.73	[1.46-5.09]	<.01

Tabell b3: *Multipel logistisk regresjonsanalyse uten personlig kompetanse. Fornøyd = 1, misfornøyd = 0.*

	Jenter <i>n</i> = 342			Gutter <i>n</i> = 246		
	<i>OR</i>	<i>95% CI</i>	<i>p</i>	<i>OR</i>	<i>95% CI</i>	<i>p</i>
Modell 1:						
BMI T3	0.74	[0.67-0.81]	<.001	0.80	[0.73-0.89]	<.001
Pubertet T1	0.99	[0.76-1.27]	.94	0.74	[0.54-1.00]	.052
Modell 2:						
BMI T3	0.77	[0.70-0.85]	<.001	0.82	[0.74-0.90]	<.001
Pubertet T1	0.95	[0.72-1.25]	.71	0.73	[0.54-1.00]	.056
Medieidealer T1	0.42	[0.32-0.56]	<.001	0.90	[0.64-1.19]	.41
Idrettsdeltakelse T1	1.36	[1.02-1.80]	<.05	1.87	[1.28-2.82]	<.01
Modell 3:						
BMI T3	0.76	[0.68-0.85]	<.001	0.78	[0.70-0.87]	<.001
Pubertet T1	0.95	[0.71-1.28]	.76	0.74	[0.53-1.02]	.07
Medieidealer T1	0.52	[0.38-0.71]	<.001	0.95	[0.68-1.33]	.79
Idrettsdeltakelse T1	1.11	[0.81-1.51]	.49	1.83	[1.19-2.81]	<.01
Erting / Mobbing T1	0.77	[0.52-1.15]	.20	1.09	[0.73-1.62]	.65
Sosial støtte T2	2.56	[1.50-4.38]	<.001	1.92	[1.13-3.27]	<.05
Selvfølelse T1	2.69	[1.59-4.54]	<.001	2.64	[1.41-4.95]	<.01