

OsloMet – storbyuniversitet

Fakultet for lærerutdanning og internasjonale studier

**Kroppsbilde relatert til fysisk aktivitet i ulike kontekster:
en kartleggingsstudie av gutter i videregående skole**

Master i skolerettet utdanningsvitenskap med fordypning i kroppsøving og
kroppsøvingsdidaktikk

SKUT5910

Gard Tov Næs Oterholt

Vår 2018

Førord

Masteroppgaven markerer slutten på et kapittel i livet mitt, samtidig som den legger til rette for et nytt. To innholdsrike år ved OsloMet - storbyuniversitet er nå over, og nye utfordringer venter. Det har vært en krevende, men lærerik periode som ville vært vanskelig å overkomme, uten alle som har stilt opp og hjulpet til gjennom prosessen.

Jeg ønsker å rette en stor takk til min hovedveileder, Marc Esser-Noethlichs. Takk for god veiledning og oppmuntrende ord gjennom hele perioden.

Tusen takk til min biveileder, Anders Lund Haugen for gode innspill og konstruktive tilbakemeldinger underveis i arbeidet.

Takk til:

Skolene og informantene som deltok i undersøkelsen.

Mine nærmeste for god støtte og motivasjon.

Mine kjære medstudenter som har gjort studenttilværelsen til noe minneverdig.

OsloMet – storbyuniversitet, Oslo 2018

Gard Tov Næs Oterholt

Sammendrag

Bakgrunn: Historisk sett har kroppsbildeproblematikken vært forbeholdt kvinnekroppen. Det er først de to-tre siste tiårene at interessen for unge gutter og menns kroppsbilde har blitt mer aktualisert i kroppsbildeforskningen. Det er fortsatt et behov for å utvikle kartleggingen av gutters kroppsbilde, særlig på nasjonalt nivå. Studiens intensjon er å yte et bidrag til denne forskningen.

Formål: Fokuset for studien er å undersøke om det finnes forskjeller ved kroppsbildet blant gutter som deltar i fysisk aktivitet i ulike kontekster. Tilsvarende hvilke aspekter ved kroppsbildet som synes å få mest fokus i de ulike kontekstene. Jenter er inkludert som kontrollgruppe for kjønnsforskjeller, men omtales ikke utover dette.

Metode: Studiens datamateriale er et resultat av en kvantitativ tverrsnittstudie med surveydesign. Utvalget består av totalt 306 elever ved klassetrinn VG1, VG2 og VG3, fordelt på fem videregående skoler med regional tilhørighet til Oslo, Østfold, Buskerud og Rogaland.

Resultat: Det er gjort signifikante funn som beskriver forskjeller mellom guttegruppene, deriblant hvordan de vurderer kroppen sin, og hvilke aspekter ved kropp generelt som tillegges størst verdi. Det er gjennomgående stabile forhold i grad av kroppstilfredshet blant guttene, men det fremkommer en diskrepans mellom kroppsstørrelsen de opplever å ha, og den de ønsker å ha. Generelt ønsker guttene seg en litt større kropp enn den de besitter. På tvers av gruppene oppgir en fjerdedel av guttene at de i noen grad er misfornøyd med egen kropp. Ytterligere 14 prosent av det totale antallet gutter er genuint misfornøyd med kroppen sin.

Konklusjon: Studien har avdekket sentrale forskjeller ved hvilke aspekter av kroppsbildet som får mest fokus i de ulike gruppene. På bakgrunn av dette var det ventet at det ville være større forskjeller på tvers av gruppene når det gjelder opplevd kroppstilfredshet.

Kroppsmisnøye er likevel utbredt blant guttene, og det er urovekkende mange av guttene i studien, som i noen grad, uttrykker kroppsmisnøye. Studien dokumenterer at idealer fra populærkulturen gjenspeiler seg i disse ungdommenes kroppsideal, og at dette ser ut til å fungere som en katalysator for en bekymringsverdig utvikling av kroppsmisnøye. Hvis de samme tendensene også forekommer på mer generelt nivå, ser vi kanskje konturene av en fremtidig folkehelseproblematikk.

Innholdsfortegnelse

Forord	II
Sammendrag	IV
Tabelloversikt	- 1 -
Figuroversikt	- 2 -
1.0 Innledning	- 3 -
1.1 Bakgrunn for oppgaven.....	- 3 -
1.2 Problemstilling	- 5 -
1.3 Studiens oppbygning	- 6 -
2.0 Teoretisk grunnlag	- 7 -
2.1 Kroppsbildebegrepet	- 8 -
2.2 Kroppsidealer	- 10 -
2.3 Selvoppfatning	- 11 -
2.4 Motiv for fysisk aktivitet.....	- 14 -
2.5 Kroppsbildebekymringer.....	- 15 -
2.6 Kroppsmodifiserende praksis.....	- 16 -
3.0 Metode	- 18 -
3.1 Forskningsdesign.....	- 18 -
3.2 Populasjon og utvalg	- 18 -
3.3 Prosedyre for datainnsamling.....	- 19 -
3.4 Måleinstrument.....	- 20 -
3.5 Validitet og reliabilitet i måleinstrumentet.....	- 24 -
3.6 Screening av data og eliminering av feil i datasettet.....	- 26 -
4.0 Analyse	- 30 -
4.1 Faktoranalyse	- 30 -
4.2 Statistiske analyser	- 41 -
5.0 Resultat	- 43 -

5.1 Deskriptiv statistikk av utvalget	- 43 -
5.2 Gruppevariabler.....	- 44 -
5.3 Studiens sammensatte mål	- 45 -
5.4 Kroppsideal	- 46 -
5.5 Kroppsoppfatninger.....	- 48 -
5.6 Kroppstilfredshet.....	- 49 -
5.7 Motiv for deltakelse	- 51 -
6.0 Diskusjon.....	- 53 -
6.1 Kroppsideal	- 53 -
6.2 Kroppsoppfatning.....	- 56 -
6.3 Kroppstilfredshet.....	- 60 -
6.4 Motiv for fysisk aktivitet i ulike kontekster.....	- 62 -
6.5 Oppsummerende diskusjon	- 65 -
7.0 Avsluttende refleksjon	- 67 -
7.1 Overføringsverdi av resultatene	- 67 -
7.2 Begrensninger ved denne studien.....	- 68 -
7.3 Videre forskning.....	- 69 -
Litteraturliste.....	- 70 -
Vedlegg 1: Vurdering fra NSD	
Vedlegg 2: Informasjonsskriv	
Vedlegg 3: Testbatteri	
Vedlegg 4: Faktoranalyse – Skala 2	
Vedlegg 5: Faktoranalyse – Skala 3	
Vedlegg 6: Faktoranalyse – Skala 4	
Vedlegg 7: Faktoranalyse – Skala 5	
Vedlegg 8: Deskriptiv statistikk av gjennomsnittscorer og standardavvik	

Tabelloversikt

Tabell 3-1 Beskrivende statistikk for yrkesfaglig utdanningsprogram	- 26 -
Tabell 3-2 Frekvensfordeling for yrkesfaglig utdanningsprogram.....	- 27 -
Tabell 4-1 Rotert faktormatrise for Skala 1: «Motiv for idrettsdeltakelse»	- 34 -
Tabell 4-2 Endelig faktorsammensetning for Skala 1: «Motiv for idrettsdeltakelse».....	- 35 -
Tabell 4-3 Cronbachs alfa for endelige faktorsammensetning av «Motiv for idrettsdeltakelse»	- 36 -
Tabell 4-4 Endelig faktorsammensetning for Skala 2: «Motiv for deltakelse på treningssenter».	- 36 -
Tabell 4-5 Cronbachs alfa for endelige faktorsammensetning av «Motiv for deltakelse på treningssenter».	- 37 -
Tabell 4-6 Endelig faktorsammensetning for Skala 3: «Kroppsideal».....	- 38 -
Tabell 4-7 Cronbachs alfa for endelige faktorsammensetning av «kroppsideal».	- 38 -
Tabell 4-8 Endelig faktorsammensetning for Skala 4: «Kroppoppfatninger».	- 39 -
Tabell 4-9 Cronbachs alfa for endelige faktorsammensetning «Kroppoppfatninger».....	- 39 -
Tabell 4-10 Endelig faktorsammensetning for Skala 5: «Kroppstilfredshet»	- 40 -
Tabell 5-1 Demografisk variabler for utvalget vist med antall (n), prosent (%), og gjennomsnitt	- 43 -
Tabell 5-2 Deskriptiv statistikk blant gruppevariablene mellom kjønn	- 44 -
Tabell 5-3 Pearson korrelasjoner i studiens sammensatte mål	- 45 -
Tabell 5-4 Gjennomsnittscorer for gruppesammensetningene av gutter ved kroppoppfatning, kroppsideal, og kroppstilfredshet	- 47 -
Tabell 5-5 Deskriptiv statistikk blant kjønn for kroppstilfredshet	- 50 -
Tabell 5-6 Deskriptiv statistikk av guttene blant faktorene i skala 1 «Motiv for deltakelse i idrett».	- 51 -
Tabell 5-7 Deskriptiv statistikk av guttene blant faktorene i skala 1 «Motiv for deltakelse på treningssenter».	- 52 -

Figuroversikt

Figur 2-1 Shavelson, Hubner og Stantons modell for selvvurdering	- 13 -
Figur 3-1 Boxplot for variabelen vekt	- 28 -
Figur 5-1 Avbildning av idealkropper	- 54 -

1.0 Innledning

Innledningsvis gjøres det rede for tidligere tenkning om kropp og utvikling mot dagens kroppsideal. Hvordan kroppsbildeforskning har foregått og utviklet seg i et historisk perspektiv belyses også her. Dette er nyttig bakgrunnskunnskap som må ligge til grunn, for å bedre forstå viktigheten av å bidra til forskningen av kroppsbildet blant gutter.

1.1 Bakgrunn for oppgaven

Den vestlig verdens oppfatning og syn på kroppen sies å være nedarvet fra den franske filosofen René Descartes. Han skapte en teoretisk forståelse der kroppen fremstilles som delt i to verdener. Res extensa – en virkelighet kjennetegnet av utstrekning og romlighet, og dens motsetning – res cogitans. Dette skillet er det som i moderne tid omtales som det fysiske og psykiske. Det fysiske ble av Descartes betraktet som del av det utstrakte universet. Det tillot at kroppen kunne plasseres og studeres i et mekanisk koordinatsystem. Denne måte å objektivere kroppen på, gjorde det mulig å observere kroppen i forhold til kvantifiserbare mål som masse, form, og størrelse. Her fremstår en tydelig utvikling der kroppen blir redusert til et objekt som en konsekvens av dualistisk teori (Engelsrud, 2006).

Den naturvitenskapelige revolusjonen som fant sted på 1800-tall med medisinske fremskritt og teknologiske nyvinninger, bidro til å videreføre den dualistiske tenkningen om kroppen. Leger kjempet mot kirken om tillatelse for å komme under huden på det døde mennesket, der tanken var å utvinne medisinsk kunnskap. Utviklingen av målemetoder og instrumenter bidro til at kroppen kunne dissekeres og undersøkes til hver minste detalj. Kroppsdeler kunne ved hjelp av teknologi isoleres og skilles fra hverandre, organer granskes og vev og celler undersøkes (Engelsrud, 2006). Den medisinske vitenskapelige kunnskapen dannet grunnlag for standardmodeller av kroppen og dens funksjon, og skulle senere skape et sammenligningsgrunnlag for hva som ble ansett for å være normalt. Denne objektivisering av kroppen har ikke utelukkende vært forbeholdt naturvitenskapen. Også i kunsthistorien vises klare trekk fra en særlig interesse om kroppen og skillet mellom det indre og ytre. Ambisjonen blant både leger og kunstnere har vært å formidle hvordan kroppen fremtrer for sansene og synet. Kroppens masse, form og størrelse har hatt en enorm tiltrekningskraft, og

blitt nøye studert, skissert og skulpturert. Utleidet fra disse observasjonene er en kunnskap om kroppen, skildret og fremstilt fra sin fremste side, på en idealiserende måte.

Datidens naturalistiske bilder, modeller og avtegninger av den fysiske kroppen har forblitt en del av naturvitenskapen, og den medisinske fremstillingen av den normaliserte kroppen har holdt seg relativt stabil. I kunsthistorien har derimot forskjellige kropper blitt tillagt ulik verdi fra en epoke til en annen. Denne tendensen har også vist seg å virke gjeldene for hvordan ulik verdi har blitt tildelt forskjellige kropper i populærkulturen de siste tiårene. Kroppen fremstilles som et objekt som kan skapes, formes og manipuleres, tilsynelatende for å øke individets kulturelle verdi. Fra å skulle være en funksjonell maskin skal kroppen nå være en sosial markør for lykke, status og kontroll (Engelsrud, 2006). Dette skal oppnås gjennom streng regulering av trening og kosthold, en livstil som tidligere var forbeholdt toppidretten. Også i statlige planer for helseforebyggende arbeid identifiseres en samfunnsskapt oppfatning av hvordan en sunn, sterk og frisk kropp skal fremtre (Engelsrud, 2006). Vitenskapelige helsediskurser er i media vevet sammen med diskurser som definerer sannhetene om hvordan kroppen skal skapes og bør se ut. Helse assosieres i økende grad med kroppslig utseende og det fremmes et budskap i mediene om at ingen lengre behøver å leve med en kropp de ikke er tilfreds med. Et fremtredende kroppsfokus har etablert seg, og stadig flere føler seg tvunget til å tilnærme seg idealkroppen. Interessen for kroppsmodifiserende praksis har økt betraktelig de siste tretti årene, og jakten på den normaliserte idealkroppen har for mange blitt et viktig prosjekt (Engelsrud, 2006).

I takt med en økende opptatthet rundt kroppen og dens fremstilling i populærkulturen, har det også blomstret opp en øktende interesse for forskning på kroppsbildet og hvordan oppfatningen av egen kropp, konstrueres og påvirkes gjennom populærkulturens idealisering av den (Grogan, 2017). Historisk sett har kroppsbildeproblematikken vært forbeholdt kvinnekroppen. Det er først de to-tre siste tiårene at interessen for unge gutter og menns kroppsbilde har blitt mer aktualisert i kroppsbildeforskningen (Engelsrud, 2006; Grogan, 2017). Et slankt utseende har vært idealet i forskningen, der kvinnen har stått i fokus. Den tilnærmingen har preget tidligere forskning på gutters og menns kroppsbildet. Nyere forskning viser at det finnes andre aspekter ved gutter og menns kroppsbilde, som burde ligge til grunn ved studier av deres kroppsbilde – dimensjoner av kroppsbildet, som ikke har fått komme ordentlig til uttrykk ved tidligere forskning. I tillegg til dimensjoner av kroppsbildet er det også kulturelle forskjeller som begrenser overførbarheten av eksisterende forskning.

Kroppsbildeforskningen har stort sett foregått på internasjonal basis, med andre kulturelle forutsetninger, enn de som ligger til grunn nasjonalt. På bakgrunn av de nevnte begrensningene ved tidligere kroppsbildeforskning, er det fortsatt et behov for å utbedre kartleggingen av menn, og spesielt gutters kroppsbygge, særlig på nasjonalt nivå.

1.2 Problemstilling

Den foreliggende studien vil derfor forsøke å gi et bidrag til denne forskningen, ved å undersøke norske gutters kroppsbygge, ut i fra premisser og problemstillinger som gjelder i dag. Det er lagt opp til at metodikken som er benyttet framstiller resultater som gir en mer tidsriktig fremstilling av fenomenet i denne aldersgruppen – og på den måten yte et aktuelt forskningsbidrag om gutters kroppsbygge. Studien er gjennomført ved å undersøke kroppsbygge blant gutter i videregående alder, som deltar i fysisk aktivitet i ulike kontekster. En rekke studier som har sammenliknet menn som deltar i ulike idretts- og treningsaktiviteter, viser at kroppsbyggere er signifikant mer misfornøyd med egen kropp enn både andre atleter og ikke-atleter. I denne studien har dette sporet blitt fulgt videre, ved å se nærmere på hvilke aspekter ved kroppen, som synes å få mest fokus blant guttene som deltar i organisert idrett eller på treningssenter. Gutter som ikke tilfredsstillers dette kriteriet er likevel representert ved studien. De karakteriseres som ikke-deltakende. Guttene er hovedfokuset for studien, men et utvalg av jenter har også besvart undersøkelsen. De utgjør en underordnet rolle for å belyse kjønnsforskjeller, men omtales ikke ytterligere.

Problemstilling: *Finnes det signifikante forskjeller ved gutters kroppsbygget mellom de som driver organisert idrett, de som deltar på treningssenter og de ikke-deltakende?*

Studiens sammensatte mål er komplekst. Det forsøker å måle kroppsbildet, et flerdimensjonalt begrep som ikke kan observeres direkte. I forsøk på å besvare problemstillingen, benyttes derfor fem forskningsspørsmål. Tre av spørsmålene har til hensikt å undersøke konkrete dimensjoner ved kroppsbildet. De resterende to – måler hvorvidt aspekter ved kroppsbildet, fremtrer som styringsfaktorer for å drive fysisk aktivitet i ulike kontekster.

1.2.1 Forskningsspørsmål

- 1) Er det forskjeller i kroppsoppfatninger blant gruppene?
- 2) Er det forskjeller i kroppsidealer blant gruppene?
- 3) Er det forskjeller i kroppstilfredshet blant gruppene?
- 4) Hvilket motiv er av størst betydning for deltakelse i organisert idrett?
- 5) Hvilke motiv er av størst betydning for deltakelse på treningssenter?

1.3 Studiens oppbygning

Oppgaven består av fem hovedkapitler. Innledningen har allerede gitt en kort redegjørelse for bakgrunnen til studiens aktuelle tematikk. Problemstillingen som studien skal forsøke å besvare, har også blitt presentert innledningsvis. Videre vil det bli gjort rede for studiens teoretiske rammeverk, og hvordan den anvendte teorien er relevant for å belyse problemstillingen. Metodekapittelet beskriver forskningsdesignet for studien, fremgangsmåten for datainnsamlingen og behandlingen av det innsamlede datamaterialet. Det er gjort sentrale funn gjennom faktoranalyser og reliabilitetstester som beskriver skalaens psykometriske egenskaper. For enkelhetens skyld gjøres disse rede for i et eget analysekapittel, sammen med fremgangsmetode for statistiske analyser. Resultatkapittelet blir dermed avgrenset til å være en presentasjon av gruppesammensetninger, funn og deskriptiv statistikk. Dataene fremstilles i forsøk på å besvare forskningsspørsmålene. I diskusjonskapittelet underbygges funnene i relevant teori og sammenliknes med tidligere forskning. Oppgaven oppsummeres med en avsluttende refleksjon. Her kritiseres overføringsverdien av resultatene, begrensninger ved studien og forslag til videre forskning.

2.0 Teoretisk grunnlag

Kroppsbildet som begrep, har i sin opprinnelige form hatt preg av sitt utspring fra psykologien (Grogan, 2017). Underordnet denne teoretiske tilnærmingen, har begrepet blitt fremstilt som de individuelle oppfatninger og opplevelser av egen kropp. I nyere tid har derimot andre teoretiske perspektiver utvidet den noe ensidige psykologiske forståelsen (Grogan, 2017). Der tilføyes forståelsen av at «*En persons bilde eller oppfatning av kroppen er sosialt påvirkbar(...)*» (Duesund, 1995, s. 63). Det innebærer at kroppsbildet også skapes gjennom sosiale erfaringer. Med et slikt perspektiv har det blitt rom for at også andre vitenskapelig disipliner har engasjert seg i kroppsbildeforskning. I dag finnes det flere veletablerte teoretiske perspektiver som forsøker å utdype kompleksiteten ved begrepet. Det arbeides mot å skape en bredere teoretisk redegjørelse for kroppsbilde – dets konstruksjon – og de faktorene som påvirker. En sosiokulturell tilnærming er et slikt teoretisk perspektiv. Her betraktes kroppsbildet som et resultat av de sosiale erfaringene individet gjør, og det sosiale systemet det er en del av (Grogan, 2017). Hvordan egen oppfatning og vurdering av kroppen – påvirkes av et ideal som kommuniseres gjennom sosiale faktorer – som internaliseres i det enkelte menneskes selvforståelse. For å få den mest sanne forståelsen av kroppsbildet, må man ta utgangspunkt i den individuelle oppfatningen og opplevelsen av egen kropp, så vel som de sosiale erfaringene individet påvirkes av (Duesund, 1995; Grogan, 2017).

2.0.1 Teoretisk begrunnelse

Litteratursøk og teori-gjennomgang er en helt sentral arbeidsmåte for å definere og avgrense en forskningsoppgave. Gjennom beskrivelse av historisk ideutvikling og aktuell forskning, har denne studiens fokusområder vokst fram og blitt definert og avgrenset. Teorikapitlet dokumenterer dette arbeidet, og har innholdsmessig tre tyngdepunkter:

Først vil det bli gjort rede for ulike dimensjoner av selve kroppsbilde-begrepet, med vekt på hva som har påvirket begrepsutviklingen. Det tas utgangspunkt i både psykologiske og sosiokulturelle teorier for å beskrive ulike dimensjoner av kroppsbildet.

Deretter følger en beskrivelse av observasjoner forskere har gjort om hvordan individets selvoppfatning påvirkes og utvikles. Til sist beskrives forventningspress - og hvilke utslag det kan gi - både hos enkeltindividet og i kollektiv praksis. Ettersom hovedformålet med studien

er å undersøke hvordan kroppsbildet fremtrer hos gutter i videregående alder, er det lagt vekt på dette aspektet i utvalget av teoristoff.

2.1 Kroppsbildebegrepet

Kroppsbildet er i den tolkningsrammen det opereres med her, et komplekst begrep som beskriver hvordan individet oppfatter og tenker om sin egen kropp. Paul Schilder – ansett for å være en pioner bak forskning på kroppsbilde, definerer begrepet som: «*the picture of our own body which we form in our mind, that is to say, the way in which the body appears to ourselves*» (Holmqvist, 2013, s. 13). Definisjonen har blitt kritisert for å være for enkel, og det påpekes at utviklingen av kroppsbildet foregår på en mer mangesidig måte enn beskrevet i definisjonen. Normalt deles kroppsbildet i to komponenter: det perseptuelle og det følelses- og holdningsbaserte (Holmqvist, 2013). Grogan har i sin definisjon av kroppsbildet lyktes bedre i å fange disse komponentene: «*a person`s perceptions, thoughts, and feelings about his or her body*» (Holmqvist, 2013, s. 13). Det perseptuelle refererer til en persons oppfatning av sin kroppslig størrelse og utseende – altså kroppoppfatningen. Den følelses- og holdningsbaserte komponenten av kroppsbilde er den refleksive opplevelsen av kroppen – altså kroppstilfredshet. Disse to dimensjonene av kroppsbildet står i et kausalt forhold til hverandre. Det innebærer at de emosjonelle, kognitive og sanselige erfaringene påvirker den mentale forestillingen om kroppen (Duesund, 1995).

Kroppsbildet påvirkes i utgangspunktet av individuelle opplevelser i relasjon til egen kropp, men også gjennom det kulturelle miljøet individet opererer i. Kroppsbildet er elastisk og åpent for forandring (Grogan, 2017). Det er hovedsakelig fire primærkilder som påvirker utviklingen av kroppsbildet (Wichstrøm & Kvalem, 2007). Disse kildene omtales i litteraturen som fysiske karakteristika, sosiokulturell påvirkning, personlighet og selvfølelse, samt interpersonlige erfaringer. Sistnevnte utdypes ikke ytterligere. *Fysiske karakteristika* beskrives best som fysiske og biologiske endringer som rammer kroppen og utseende. Mange av disse endringene er utenfor vår kontroll, slik som aldersendringer eller endringer forårsaket av sykdom og ulykker. For eksempel er puberteten en periode som bringer med seg store endringer av utseendet og opplevelsen av kroppen, og vil dermed naturlig rubriseres her (Wichstrøm & Kvalem, 2007). *Sosiokulturell påvirkning* kjennetegnes som de samfunnsskapte standarder og forventninger til kropp og utseende. Forskjellige kropper tillegges ulik verdi innenfor den kulturen individet er en del av. Oppfatningen av hvilke

kroppstyper og fasonger som ikke er akseptert, blir også definert her. Sentrale aktører for populærkulturens fremstilling av kroppen, trekkes frem som en viktig definisjonsmakt og formidler av kroppslige forventninger og aksepterte standarder (Grogan, 2017). Det medfører at ekstreme idealer alminneliggjøres, og det skapes et skjevt bilde av hva som er normalen. Dette kan øke unge menneskers følelse av å være annerledes (Wichstrøm & Kvalem, 2007). Kroppsidealer brukes både som inspirasjon, men også som et reelt mål for forbedring, avhengig av hvem man studerer. Det innebærer at idealer kan medvirke til noe positivt, men kan også få uheldige følger som kroppsmisnøye og kroppsforstyrrelser. *Personlighet og selvfølelse* er den primærkilden til påvirkning, som viser seg mest sentral i utviklingen av kroppsbildet. Det omhandler hvordan vi møter og vurderer standardene og forventningene i de ulike sosiale systemene vi ferdes i. Personligheten og selvfølelsen kan gi variasjoner for hvordan individet blant annet oppfatter og vurderer viktigheten av kroppslig utseende. I hvilken grad man tar innover seg og inkorporerer populærkulturens kroppsidealer som sine egne (Wichstrøm & Kvalem, 2007).

Tenåringer er naturlig nok spesielt sårbare for ytre påvirkning. De opplever en periode i livet hvor de gjennomgår store fysiske og psykiske endringer, og har ofte en tendens til å internalisere det generelle synet på hva som er attraktiv og ideell kropp i sitt eget kroppsbilde (Grogan, 2017). Det kan føre til at de sammenligner seg selv med de samfunnsskapte ekstremidealene, noe som kan medvirke til at de opplever misnøye med egen kropp (Bjørnebekk, 2015; Wichstrøm & Kvalem, 2007). Det er en felles oppfatning at jenter i denne aldersgruppen i størst grad påvirkes og føler seg presset til å tilnærme seg det rådende kroppsidealet slik det framstår i populærkulturen (Holmqvist, 2013). Forskning viser likevel tendenser til at gutter opplever et økende press om å møte det tradisjonelle mannlige idealet (Smolak, Murnen, Thompson & Cochran, 2005). Deres preferanser om en slik kropp oppstår nettopp i tenårsalderen, og det er gjennomgående at disse guttene særlig ønsker seg en kropp som er mer muskuløs (Smolak et al., 2005; Wichstrøm & Kvalem, 2007). Kroppsidealet virker ikke bare regulerende for hvordan kroppen skal se ut, men gir også klare retningslinjer for hva som ikke er akseptert. Det å være overvektig står i klar motsetning til den trente, veldefinerte slanke kroppen. Overvekt assosieres med manglende kontroll over egen kropp, og viljestyrke for å gjøre de nødvendige endringene for å tilnærme seg idealet (Grogan & Richards, 2002). Vi ser imidlertid at de som vektlegger kroppens funksjon som viktigere enn kroppens utseende, har en mer positiv kroppsoppfatning. Det funksjonelle forholdet til kroppen gjør dem mindre mottakelige for populærkulturens formidling av kroppsidealer. De

utrykker kritiske holdninger, og betrakter idealene som urealistiske eller unaturlige (Bjørnebekk, 2015).

2.2 Kroppsidealer

I den vestlige verden har kroppens utseende blitt et slags oppussingsobjekt. Det er klare forestillingen om hvordan idealkroppen bør se ut - på tvers av kjønn (Engelsrud, 2006). Blant kvinner har vi vært vitne til relativt store endringer for hvilke kroppsformer som har blitt anerkjent og tillagt positiv verdi opp igjennom tidene. Fra den formfulle timeglass-kroppen på 50-tallet, til en slank, fast og ungdommelig fasong (Markula & Pringle, 2006). I dag har populærkulturen konstruert et bilde av den ideelle kvinnekroppen som slank, formfull og definert. Mannens kroppsidealer har i motsetning til kvinnen, ikke gjennomgått like dramatiske endringer. Muskuløs, atletisk, bredskuldret, velproporsjonert og høy, er fysiske karakteristika som beskriver det fremtredende idealet i vår vestlige kultur (Markula & Pringle, 2006). I den grad det har vært noen endringer, går de ut på forventninger til at den skal være stadig mer muskuløs (Grogan & Richards, 2002). Dette skjer samtidig med at de tradisjonelle kjønnsrollemønstrene er i stor endring. Maskuliniteten har bleknet ut, men muskler har fått en økende betydning av sosial verdi for menn, fordi dette bidrar til å re-definere menn som menn. Formen på muskulaturen har blitt et sosialt statussymbol, og representerer maskuline verdier som dominans, kontroll, autoritet, fysisk styrke og makt (Markula & Pringle, 2006). Det finnes noen mindre etniske og kulturelle forskjeller i kroppsidealer blant gutter. Mørke gutter har tradisjonelt inkorporert et større, mer muskuløst ideal enn det hvite gutter har (Pope m.fl.). Men dette skillet mellom kroppsidealer på tvers av kulturer sies å ha blitt mindre de siste tiårene. Det forklares med den økende tilgangen til de samme medier. Nåtidens kroppsideal har blitt tilnærmet universelt i store deler av verden (Bjørnebekk, 2015).

Historisk sett har et slankt utseende vært fokuset for kroppsbildeforskning, hvor aspekter ved menns kroppsbilde og idealer har falt utenfor. Faglitteraturens beskrivelse av gutter og menns kroppsideal, viser at et muskuløst utseende er det som har opptatt deres interesser, ikke slankhet i seg selv (Cafri, Thompson & Cochran, 2004), (Grogan, 2017) . Det viktigste aspektet ved måling av gutters og menns kroppsbilde i nyere forskning er derfor at det muskulære utseende blir vurdert. Det innebærer at det rettes en større oppmerksomhet mot vurderingen og oppfatningen kroppssammensetning – i form av muskelmasse og

muskelfinisjon. Først da får man får man en sannere forståelse av menns kroppoppfatning (Cafri et al., 2004).

2.3 Selvoppfatning

I følge Duesund er det nærliggende å anta at en persons selvoppfatning har en sammenheng med hvordan vårt kroppsbilde utvikles og endres. Begrepet selvoppfatning, slik det omtales i dagligtalen, blir ofte brukt synonymt med selvtillit, selvfølelse og selvverd. Begrepene har til hensikt å beskrive alle sider ved en persons oppfatning av, vurdering og forventinger til seg selv. Innenfor fagfeltet er det vanlig å avgrense selvoppfatningen til de bevisste oppfatningene en person har av seg selv (Duesund, 1995). I følge Skaalvik og Skaalvik (2013) er selvoppfatning enhver oppfatning, vurdering, forventning, tro eller viten om seg selv. Mer konkret kan det beskrives som vår relasjon til oss selv. «*Selvoppfatningen er en sosialt konstruert, kognitivt organisert og fenomenalt sann oppfatning som individet har av seg selv*» (Duesund, 1995, s. 85). Dette innebærer at individets subjektive beskrivelse av seg selv er den sanneste inngang til selvoppfatning.

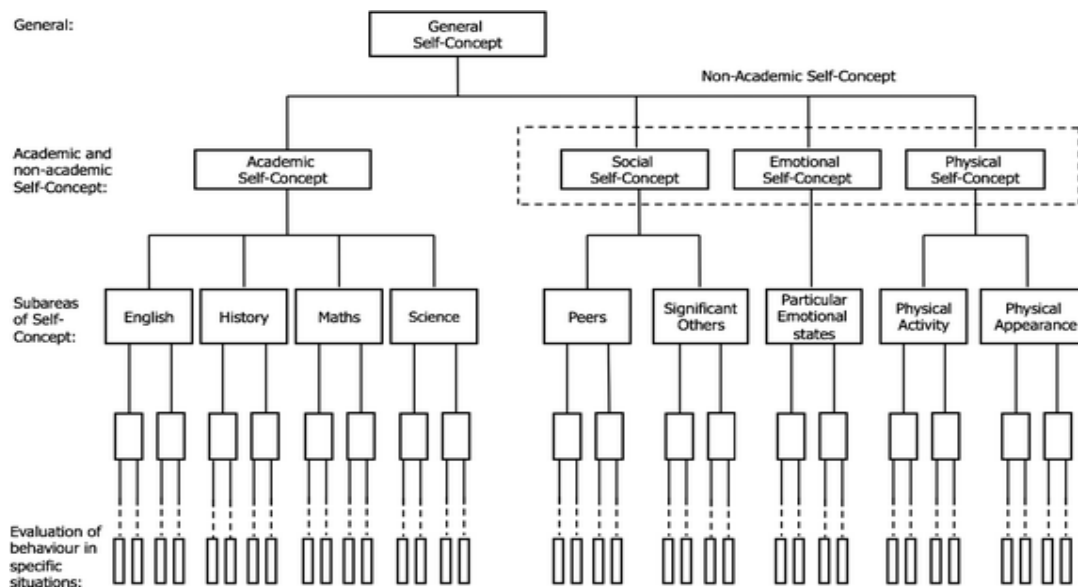
Kroppen har tidligere blitt utelatt i de fleste definisjoner av selvoppfatning, og blitt betraktet som noe uavhengig av og adskilt fra det kognitive (Duesund, 1995). Dette er en tilnærming som er typisk for den dominerende dualistiske tenkningen. Andre selvoppfatningsteorier tar avstand fra dualismens skille mellom kropp og sinn, og forklarer selvoppfatning gjennom å studere mange flere dimensjoner av en persons selvoppfatning. Denne tilnæringsmetoden har vært særlig fremtredende de siste 15-20 årene, som en spesielt aktuell metode innenfor det Skaalvik og Skaalvik (2013) betegner som selvvurderingstradisjonen. Innenfor denne tradisjonen deles ofte selvoppfatningsbegrepet inn i følgende dimensjoner: Fysisk-, sosial-, intellektuell-, emosjonell og moralsk selvvurdering. Det legges mer trykk på spesifikke områder, og de ulike dimensjonene studeres mer uavhengig av hverandre. Følgelig kan man derfor ikke trekke slutninger fra selvoppfatning på et område til selvoppfatning på et annet område (Sigmundsson & Ingebrigtsen, 2006). Samlet utgjør selvvurderingen på de ulike områdene det som på fagfeltet omtales som «General self-concept», referert til som selvverd i norsk faglitteratur. Fordelen med denne måten å tilnærme seg selvoppfatning på er at den er særlig kvantifiserbar, og derfor kan benyttes for å måle konkrete dimensjoner av selvoppfatningen.

2.3.1 Reell og ideell selvoppfatning

Duesund (1995) hevder at selvoppfatningen blir dannet ut ifra opplevelsen av et ideelt selv og et reelt selv. Et reelt selv – den reelle selvoppfatningen, er personens oppfatning av hvordan han faktisk er. Den reelle selvoppfatningen foregår i bevisst forstand, og er et produkt av personens oppfatning av seg selv og persepsjon av andres vurdering og ytre påvirkning (Skaalvik & Skaalvik, 2013). Et ideelt selv – den ideelle selvoppfatningen - er en annen dimensjonen ved en personens oppfatning av seg selv. Det skilles mellom to varianter av en slik ideell selvoppfatning. På den ene siden finner vi et glorifisert og uopnåelig bilde av hvordan vi ønsker å være. På den andre siden en mer realistisk representasjon av dette bilde (Skaalvik & Skaalvik, 2013). Det kan tenkes at den ideelle selvoppfatningen i en fysisk kontekst, er nært beslektet den kulturelle og samfunnsskapte fremstillinger av idealer og idealkropper. Det i seg selv behøver ikke å være negativt, da det i mange tilfeller kan føre med seg en helsemessig gevinst. Men dersom avstanden mellom det reelle- og det ideelle selvbildet blir for stort, kan det få negative følger for en persons selvoppfatning. Mange vil i perioder oppleve at de kommer til kort, fordi de ikke lykkes i å realisere det idealet de streber etter. For noen kan dette resultere i psykiske problemer og psykososial mistilpasning, men for de fleste trenger det ikke å få katastrofale følger (Skaalvik & Skaalvik, 2013).

2.3.2 Selvoppfatning og fysisk aktivitet

Når selvoppfatning omtales i en kontekst som fysisk aktivitet, trening eller idrett, er det vanlig å bruke det Skaalvik betegner som fysisk selvoppfatning (Sigmundsson & Ingebrigtsen, 2006). Denne selvoppfatningen er i likhet med de andre dimensjonen av begrepet kontekstbundet, altså knyttet til spesifikke områder. Shavelson et al. illustrerer i sin modell nedenfor hvordan selvvurdering som et aspekt ved selvoppfatningen, kan brytes ned til mer konkrete, kontekst- og områdebunnede dimensjoner (Skaalvik & Skaalvik, 2013).



Figur 2-1 Shavelson, Hubner og Stantons modell for selvvurdering

Innenfor den fysiske dimensjonen av selvvurderingen, er det videre normalt å skille mellom sub-områder av fysiske evner, idrettslige ferdigheter, og utseende (Skaalvik & Skaalvik, 2013). Videre kan disse områdene av selvvurderingen avgrensnes til det de betegner som spesifikk selvvurdering, og videre til noe så konkret som atferd i bestemte situasjoner. Dersom man ønsker å kartlegge den fysiske selvvurderingen en person gjør av seg selv, er man derfor nødt til å presisere på hvilket nivå av generalitet man sikter til eller har registrert (Sigmundsson & Ingebrigtsen, 2006). Fysisk selvvurdering kan også brukes for å forklare en persons kroppsoppfatning og de egenskapene og karakteristikaene som begrepet innebærer (Holmqvist, 2013). Skaalvik og Skaalvik (2013) presiserer at en mer generell tilnærming til selvvurdering, vil resultere i mer stabile forhold. Jo mer spesifikke områder man studerer, desto mindre stabil vil den spesifikke selvvurderingen være, men det trenger ikke å ha store utslag på den generelle selvvurderingen til en person (Skaalvik & Skaalvik, 2013).

Felles for forskningen av selvpoppfatning er at det virker å være stor enighet om at selvpoppfatningen er en av de mest signifikante styringsfaktoren for vår atferd (Duesund, 1995). Fysisk aktivitet anses for å være en faktor som kan påvirke selvpoppfatningen i positiv så vel som negativ retning. Det finnes få entydige resultater å vise til i forholdet mellom fysisk aktivitet og dens virkning på en persons selvpoppfatning, men det virker å være en felles oppfatning at aktivitetens omfang synes å ha en positivt korrelasjon med selvpoppfatningen. Type aktivitet kan også se ut til å være utslagsgivende for hvor vidt den fysiske aktiviteten har

en positiv effekt på selvoppfatningen (Duesund, 1995). Flere forskere har dokumenterte resultater som viser en positiv effekt på selvoppfatningen til personer som er i fysisk aktivitet, satt opp mot personer som er fysisk inaktive (Duesund, 1995). Dette gjelder også for personer med god fysisk form, som også scorer en mer positiv selvoppfatning. Andre har i sin forskning kommet frem til at gutter i ungdomsalderen med lav fysisk styrke har en dårligere selvoppfatning. «*Slik sett kan enkelte rapportere om positiv korrelasjon mellom muskelstyrke og selvoppfatning*» (Duesund, 1995, s. 74).

2.4 Motiv for fysisk aktivitet

Ulike dimensjoner ved selvoppfatningen og kroppsbildet, går også igjen som bakenforliggende motiver for å drive fysisk aktivitet blant ungdom og voksne på nasjonalt nivå. Norsk Monitor har siden 1985 gjennomført en studie annethvert år som kartlegger fysisk aktivitet i Norge, og hvor det tas utgangspunkt i holdninger, verdier og atferd. Når det gjelder motiver for å drive fysisk aktivitet, viser rapporten at bedring av selvtillit og det å holde vekten nede, er motiver som har steget betydelig siden målingene startet. Nærmere bestemt en fjerdedel av den norske befolkningen sier at dette er et motiv av meget stor betydning (Dalen & Holbæk-Hanssen, 2016). Det er gjennomgående trekk at unge i større grad er motivert for å drive fysisk aktivitet på bakgrunn av faktorer som selvtillit, utseende og vekt (gjelder aldersgruppen 15-24 år). Forskjellen mellom kjønnene, er ikke like markant som forskjell i alder. Men målingene viser at kvinner har flere motiver for sin fysiske aktivitet, og at selvtillit, utseende og vekt er av noe større betydning for dem, enn for menn (Dalen & Holbæk-Hanssen, 2016). Når det gjelder type aktivitet, fremkommer det at andelen unge som deltar i organisert idrett synker i takt med økningen i alder (Sigmundsson & Ingebrigtsen, 2006). Særlig er dette et mønster som gjør seg gjeldene blant det store flertallet av elever i videregående. Tilsvarende er andelen som trener utenfor organiserte idrettslag langt høyere, og ser ut til å øke med alderen. Aktivitetsmønster og idrettsdeltakelse blant de ulike aldersgruppene ser dermed ut til å endre seg nevneverdig gjennom oppveksten. Mange fortsetter altså å drive fysisk aktivitet etter endt idrettsdeltakelse, men engasjerer seg i en annen form for uorganisert treningsaktivitet – ofte innenfor tilbud som er styrt av kommersielle interesser. Det kan se ut til at fokus og bakenforliggende motiv endrer seg, og at idretten ikke evner å tilby sine deltakere det aktivitetsinnholdet de ønsker seg (Sigmundsson & Ingebrigtsen, 2006).

2.5 Kroppsbildebekymringer

Kroppsbildet betraktes ofte i både positiv og negativ forstand. Først når kroppsbildet oppleves som negativt er det nærliggende å anta at det vil oppstå bekymringer og misnøye rundt utseende og kroppslige egenskaper. Ofte oppstår misnøye når forholdet mellom kroppsbildet og det internaliserte kroppsideal blir for sprikende (Bjørnebekk, 2015). Grogan (2017) definerer kroppsmisnøye på følgende vis: «*a person`s negative thoughts and feelings about his or her body*» (Grogan, 2017, s. 4). Kroppsmisnøye er altså et komplekst fenomen som oppstår og videreutvikles i den følelses- og holdningsbaserte dimensjonen av kroppsbildet. Det er derfor viktig å ta i betraktning at det er individets egne tanker og vurderinger som er sentral i utviklingen av kroppsmisnøye, og ikke det faktiske utseende eller kroppslige egenskaper. I tillegg må man regne med selvfølelsen som er en kausal bidragsyter i denne sammenheng. Lav selvfølelse kan da føre til at man tolker alt ved sitt utseende negativt, som også skaper et negativt kroppsbilde og omvendt (Duesund, 1995). Med andre ord at et negativt kroppsbilde kan føre til at man blir generelt misfornøyd med seg selv.

Kroppsmisnøye har tradisjonelt vært en problematikk som i hovedsak har berørt jenter og unge kvinner. Gjennom senere år er det også blitt oppdaget en økende grad av negative kroppsoppfatninger og kroppsmisnøye blant jenter (Bjørnebekk, 2015). Selv om det er gjennomgående at jenter i større grad enn gutter uttrykker misnøye med egen kropp, viser nyere forskning også et betydelig antall gutter og menn som ikke er fornøyde med utseende og kroppslige egenskaper (Cohane & Pope, 2001). Mye av misnøyen med kroppen kommer av forhold relatert til vekt. Jenter uttrykker størst kroppsmisnøye når de opplever seg selv som overvektig. Blant gutter er det også en positiv korrelasjon mellom økt kroppsfett og kroppsmisnøye, men det fremkommer også et mønster som viser at det å være undervektig også skaper misnøye med kroppslig utseende. Faktisk opplever gutter størst grad av misnøye når de oppfatter seg som undervektig eller underutviklet (Cohane & Pope, 2001).

Kroppsforn, muskelmasse og muskeldefinisjon er også en vanlig årsak til kroppsmisnøye blant gutter. Kroppsområdene som skaper størst misnøye er overkroppen – nærmere bestemt mageregionen, biceps, skuldre og bryst. Gjennomgående er det også at menn ønsker å bli større i form av muskler (Wichstrøm & Kvalem, 2007), (Grogan & Richards, 2002). Ansiktets attraktivitet, muskelstyrke og fysisk form er også faktorer som har vist seg å påvirke menns grad av kroppstilfredshet.

Kroppsmisnøye ser ut til å være et fenomen som rammer både unge og voksne. Tenårene fremstår som perioden der kroppsmisnøyen er størst og rammer flest (Bucchianeri, Arikian, Hannan, Eisenberg & Neumark-Sztainer, 2013), (Holmqvist, 2013). Før tenårene og puberteten setter i gang, er det liten grunn til å tro at gutter føler noe betydelig press om å bygge muskelmasse. Nettopp fordi gutters kropper ikke er i stand til å skape noen substansiell muskelmasse før produksjonen av hormonet testosteron øker. Tidlig i tenårene opplever gutter et økende forventningspress om å møte de tradisjonelle mannlige rollene/idealene, inkludert det å bli stor og sterk. Deres preferanser om en muskuløs kropp oppstår som regel i denne perioden (Smolak et al., 2005).

2.6 Kroppsmodifiserende praksis

Ønsket om å forandre på kroppen og dens utseende er intet nytt fenomen, og sies å være like gammelt som menneskeheten selv (Engelsrud, 2006). Begrepet «kroppsmodifikasjon» refererer til mange ulike uttrykksformer. I dag vil mange forbinde det med hva de oppfatter som kunstige modifiseringer av det kroppslige utseendet, slik som piercing, tatovering og kosmetisk kirurgi. En slik agering mot egen kropp anses for å være en direkte følge av det allmenne skjønnhetsspillet som dyrkes og drives videre i populærkulturen (Engelsrud, 2006). Kroppsmodifikasjoner behøver ikke bare å omhandle kunstige endringer av kroppens utseende, men også biologiske endringer i kroppssammensetning. Innenfor fitness- og helseindustrien finnes det en rekke eksempler på kroppsmodifiserende praksis som er særlig utbredt. En stadig mer utbredt kroppsmodifiserende praksis er kroppsbygging, det vil si spesialisert trening for å forme det kroppslige utseende. Denne typen adferd er å finne på tvers av sports- og treningsdisipliner. Noen deltar i sport med den ene hensikt om å forbedre eller endre kroppslig utseende. Andre driver mer rendyrket kroppsmodifiserende trening som styrketrening, kroppsbygging eller det som i engelsk litteratur omtales som «Toning excercises» (Markula & Pringle, 2006). En variant av kroppsbyggende trening ment for å forme og vedlikeholde spesifikke muskelgrupper og kroppsdelar. Denne måten å trene på er særdeles populær innenfor fitnessfeltet på tvers av kjønn, i forsøk på å etterstrebe idealkroppens muskuløse, definerte og velproporsjonerte form. Business rundt trening, fitness og helse har blitt en milliard-industri, som stadig flere ønsker eller føler seg tvunget til å være en del av (Featherstone, 2000). Det som er felles for den kroppsmodifiserende adferden vi finner gjennomgående på tvers av kjønn, er at den forgrener seg ut i fra en kroppsmisnøye

med det som allerede er. Det er lærte teknikker for å oppnå den kulturelt definerte idealkroppen. Blant menn er det primært tre former for kroppsmodifiserende praksis som går igjen: slanking, kroppsbygging og bruk av supplementer (Grogan, 2017). Slanking, særlig bruk av slankedietter og slankepiller, er adferd som viser seg å være signifikant mindre blant menn enn kvinner. Det forklares med at en slik type adferd er mer forbeholdt kvinner og det kvinnelige kroppsidealet. For menn er også slanking utbredt, men de benytter i større grad trening som metode for å gå ned i vekt (Grogan, 2017).

Felles for forskning gjort på kroppsmodifiserende praksis, er at denne type adferd, indikerer negative kroppsoppfatninger og kroppsmisnøye (Grogan, 2017; Smolak et al., 2005). Videre viser forskningen at gutter som ikke føler seg muskuløse nok, ofte engasjerer seg i kroppsbyggende praksis, i forsøk på å tilnærme seg en mer muskuløs kropp (Grogan, 2017). Selv om gutter og menn, sammenlignet med jenter og kvinner, i mindre grad er motivert for trening med bakgrunn i utseende, er det en signifikant andel som trener, nettopp for å endre sitt kroppslige utseende. Det viser funne gjort av Smolak et al. (2005), hvor et internalisert kroppsideal har vist seg å korrelere med bruke av muskelbyggende teknikker blant gutter i tenårene. Dette materialet viser også til korrelasjon mellom bekymring rundt det å være overvektig - og styrketrening med fokus på å bygge muskler (Smolak et al., 2005). En rekke studier har sammenlignet menn innenfor ulike idretts- og treningsaktiviteter, og har funnet ut at kroppsbyggere er signifikant mer misfornøyd enn andre atleter og ikke atleter (Cafri et al., 2004). Det er mer sannsynlig at gutter som har inkorporert et muskuløst kroppsideal begynner med kroppsmodifiserende trening enn gjennomsnittet i denne aldersgruppen (Smolak et al., 2005).

3.0 Metode

3.1 Forskningsdesign

Formålet med studien som er å utforske aspekter ved gutters kroppsbildet. Deretter å sammenligne funn på tvers av gutter som driver, eller avstår fra fysisk aktivitet innenfor ulike kontekster beskrevet i problemstillingen. Den foreliggende studien har derfor et eksplorativt forskningsdesign. Det innebærer å registrere sammenliknbar og strukturert informasjon blant et stort antall respondenter innenfor en begrenset tidsperiode (Johannessen, Christoffersen & Tufte, 2010). Dette er informasjon som best lar seg registrere og behandles med tall. En kvantitativ tverrsnittstudie med surveydesign ble derfor vurdert som best egnede forskningsmetode for studien. En slik tilnærming er formålstjenlig når man ønsker å stille et representativt utvalg standardiserte spørsmål om fenomener i nåtid (Ringdal, 2013). I tillegg muliggjør denne tilnærmingen en sammenligning av informasjon blant et stort utvalg respondenter på forholdsvis kort tid (Johannessen, 2009). Dette var essensielt i valg av forskningsmetode, da tidsdimensjonen la svært begrensede føringer for studien. Et annet argument for anvendelse av kvantitativ metode med surveydesign, var målet om å si noe om det latente begrepet; kroppsbilde. Begrepet er flerdimensjonalt, ikke direkte observerbart, og må operasjonaliseres til mindre målbare enheter som best lar seg registrere som tall. Spørreundersøkelser er særlig egnet ved slike tilfeller (Ringdal, 2013). Valget av kvantitativ metode begrunnes altså ut i fra hva som var praktisk nyttig og formålstjenlig for å besvare problemstillingen.

3.2 Populasjon og utvalg

Studiepopulasjonen er elever tilhørende et yrkesfaglig eller studieforbereende utdanningsprogram ved videregående skoler i Norge. En populasjon som er enkel å avgrense og identifisere, fordi denne informasjonen er tilgjengelig i rimelig pålitelige registre (Johannessen et al., 2010). Et bekvemmelighetsutvalg ble gjort med noen utvalgsriterier. Det innebærer å studere de enhetene i populasjonen en først og lettest kommer over (Bjørndal & Hofoss, 2004). Et slikt utvalg er ikke representativt for å trekke slutninger om populasjonen, men har vært nødvendig på bakgrunn av prosjektets tidsdimensjon og et frafallsproblem i rekrutteringen av respondenter.

Respondentene er en sammensetning elever ved klassetrinn VG1, VG2 og VG3, fordelt på fem videregående skoler. Skolene har regional tilhørighet til Oslo, Østfold, Buskerud og Rogaland. Totalt 315 personer deltok i undersøkelsen. To respondenter ble ekskludert fra studien da deres besvarelser ble vurdert som useriøse, ufullstendig utfylt eller levert blankt. Ytterligere to besvarelser ble betraktet som lærerbesvarelser. Dette på bakgrunn av ekstreme avvik i registrert alder. Lærere var ikke en del av de opprinnelige utvalgskriteriene for studien og ble derfor ekskludert. Fem respondenter valgte å trekke seg etter levert besvarelse. Nettoutvalget ble dermed 306 respondenter, 97 % av det totale antallet som deltok i studien. Kjønnfordelingen i svargruppen var 47 % jenter ($n=144$) og 53 % gutter ($n=162$). Se Tabell 5-1 for demografiske beskrivelser i utvalget.

3.3 Prosedyre for datainnsamling

I forkant av forskningsprosjekter er det standard prosedyre å involvere Norsk Samfunnsvitenskapelig Datatjeneste (NSD), for å få klarhet i om prosjektet er melde- eller konsesjonspliktig. I følge lov om behandling av personopplysninger utløses meldeplikt eller konsesjonsplikt hvis prosjektet omfatter behandling av personopplysninger (Johannessen, 2009). Det gjelder kun prosjekter som skal behandle personopplysninger elektronisk eller systematisere sensitive opplysninger manuelt. Den foreliggende studien var elektronisk basert, i tillegg til å samle inn sensitive personopplysninger om helseforhold. NSD vurderte likevel prosjektet som ikke meldepliktig på bakgrunn av følgende betingelser (Vedlegg 1): IP-adresse ble lagret hos databehandler, men ville ikke kunne kobles til en besvarelse. Skjemaet var åpent for «alle» og lagret ikke tidspunkt for levering. For å sikre anonymitet ville også skolene bare registreres med regional tilhørighet. Rektorer ved de aktuelle skolene ble forespurt om å delta i prosjektet. De gav sitt samtykke til at studien kunne gjennomføres innenfor skolens undervisningstid. Videre ble fagledere og kontaktlærere tilknyttet hver fagseksjon kontaktet, hvor hver enkelt selv vurderte om de hadde tid og mulighet til å administrere dette.

Datainnsamlingen ble påbegynt uke 4, 2018, og strakte seg over en periode på fire uker. Alle elevene var på dette tidspunkt over 15 år. Ordinært er det ikke nødvendig med samtykke fra foresatte ved innsamling av personopplysninger, når eleven er over 15 år, og studien ikke avviker fra normal praksis. Foresatte ble derfor ikke involvert i studien. Alle deltakerne ble introdusert for et informasjonsskriv (Vedlegg 2) innledningsvis i spørreundersøkelsen. Her ble

deltakerne informert om formålet med studien og hva deltakelse innebar. De ble forsikret om at deres besvarelser ville bli behandlet konfidensielt og anonymisert, at det var frivillig å delta og at de til enhver tid kunne trekke sitt samtykke, uten å oppgi noen grunn. Deltakere valgte deretter om de ønsket å samtykke på bakgrunn av denne informasjonen.

3.4 Måleinstrument

Måleinstrumentet benyttet i studien var en nettbasert spørreundersøkelse «Kroppsbilde, trening og sosial påvirkning» (Vedlegg 3). Tidligere konstruerte og testede skjemaer dannet utgangspunktet for testbatteriet benyttet i studien. Ingen av disse skjemaene var på egenhånd egnet til å måle alle aspektene ved studien. Spørreskjemaet ble derfor en sammensatt utgave av elementer fra disse skjemaene: Den norske utgaven av «Physical Self Description Questionnaire» og «Gender Value Scale» (Klomsten, 2006), «Kroppen som prosjekt» (Sundberg, 2007), «En studie av gutters kroppsbilde i tenårene» (Hannes & Soligard, 2014) og «ungKan2» (Elin Kolle, Stokke, Hansen & Anderssen, 2012). Fysisk aktivitet og idrett i Norge: Norsk monitor 2015/16 (Dalen & Holbæk-Hanssen, 2016) og «Trening, mosjon og friluftsliv» (Vaage, 2004), ble benyttet for å supplere svaralternativene der eksisterende alternativer ikke var tilstrekkelig i henhold til studiens formål. Av prosjektene ovenfor er det «Gender Value Scale» og «En studie av gutters kroppsbilde i tenårene» som var av størst relevans for utarbeidelsen av skjema som ble benyttet i den foreliggende studien.

Spørreskjema ble konstruert i nettskjema, en tjeneste utviklet av Universitetet i Oslo for å sikre trygg registrering og lagring av data. Det består av 40 spørsmål og hadde en varighet på cirka 10-20 minutter. Skjema er prestrukturert, som innebærer at alle spørsmålene har forhåndsdefinerte svaralternativer. Ulempen med prestrukturerte spørreskjemaer er at det ikke gir muligheten til å fange opp informasjon ut over de oppgitte spørsmålene og svaralternativene (Johannessen et al., 2010). Prestrukturerte spørreskjemaer kan også føre til tilfeller hvor respondenter ikke er i stand til å svare på spørsmålet. Det anbefales at «vet ikke» bør være en mulig svarkategori i slike tilfeller (Johannessen, 2009). «Vet ikke» ble derfor implementert i skjema for spørsmål hvor det var tenkelig at respondenter ikke var i stand til å svare. Fordelen med prestrukturerte spørsmål er at de ofte er enklere å konvertere til et numerisk format som er nødvendig for SPSS (Pallant, 2007). Ikke bare er det tidsbesparende, men gjør innføringen av datasettet mindre sårbar for menneskelige feil.

Skjema består av enkeltvariabler og frittstående skalaer fra allerede utprøvde måleinstrumenter. Deres relevans ble tolket og vurdert på bakgrunn av teoretiske overveielser. Skalaene hadde som hensikt å måle flerdimensjonale, latente begreper som ikke var direkte observerbare, og som måtte bli redusert til mer endimensjonalt målbare enheter. Noen av skalaene ble benyttet for å måle noe annet enn hva de opprinnelig ble konstruert for å måle. Deres overordnede strukturer ble beholdt, men noen endringer måtte gjøres for å tilpasse til studien. Totalt fem skalaer dannet målegrunnlaget for studien. To figurer med tilhørende spørsmål ble inkludert for å belyse ulike aspekter ved studiens problemstilling. En rekke enkeltvariabler lå også til grunn for å muliggjøre en gruppeinndeling, samt frembringe detaljerte demografiske beskrivelser av utvalget. Ved påbegynt analyse av måleresultatene, ble det oppdaget at spørreskjemaet var i overkant omfattende. Fordelen med et stort omfang er at det kan muliggjøre mer nyanserte analyser av fenomenet som studeres. Kanskje dukker det også opp ting underveis som man ønsker å studere ytterligere. Da har man datamaterialet på plass til å gjøre dette. Samlet sett endte likevel med langt flere spørsmål enn hva som var mulig å implementere i analysen, og hva som var nødvendig for å besvare studiens problemstilling. Det ble derfor valgt å se bort fra enkelte av variablene. De aktuelle skalaene, variablene og figurene presenteres fortløpende.

Kroppsoppfatninger ble operasjonalisert gjennom skalaen representert ved spørsmål 25 i testbatteriet. Skalaen er et utsnitt av GSV (Klomsten, 2006), benyttet i denne sammenheng for å måle individets selv vurdering av ulike egenskaper og karakteristika ved egen kropp. GSV er en underskala av PSDQ, hvor hensikten er å måle hvilke stereotypiske maskuline og feminine egenskaper og karakteristika ved kroppen, som tillegges verdi innenfor en fysisk kontekst. (Klomsten, 2006). Total inneholder skalaen 30 variabler, der tre variabler er ment å måle hver av de ti karakteristikaene; utseende – ansikt, utseende – kropp, utseende – slankhet, utseende – styrke, utholdenhet, fleksibilitet, styrke, sportslig kompetanse, maskuline og feminine trekk (Klomsten, 2006). Spørsmål som var ment å måle maskuline og feminine trekk, ble ekskludert på bakgrunn av relevans. Målingen av kroppsoppfatninger ble altså gjort med utgangspunkt i 27 variabler, presentert i forbindelse med utsagnet; «*Når du tenker på deg selv, hvor enig er du i følgende:*». Hensikten med denne målingen var å kartlegge ulike aspekter av individets kroppsoppfatning.

Kroppsideal ble operasjonalisert gjennom skalaen representert ved spørsmål 24 i testbatteriet. Skalaen er også et utsnitt fra GSV, men har i denne sammenheng til hensikt å måle hvordan

individet vurderer viktigheten av kroppens ulike egenskaper og karakteristika. Det er viktig å merke seg skillet fra forrige skala, som tar utgangspunkt i selvvurdering av egen kropp. Målingen ble gjort på bakgrunn av 25 variabler, presentert sammen med utsagnet; «*Hvor viktig er det for deg at du:*». Hensikten med skalaen var å kartlegge hvilke egenskaper og karakteristika som betraktes som viktige ved kroppen, i forsøk på å konstruere en mer nyansert oppfatning av respondentenes kroppsideal. Felles for målingene av kroppoppfatninger og kroppsidealer var de fysiske egenskapene og karakteristika som ble presentert i tilknytning til utsagnene. Karakteristikken utseende – kropp ble for eksempel målt gjennom følgende variabler; «har en deilig/sexy kropp», «har en kropp som ser bra ut» og «har en flott kropp». Svarene ble presentert over en fem-punkts Likert-skala. Målingen av kroppoppfatninger ble registrert med besvarelser rangert fra svært uenig (1) til svært enig (5). For kroppsideal var rangeringen noe annerledes; ikke viktig i det hele tatt (1) til svært viktig (5). Kroppsideal ble ytterligere målt gjennom tre spørsmål tilknyttet en bildeframstilling av ulike mannskropper (Vedlegg 3), der hensikten var å skape en visuell indikasjon av hvilket kroppslig utseende, som best kunne sammenlignes med individets kroppsideal. Følgende spørsmål ble presentert for respondenten; «*Hvem av disse mener du har den ideelle mannskroppen?*», «*Hvem av disse synes du har finest kropp?*», «*Hvem av disse vil du helst se ut som?*». Svaralternativene ble presenter som tall fra 1-9 der hvert tall representerte ett av bildene.

Kroppstilfredshet ble operasjonalisert gjennom skalaen representert ved spørsmål 26 i testbatteriet. Skalaen er hentet fra studien «En studie av gutters kroppsbilde i tenårene» (Hannes & Soligard, 2014). Ni påstander dannet til sammen grunnlaget for målingen; «*jeg er for tynn*», «*jeg er fornøyd med kroppen min*», «*jeg er for tykk*», «*jeg er for høy*», «*jeg liker kroppen min slik den er*», «*jeg er tilfreds med kroppen min*», «*jeg har for lite muskler*», «*kroppen min er tiltrekkende*», «*kroppen min er akkurat passe*». Svaralternativene ble også her presentert over en fem-punkts Likert-skala, rangert fra svært uenig (1) til svært enig (5). Kroppstilfredshet ble også kartlagt gjennom «Body Scale», representert ved spørsmål 30 og 31 i testbatteriet (Vedlegg 8). «Body Scale» er en skala konstruert for å gi en visuell indikasjon av hvordan individet vurderer forholdet mellom sin reelle og ideelle oppfatning av kroppsstørrelse. Nærmere beskrevet er det en ordinal skala, bestående av ni silhuett-tegninger av kropper rangert etter kroppsstørrelse, hentet fra «Everybody is different» (O'Dea, 2007). I tilknytning til silhuett – tegningene, ble respondenten presentert for to vurderingss spørsmål; «*hvilken av disse figurene stemmer best med hvordan din kropp ser ut?*» og «*hvilken av disse*

figurene stemmer best med hvordan du ønsker å se ut?». Svaralternativene ble presenter som tall fra 1-9 der hvert tall representerte en av silhuett-tegningene. Det er viktig å presisere at skalaen kun frembringer informasjon om forholdet mellom kroppen individet oppfatter å ha, og den kroppen individet ønsker å ha. Den er ikke egnet til å gi noen ytterligere informasjon om kroppsform, kroppssammensetning eller liknende.

Idrettsdeltakelse ble primært kartlagt gjennom spørsmålet; *«Er du aktivt medlem av et idrettslag/idrettsklubb?»*. Dette er en dikotom variabel med «Ja» eller «Nei» som tilhørende svaralternativer, representert ved spørsmål 6 i spørreskjema. Hensikten bak valget av variabelen, var å legge til rette for muligheten til å dele respondentene i to grupper. En gruppe registeret som aktivt deltakende innenfor et idrettslag, og en gruppe bestående av de som ikke engasjerte seg i organisert idrett.

Motiv for deltagelse i organisert idrett ble operasjonalisert gjennom skalaen, representert ved spørsmål 10 i testbatteriet; *«I hvilken grad er du enig i at følgende årsaker er grunnen til at du driver idrett?»*. Skalaen er til dels egenkomponert, men er sammensatt av variabler hentet fra GSV og Norsk Monitor. Skalaen ble konstruert med en hensikt om å måle de bakenforliggende motivene for hvorfor individet engasjerer seg i idrett. Skalaen bestod av 27 variabler, alle veldokumenterte – empiribaserte motiver for idrettsdeltakelse (Klomsten, 2006) (Dalen & Holbæk-Hanssen, 2016). Svarene ble presentert over en fem-punkts Likert-skala med alternativene; ikke viktig i det hele tatt (1), ikke så viktig (2) noe ganger viktig, andre ganger ikke viktig (3), nokså viktig (4), svært viktig (5).

Deltakelse på treningssenter ble i likhet med idrettsdeltakelse, kartlagt gjennom en dikotom variabel, representert ved spørsmål 12 i testbatteriet; *«trener du på treningssenter?»*. Hensikten med målingen var også her å skille ut to aktuelle grupperinger blant respondentene. En gruppe bestående av aktivt deltakende, og en gruppe som oppgav at de holdt seg utenfor sentrene.

Motiv for deltagelse på treningssenter ble operasjonalisert gjennom skalaen, representert ved spørsmål 23 i testbatteriet; *«Når du trener på treningssenter, hvor viktig er disse årsakene for deg?»*. Skalaen er tilnærmet lik den som ble benyttet for å måle motiv for idrettsdeltakelse, men noen justeringer ble nødvendig. Konstruert for å avdekke de bakenforliggende motivene for hvorfor individet velger å tilslutte seg treningssenter for å drive fysisk aktivitet. Skalaen

bestod av 24 variabler med svaralternativer, også her presentert over en fem-punkts Likert-skala rangert fra; ikke viktig i det hele tatt (1), til svært viktig (5).

3.5 Validitet og reliabilitet i måleinstrumentet

3.5.1 Reliabilitet

Forskning må oppfylle en rekke kvalitetskrav dersom den skal kunne gi pålitelige og gyldige svar på de spørsmålene som ligger til grunn (Johannessen, 2009). En slik kvalitetssikring er sentral i utarbeidelsen av måleinstrumentet, fordi eventuelle feil og mangler som kan oppstå i prosessen, vil følge med videre og kan gjøre store utslag på de endelige resultatene for en studie (Ringdal, 2013). For å begrense målefeil og øke reliabiliteten i et måleinstrument finnes det klare forhåndsregler å ta hensyn til i utformingen av spørsmålene. Spørsmålene burde være konstruert på en slik måte at de tilpasses det språklige nivået for studiepopulasjonen. Dette minsker sannsynligheten for systematiske feil som eller kunne hatt en direkte påvirkning på dataenes validitet (Ringdal, 2013). Det store flertallet av spørsmålene i spørreskjema er hentet fra tidligere studier der målgruppen har vært yngre enn i den foreliggende studien. Spørsmålene består dermed av basale formuleringer, og det er ikke et behov for forkunnskaper for å forstå begrepsbruken.

De flerdimensjonale begrepene er operasjonalisert gjennom en rekke variabler, presentert gjennom spørsmål med noe ulik formulering. Slike tiltak er hensiktsmessig for å unngå eventuelle misforståelser og unngå at enkelt-spørsmål kan få store konsekvenser for det sammensatte målet. Målefeil og mangler som bidrar til å svekke reliabiliteten, kan også oppstå når rådata skal registreres i analyseverktøyet (Johannessen, 2009). En fordel ved at det benyttes et elektroniske spørreskjema, er at man unngår menneskelige feil som ofte kan oppstå ved manuell inntasting. Sannsynligheten for at enkelt svar går tapt, slik som ved bruk av for eksempel maskinlesbare spørreskjemaer, minker også betraktelig og bidrar til å styrke målingens reliabilitet.

Ytre faktorer som kunne få ubeleilig innvirkning på målingene, ble også forsøkt unngått. Primært tre ytre faktorer viser seg ofte å svekke reliabiliteten; tidspunkt for gjennomføring, i hvilke omgivelser undersøkelsen foregår og uklarheter og tekniske problemer ved testbatteriet (Ringdal, 2013). Alle undersøkelsene ble gjennomført på skolen innenfor undervisningstidens rammer. For å unngå eventuelle tekniske problemer eller misoppfatninger ble det vurdert å

møte opp på de aktuelle skolene der datainnsamlingen skulle foregå. Skolenes geografiske beliggenhet vanskeliggjorde derimot oppmøtet ved alle skoler. Erfaringer tilegnet fra undersøkelser der oppmøte var mulig, ble da formidlet videre til de lærerne som skulle gjennomføre undersøkelsen på egenhånd. De ble også bedt om å gjennomgå informasjonsskrivet i plenum for å besvare spørsmål og rette opp i eventuelle misoppfatninger i forkant av undersøkelsen.

For ytterligere kvalitetssikring av spørreskjema ble det gjennomført en pilotstudie, før skjemaet kunne ferdigstilles og sendes ut. Det ble besluttet å følge Johannessen (2009) sine anbefalinger om å samle en gruppe mennesker og diskutere hvilke begreper og formuleringer det var mest hensiktsmessig å bruke. Andre reliabilitetstester ble av tidsmessige årsaker for utfordrende å gjennomføre. Kontrollgruppen bestod av medstudenter tilhørende samme fagfelt. Med utgangspunkt i de erfaringene de gjorde seg underveis, fulgte tilbakemeldinger om hvordan de opplevde spørsmål, svar og omfang. Veileder og bi-veileder bidro også til å kvalitetssikre struktur og språklige formulering i spørreskjema.

3.5.2 Validitet

Høy reliabilitet er en forutsetning for høy validitet (Ringdal, 2013). På lik linje med reliabiliteten stilles det en rekke kvalitetskrav som måleinstrumentet skal oppfylle for å sikre validitet. Hensikten er at det bidrar til å øke sannsynligheten for at spørsmålene og svaralternativene faktisk måler det de er laget for å måle. Måleinstrumentet ble konstruert for å innhente informasjon som kunne benyttes for å besvare problemstillingen i studien. Problemstillingen bygger et latent begrep som er flerdimensjonalt og derfor ikke direkte observerbart. Slike begreper lar seg altså ikke måle uten å operasjonaliseres til mer konkrete endimensjonale aspekter og videre til enkeltvariabler i form av spørsmål. Det er viktig at det er en tydelig relasjonen mellom variablene og de teoretiske begrepene (Ringdal, 2013). Fordelen ved å bruke tidligere konstruerte skjemaer er at det allerede er utledet teoribaserte variabler som gir valide målinger av aspekter ved et samlet mål. Eventuelle endringer av variablene som sammen danner målegrunnlaget, kan gi ubeleilige utslag på validiteten av måleinstrumentet. Variablene fra de opprinnelige spørreskjemaene ble derfor etter beste evne forsøkt beholdt i sin opprinnelige form.

3.6 Screening av data og eliminering av feil i datasettet

Når man undersøker datasettet for feil, er man primært på utkikk etter feilkilder som kan påvirke eller forvrengte analyseresultatene. Det innebærer å avdekke verdier som faller utenfor den gitte variasjonsbredden for variabelen (Pallant, 2007). For å finne eventuelle feil i datasettet ble det gjort en univariat analyse i form av frekvensfordeling. Utkjøringen av frekvensfordelingen vil ofte avsløre kodet gale svar eller måleresultater i datasettet (Bjørndal & Hofoss, 2004). Frekvensfordelingen ble gjennomgått for hver variabel, inkludert alle individuelle variablene som utgjør de ulike skalaene. Nedenfor følger et eksempel på fremgangsmåten.

Tabell 3-1 illustrerer maksimum- og minimumsverdien for variabelen «yrkesutdanning». Disse verdiene er innenfor den gitte variasjonsbredden for variabelen, og ved første øyekast er det ingen åpenbare feil som behøver korrigering. Manglende besvarelser («Missing») kan forklares med at det store flertallet av respondentene tilhørte et studieforbereidende utdanningsprogram.

Tabell 3-1 Beskrivende statistikk for yrkesfaglig utdanningsprogram

N	Valid	58
	Missing	257
Minimum		1
Maximum		6

En mer detaljert frekvensfordeling (*se tabell 3-2*) viser en abnormitet i måleresultatene. Én verdi skiller seg ut med svært lav frekvens sammenlignet med resten. På bakgrunn av utvalget og dato for levert besvarelse, kunne det med sikkerhet fastslås at dette var en feilbesvarelse. Ingen fra dette utdanningsprogrammet ble nemlig forespurt om å delta i studien. Etter å ha lokalisert feilen i datasettet ble den korrigert. Deretter ble det kjørt en ny frekvensfordeling for å dobbeltsjekke at feilen var eliminert og at nye feil ikke hadde oppstått i elimineringsprosessen.

Tabell 3-2 Frekvensfordeling for yrkesfaglig utdanningsprogram

		Frekvens	Prosent	Valid Prosent	Kumulativ Prosent
Valid	Bygg- og anleggsteknikk	11	3,5	19,0	19,0
	Elektrofag	38	12,1	65,5	84,5
	Teknikk og industriell produksjon	8	2,5	13,8	98,3
	Annet	1	,3	1,7	100,0
	Total	58	18,4	100,0	
Missing	System	257	81,6		
Total		315	100,0		

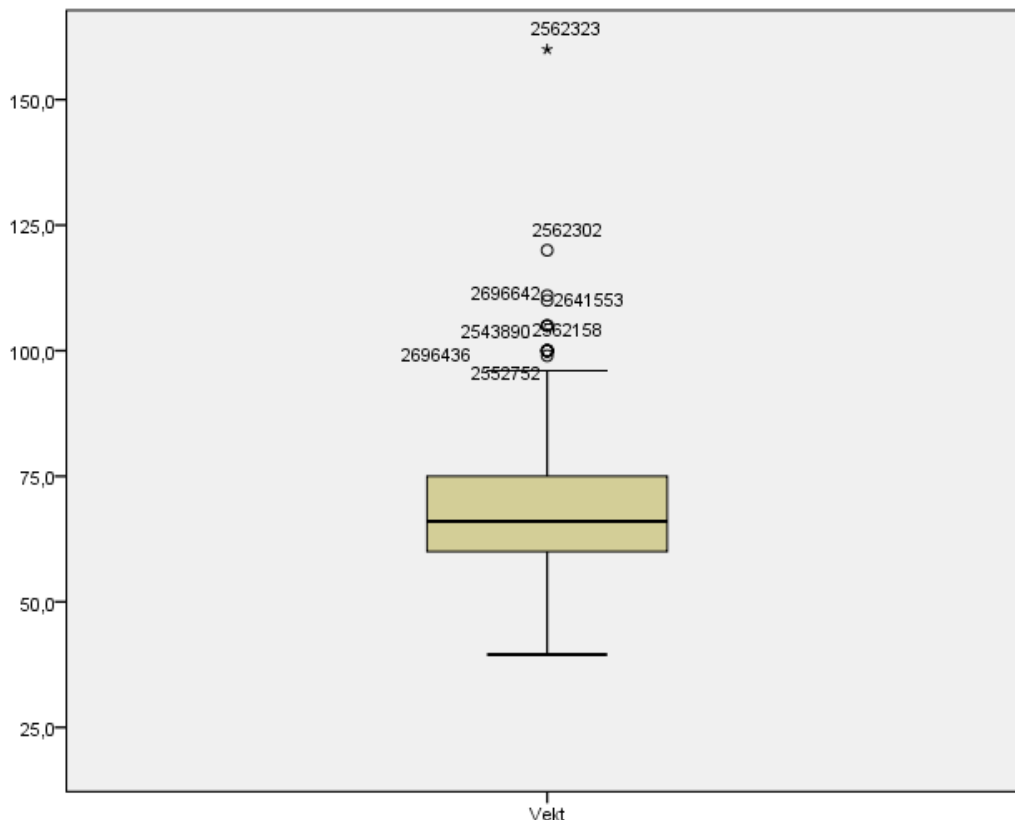
Eksempelet illustrerer prosedyren for screening og eliminering av feil i datasettet. Ved tilfeller der registrerte feil eller abnormiteter var gjentakende for den enkelt besvarelsen, ble besvarelsen i sin helhet eliminert fra datasettet. Denne fremgangsmåten var primært forbeholdt de kategoriske variablene. For de kontinuerlige variablene med mange verdier var det ikke hensiktsmessig å studere frekvenstabeller for å avdekke feil og abnormiteter. For disse variablene ble det gjennomført deskriptive analyser av minimum- og maksimumsverdi, gjennomsnitt, standardavvik.

3.6.1 Kontrollsjekk for uteliggende observasjoner

Mange av metodene som ble benyttet i analysen bygger på en antagelse om normalitet i måleresultatene. Det innebærer at distribusjonen av verdiene for hver variabel er normalfordelt (Pallant, 2007). For å utelukke eventuelle ekstremverdier som kunne påvirke eller forvrengte kommende statistiske analyser, ble det gjennomført en kontrollsjekk for uteliggende observasjoner i hver enkelt variabel. Det foregikk primært gjennom å studere Boxplot for verdier som SPSS betraktet som uteliggende observasjoner. Figur 3-1 illustrerer en Boxplot-analyse gjennomført i SPSS. Variabelen er ikke inkludert i videre analyser, men trekkes frem som et eksempel for prosedyren. Verdier kategoriseres som uteliggende dersom de strekker seg mer enn 1.5 boks-lengder utenfor interkvartilbredden for variabelen, altså

observasjoner som befinner seg utenfor øvre og nedre grenseverdi. Enhver observasjon som SPSS betraktes som uteliggende, markeres med en sirkel i Boxplot (Figur 3.1). Observasjoner som strekker seg mer enn tre boks-lengder fra interkvartilbredden regnes som ekstreme, indikert som stjerne i figuren (Pallant, 2007).

Figur 3-1 Boxplot for variabelen vekt



Ved tilfeller som illustrert i Figur 3-1 der det ble oppdaget uteliggende observasjoner, var det nødvendig å vurdere hvordan observasjonene skulle behandles videre. Det finnes ulike anbefalinger i statistisk litteratur for behandling av slike observasjoner. En variant er å eliminere dem fra datasettet. En annen variant er å beholde observasjonen, men gjøre verdien mindre ekstrem ved å endre den til nærmeste grenseverdi. Denne varianten betegnes i statistikken som «winsorizing». Ved winsorizing justerer man verdien av de uteliggende observasjonene til den nærmeste verdien som ikke anses for å være uteliggende. En mulig fordel ved denne måten å behandle uteliggende observasjoner på, er at den bevarer informasjonen om de høyeste eller laveste verdiene i distribusjonen av måleresultatene for variabelen. Samtidig beskytter winsorizing mot noen av de uønskede effektene uteliggende

observasjonene kan ha på normalfordelingen (Salkind, 2010). Tatt i betraktning at den foreliggende studien bestod av et relativt lite antall respondenter, ble det besluttet å anvende winsorizing som metode for behandling av uteliggende observasjoner. Det var fordi det ikke var ønskelig å redusere antallet observasjoner ytterligere. Ekstremverdier som dukket opp i Boxplots ble justert til nærmeste verdi. Neste steg i prosessen bestod i å kjøre en ny deskriptiv analyse. Ved noen tilfeller førte justeringen av ekstremverdier til en endring i interkvartilbredden for enkelte variabler. Ved slike tilfeller falt ikke-ekstreme uteliggende observasjoner innenfor grenseverdien, og behovet for videre justeringer uteble. I tilfeller hvor interkvartilbredden forble uendret, ble de ikke-ekstreme uteliggende observasjonene justert til nærmeste grenseverdi. På denne måten ble alle uteliggende observasjoner som kunne påvirke eller forvrengte kommende statistiske analyser, utelukket fra datamaterialet.

4.0 Analyse

For sikre validitet og reliabilitet ved måleinstrumentet, ble de psykrometriske egenskapene for hver skala undersøkt ved hjelp av faktoranalyse og reliabilitetstest. En overordnet presentasjon av prosedyren og endelig faktorstruktur, presenteres heretter fortløpende.

4.1 Faktoranalyse

Faktoranalyse ble benyttet som et verktøy for å undersøke variabelstrukturer blant skalaene i testbatteriet. Mer spesifikt innebærer det å påvise mønstre i korrelasjoner mellom et sett av variabler, og undersøke om de måler en eller flere dimensjoner av skalaens sammensatte mål (Johannessen, 2009). Hensikten var å avdekke tydelige sammenhenger mellom empiriske og teoretiske strukturer. På denne måten kunne variablene summeres i bolker og reduseres til enkeltfaktorer som fremstod mer anvendbare for videre analyser (Pallant, 2007).

Eksplorerende (EFA) fremfor en konfirmerende faktoranalyse ble vurdert som relevant for studien. En slik tilnærming er godt egnet for studier som denne, hvor formålet var å undersøke forholdet mellom variablene for hver skala. Det ble tatt forbehold om at faktorløsningene for hver skala ikke var forutbestemt. På den måten kunne det oppnås strukturer som var forenelige med teori, men som ikke behøvde å være nøyaktig de samme. EFA ble ikke bare benyttet som et verktøy for å redusere antallet variabler til mer håndterbare faktorer. Faktoranalysen fungerte også som en ytterligere kvalitetssikring av studien begrepsvaliditet og indre konsistens blant variablene i hver skala.

Det ble foretatt faktoranalyser for fem ulike skalaer i testbatteriet. Tre av skalaene representerte variabler som indikerte ulike dimensjoner av kroppsbildet: kroppsoppfatning, kroppsideal og kroppstilfredshet. De resterende skalaene representerte variabler som indikerte ulike motiver for deltakelse i organisert idrett og på treningssenter. Felles for de fem skalaene var at de var sammensatt av et tilstrekkelig antall variabler, alle på ordinalnivå, målt med minimum fire verdier. Verdiene var normalfordelt og det var lineær sammenheng mellom variablene. Dette er grunnleggende forutsetninger som må ligge til rette for at en faktoranalyse i det hele tatt skal være gjennomførbar (Johannessen, 2009).

I forkant av analysene ble skalaene undersøkt for egenskaper som tilsa at de var egnet for å gjennomgå faktoranalyse. Første steg bestod i å studere korrelasjonsmatrisen for koeffisienter med høye verdier, større enn 0.3. Denne informasjonen gir uttrykk for at det finnes en viss statistisk sammenheng mellom variablene (Johannessen, 2009). Deretter ble verdien av Kaiser-Meyer-Olkin (KMO) sjekket opp mot anbefalt verdi. For at det skal være mulig å gjennomføre en adekvat faktoranalyse må KMO verdien være 0.6 eller høyere (Johannessen, 2009; Pallant, 2007). Denne informasjonen gav grunn til å utelukke muligheten for høye partielle korrelasjoner, og det ble rimelig å anta at variablene hadde en reell sammenheng. Siste steg for test av egnethet for skalaen bestod i å foreta Barletts sfæretest. Formålet var å forsikre om at korrelasjonene ikke var et resultat av samtlige korrelasjoner lik null. Denne hypotesen kunne forkastes ved tilfeller der testresultatene viste en signifikant verdi ($p < .05$) (Johannessen, 2009; Pallant, 2007). De fem skalaene viste alle egenskaper som tilfredsstilte forutsetningene beskrevet ovenfor og ble betraktet som egnet for å gjennomføre adekvate faktoranalyser.

Estimeringsmetoden var felles for alle faktoranalysene. Det ble benyttet Prinsippal akse faktorisering (PAF), med Varimax som rotasjonsteknikk, en variant som gjør det enklere å tolke og skille resultatene i analysen (Esser-Noethlichs, 2011). Fra analysen fulgte tabellen som viste kommunalitetkoeffisientene for hver variabel. Tabellen ble kontrollert for verdier mindre enn 0.3. Ved tilfeller hvor det ble avdekket verdier på dette nivået, ble det tatt utgangspunkt i at variabelen hadde liten sammenheng med de resterende variablene i skalaen (Pallant, 2007). Verdier godt under anbefalt minimum (0.3), ble derfor trukket direkte ut fra skalaen. Verdier som ble oppfattet til å være på grensen til hva som er akseptert, ble foreløpig beholdt i analysen og sammenlignet opp mot faktorladningene i den roterte faktormatrisen, før også eventuelt de ble trukket ut av skalaen. Ettersom prosedyren for faktoranalysen var eksplorerende, var det naturlig nok ingen forhåndsgitt relasjon mellom variabler og faktorløsning. Basert på egenverdikriteriet ble det foreslått en faktorløsning ut fra antallet faktorer med egenverdi større enn 1.0. Tolkningen av egenverdier ble supplert av et scree-plott diagram som sammen ble benyttet til å bestemme antall faktorer. I tillegg til størrelsen på egenverdiene, gir scree-plottet en visuell indikasjon av hvordan variansen fordeler seg. Tolkningen av antallet faktorer ble så fastsatt for videre analyse av skalaene.

Siste ledd i analysen gikk ut på å studere faktorladninger for hver variabel. Varimax som rotasjonsteknikk gjorde det enklere å skille og tolke faktorladningen ut i fra den roterte

analysen. Dette ved å maksimere høye korrelasjoner og minimalisere lave korrelasjoner blant variablene som ble analysert. Slik ble det et tydeligere mønster for hvilke variabler som tilhørte hvilke faktorer (Johannessen, 2009). Tabachnick og Fidell sine anbefalinger om størrelse på forladningene ble benyttet for å avgjøre styrken på faktorladningene.

< ,71 = utmerket

,63 - ,70 = veldig bra

,55 - ,62 = god

,45 - ,54 = hederlig

,32-44 = svak

> ,31 = dårlig

(Tabachnick & Fidell, 2014)

Variabler med svake ladninger på tilhørende faktor og/eller ladninger på flere faktorer samtidig ble trinnvis trukket ut. Ved tilfeller der foreslått faktorløsning bestod av et relativt lite antall faktorer, stod valget mellom to løsninger. For faktorer med minimum tre variabler ble faktoren stående dersom alle variablene hadde en tydelig sammenheng i form av en høy ladning, og ikke ladet betydelig ($< .31$) blant andre faktorer. Prosedyren ble gjentatt ytterligere frem til faktorene var sammensatt av variabler med gode eller utmerkede faktorladninger som ikke så ut til å lade betydelig på andre faktorer. Ved noen tilfeller ble det likevel valgt å beholde variabler med dobbeltladning og/eller med hederlig ladning, fordi det ble vurdert god sammenheng mellom den og nøkkelvariablene i faktoren.

4.1.1 Reliabilitet og indre konsistens

For å sikre indre konsistens blant de endelige faktorløsningene, ble det foretatt en reliabilitetstest for hver enkelt faktor. Formålet var å forsikre om at korrelasjonen mellom variablene som dannet den sammensatte faktoren, var så høy at eventuelle målefeil ikke ville påvirke i noen betydelig grad. Indre konsistens-reliabilitet ble beregnet gjennom Cronbachs alfa. Ideelt sett burde verdien av Cronbachs alfa være større enn 0.8, men verdier over 0.7 betraktes som akseptable. Først da kan man konkludere at alle variablene måler det samme underliggende målet (Pallant, 2007). Ved tilfeller hvor det forekom forbedring av Cronbachs alfa ved å fjerne en variabel, ble det gjort en vurdering av variabelen. Normalt sett er det ikke nødvendig å ekskludere enkelte variabler dersom verdien av Cronbachs alfa er høyere enn 0.7

(Pallant, 2007). Å fjerne variabler fra allerede konstruerte skalaer, fjerner muligheten for å sammenlikne resultatene direkte med andre studier som bygger på den samme skalaen. Ettersom ingen av skalaene var direkte sammenlignbare var heller ikke dette en aktuell problemstilling. Ved en betydelig økning av Cronbachs alfa ble det derfor besluttet å fjerne variabelen dersom det var liten teoretisk sammenheng med faktoren og de andre tilhørende variablene.

4.1.2 Faktorstruktur

Nedenfor følger et reelt eksempel på faktoranalyse og reliabilitetstest av indre konsistens for *skala 1*. De statistiske kriteriene som lå til grunn for faktoranalysene var felles for de fem skalaene, og fremgangsmåten mot endelige faktorløsninger var tilnærmet lik. Faktoranalyser og reliabilitetstester for de resterende fire skalaene, presenteres deretter kortfattet med den mest nødvendige informasjon.

Skala 1 - Motiv for idrettsdeltakelse.

Skala nummer en representert ved spørsmål ti i testbatteriet «*I hvilken grad er du enig i at følgende årsaker er grunnen til at du driver idrett?*» (Vedlegg 3), bestod opprinnelig av tjuesyv variabler som indikerte ulike dimensjoner av motiv for idrettsdeltakelse. Før analysen ble gjennomført, måtte det vurderes om skalaen var egnet for å gjennomgå en faktoranalyse. Korrelasjonsmatrisen ble studert, og det ble avdekket en rekke koeffisienter med verdi på 0.3 og høyere. KMO verdien var 0.785, som er godt over den anbefalte verdien (Pallant, 2007). Barletts' sfæretest viste en verdi på signifikant nivå ($p < .05$). Da skalaen var blitt vurdert egnet for faktoranalyse, ble de tilhørende variablene utsatt for PAF med Varimax rotasjon. Kommunalitet for hver variabel ble først gransket, men ingen verdier mindre enn 0.3 ble oppdaget.

Den roterte ekstraksjonen viste opprinnelig syv faktorer med egenverdi over 1.0 og forklarte totalt 68.29 prosent av variansen. Scree-plottet så derimot ut til å flate ut etter den tredje faktoren. Det ble derfor besluttet å forsøke en tre-faktorløsning. Deretter ble faktorladningene vurdert med utgangspunkt i Tabachnick og Fidell (2014) sine anbefalinger for størrelse på ladningen. Variabler med generelt lave faktorladninger ble trinnvis ekskludert og en ny analyse ble gjennomført. Den roterte faktormatrisen viste også en rekke variabler som ladet noe høyt på flere av faktorene, samtidig som de ladet nokså lavt på den faktoren de tilhørte.

For eksempel ladet variabelen «Leve mest mulig sunt» 0.377 på faktor en og 0.434 på faktor to. Kombinasjonen av en fler-faktorladning, liten teoretisk sammenheng, samt lav ladning innenfor den tilhørende faktoren, var bakgrunnen for at det besluttet å ekskludere variabelen.

Tabell 4-1 Rotert faktormatrise for Skala 1: «Motiv for idrettsdeltakelse»

	S1_F1	S1_F2	S1_F3
Få markerte muskler	,837	,127	,068
Få en attraktiv kropp	,786	,057	,039
Få mer maskuline/feminine former	,769	,178	,264
Legge på meg muskler	,741	,220	,133
Hensyn til utseende	,717	-,083	,250
Morsomt	-,106	,739	-,066
Liker idretten min	-,078	,671	-,033
Gir spenning/utfordring	,100	,598	,029
Godt miljø	,017	,587	-,143
Gir bedre selvtillit	,247	,551	,103
Gir avkobling	,196	,548	,127
Gir fysisk/mentalt overskudd	,240	,518	-,104
Gå ned i vekt	,099	-,041	,926
Slanke meg	,229	-,088	,783
Holde vekten nede	,170	,027	,740

Analysen resulterte i tre betydningsfulle faktorer som forklarte totalt 62.64 prosent av variansen; *idrettsdeltakelse for å forme kroppen (1)*, *idrettsdeltakelse for trivsel (2)* og *idrettsdeltakelse av hensyn til kroppsvekt (3)*. Den første faktoren (1) forklarte 29.82 prosent av samlet varians. Variablene som ladet på denne faktoren var «få markerte muskler», «få en attraktiv kropp», «få mer maskuline/feminine former», «legge på meg muskler» og «hensyn til utseende». De fem variablene hadde alle en faktorladning større enn 0.71 betegnet som utmerket (Tabachnick & Fidell, 2014). Faktor nummer to (2) forklarte 20.9 prosent av samlet varians, og det var utmerkede og gode faktorladninger på variablene «morsomt», «liker idretten min», «gir spenning/utfordring», «godt miljø», «gir bedre selvtillit». Variablene «gir

avkobling» og «gir fysisk mentalt overskudd» hadde en ladning betegnet som hederlig. Sammenhengen mellom variablene i faktoren ble vurdert, og det ble besluttet at de to sistnevnte faktorene ble stående uberørt, fordi de teoretisk sett kunne begrunnes å stå nært beslektet faktoren; *idrettsdeltakelse for trivsel*. Den tredje og siste faktoren (3) forklarte 12 prosent av samlet varians. Variablene som ladet på denne faktoren var «gå ned i vekt», «slanke meg» og «holde vekten nede». En faktor kun bestående av tre variabler er ikke nødvendigvis foretrukket, men det fantes gode argumenter for å holde variablene adskilt fra de to andre faktorene. Avgjørelsen ble begrunnet med at variablene representerte en faktor som indikerte et nokså endimensjonalt begrep sammenlignet med de andre faktorene. Variablene har alle også en veldig høy faktorladning (< 0.71) å vise til.

Tabell 4-2 Endelig faktorsammensetning for Skala 1: «Motiv for idrettsdeltakelse»

Faktor S1_F1:	Faktor S1_F2:	Faktor S1_F3:
<i>Idrettsdeltakelse for å forme kroppen</i>	<i>Idrettsdeltakelse for trivsel</i>	<i>Idrettsdeltakelse av hensyn til kroppsvekt</i>
Få markerte muskler	Morsomt	Gå ned i vekt
Få en attraktiv kropp	Liker idretten min	Slanke meg
Få mer maskuline/feminine former	Gir spenning/utfordring	Holde kroppsvekten nede
Legge på meg muskler	Godt miljø	
Hensyn til utseende	Gir bedre selvtillit	
	Gir avkobling	
	Gir fysisk/mentalt overskudd	

De tre faktorene ble videre presentert for en reliabilitetstest av indre konsistens, undersøkt ved verdien av Cronbachs alfa for hver faktor. Reliabilitetstesten av faktor én viser en verdi på 0.89, som indikerer en god indre konsistens blant variablene som utgjør faktorene. Det forekom ingen forbedring av Cronbachs alfa ved å fjerne noen av de tilhørende variablene. Faktor to viste en betydelig lavere verdi på 0.77, men betraktes fortsatt som en akseptabel verdi for indre konsistens (Pallant, 2007). Reliabilitetstesten for faktor tre indikerte også en god indre konsistens med en rapportert Cronbachs alfa verdi av 0.871. Det forekom heller ingen forbedring av indre konsistens ved å fjerne variabler tilhørende de to sistnevnte faktorene.

Tabell 4-3 Cronbachs alfa for endelige faktorsammensetning av «Motiv for idrettsdeltakelse»

Faktor	Cronbachs alfa
Idrettsdeltakelse for å forme kroppen	,889
Idrettsdeltakelse for trivsel	,770
Idrettsdeltakelse av hensyn til kroppsvekt	,871

Skala 2 – Motiv for deltagelse på treningssenter

Skala nummer to bestod opprinnelig av tjuefire variabler representert ved spørsmål 23. «Når du trener på treningssenter, hvor viktig er disse årsakene for deg?» (Vedlegg 3) og indikerte ulike dimensjoner av motiv for deltagelse på treningssenter. Faktoranalysen for skalaen endte med en fire-faktorløsning. Samlet forklarte fordelingen 71 prosent av den totale variansen. Faktor en «deltakelse for å forme kroppen» forklarte 37.24 prosent av samlet varians. Faktor to «deltakelse av helsemessige årsaker» forklarte 15.3 prosent. Ytterligere 10.4 prosent og 8.11 prosent av samlet varians ble forklart fortrinnsvis av faktor tre «deltakelse for trivsel» og faktor fire «deltakelse for av hensyn til kroppsvekt». Sett bort i fra variablene med svakest ladning i faktor en, to og tre, var størrelsen på faktorladningene blant alle variablene betegnet som veldig bra til utmerket (< 0.63) (Vedlegg 4).

Tabell 4-4 Endelig faktorsammensetning for Skala 2: «Motiv for deltagelse på treningssenter».

Faktor S2_F1:	Faktor S2_F2:	Faktor S2_F3:	Faktor S2_F4:
<i>Deltakelse for å forme kroppen</i>	<i>Deltakelse av helsemessige årsaker</i>	<i>Deltakelse for trivsel</i>	<i>Deltakelse av hensyn til kroppsvekt</i>
Bli mer muskuløs	Holde kroppen i form	Godt miljø	Gå ned i vekt
Legge på meg muskler	Få god helse	Morsomt	Slanke meg
Få mer markerte muskler	Komme i form	Opplive sosialt felleskap	
Få store biceps	Leve mest mulig sunt	Gir avkobling	
Få sixpack			
Få mer maskuline/feminine former			
Bygge muskler			
Gå opp i vekt			

Reliabilitetstesten av faktorene viste høy grad av indre konsistens, alle med Cronbachs alfa verdi større enn 0.8. Faktor en viste en forbedring av indre konsistens dersom variabelen «gå opp i vekt» uteble ved faktorsammensetningen. Ved nøyere inspeksjon viste variabelen god ladning på sin tilhørende faktor, og ladet ikke betydelig på andre faktorer. Dermed ble det besluttet å beholde variabelen. Variabelen «leve mest mulig sunt» ble derimot fjernet fra faktor to da den viste seg å ha en svak ladning på faktor tre, samt at Cronbachs alfa verdien økte betydelig.

Tabell 4-5 Cronbachs alfa for endelige faktorsammensetning av «Motiv for deltakelse på treningssenter».

Faktor	Cronbachs alfa
Deltakelse for å forme kroppen	,910
Deltakelse av helsemessige årsaker	,845
Deltakelse for trivsel	,841
Deltakelse av hensyn til kroppsvekt	,918

Skala 3 – Kroppsideal

Skala nummer tre bestod av tjuefem variabler representert ved spørsmål 24 «*Hvor viktig er det for deg at du:*». Skalaen var et direkte utsnitt av GSV, men hvor fem av de opprinnelige faktorene var trukket ut på forhånd (se kapittel om måleinstrumentet). Ved første faktoranalyse ble det undersøkt om faktorstrukturene samsvarte med den teoretiske strukturen i den opprinnelige skalaen. Det var i praksis vanskelig å få nøyaktig samme faktorstrukturer, naturligvis fordi utvalget som ble studert var forskjellig. En tre-faktorløsning ble funnet mer egnet for utvalget representert i den foreliggende studien. Disse fikk betegnelsene «*viktigheten av utseende*», «*viktigheten av å være muskuløs*» og «*viktigheten av idrettslige ferdigheter*». Samlet forklarte faktorløsningen 78,52 prosent av samlet varians. 53,4 prosent av variansen ble målt gjennom faktor en, 15,3 prosent gjennom faktor to og 9,82 prosent ved faktor tre. Alle faktorene i den roterte faktormatrisen viste veldig bra til utmerkede ladninger.

Tabell 4-6 Endelig faktorsammensetning for Skala 3: «Kroppsideal».

Faktor S3_F1: <i>Viktigheten av utseende</i>	Faktor S3_F2: <i>Viktigheten av å være muskuløs</i>	Faktor S3_F3: <i>Viktigheten av idrettslige ferdigheter</i>
Har et pent utseende Er pen å se på Har et pent ansikt Har en deilig/sexy kropp Har en kropp som ser bra ut Har en flott kropp	Har store muskler Har en kraftig kropp med synlige muskler Er god til å løfte tunge ting Har sterke muskler	Gjør det bra i idrettskonkurranser Er konkurranseorientert Er god i idrett/kroppspøving Er like god i idrett som andre på min alder

Variabelen «er like god i idrett som andre på min alder», ladet betydelig på to faktorer (Vedlegg 5). Det ble vurdert om variabelen skulle trekkes ut av faktoren, men etter inspeksjon av Cronbachs alfa, viste det seg at faktorens indre konsistens i det tilfellet ville svekkes. Alle faktorene scoret høyt på reliabilitetstesten, alle med verdier godt over hva som er ønskelig, og det forekom ingen forbedring av Cronbachs alfa ved å fjerne noen av de tilhørende variablene.

Tabell 4-7 Cronbachs alfa for endelige faktorsammensetning av «kroppsideal».

Faktor	Cronbachs alfa
Viktigheten av utseende	,941
Viktigheten av å være muskuløs	,891
Viktigheten av idrettslige ferdigheter	,899

Skala 4 – Kroppoppfatninger

Skala nummer fire var også et direkte utsnitt av GSV. I dette tilfellet var også samtlige av de opprinnelige faktorene og tilhørende variabler trukket ut på forhånd (se kapittelet om måleinstrumentet). Skalaen bestod til av tjuesyv variabler representert ved spørsmål 25 «Når du tenker på deg selv, hvor enig er du i følgende:». Målet med faktoranalysen var å forsøke og oppnå en faktorstruktur tilnærmet lik for skala tre og fire. Det ble dermed forsøkt en tre-faktorløsning også i dette tilfellet. Noen uregelmessigheter ble det i faktorsammensetningene sammenlignet med skala tre, men nøkkelvariablene var de samme og det ble registrert veldig bra til utmerket faktorladning blant alle variablene. Faktorstrukturen forklarer forholdvis en nokså tilsvarende prosentandel av total varians som ved sammenliknede skala. Faktor en

«selvvurdering av utseende» forklarte 53,53 prosent av variansen. Faktor to «selvvurdering av å være muskuløs» forklarte ytterligere 14,64 prosent og faktor tre «selvvurdering av idrettslige ferdigheter» forklarte 8,54 prosent av samlet varians.

Tabell 4-8 Endelig faktorsammensetning for Skala 4: «Kroppsoppfatninger».

Faktor S4_F1: <i>Selvvurdering av utseende</i>	Faktor S4_F2: <i>Selvvurdering av å være muskuløs</i>	Faktor S4_F3: <i>Selvvurdering av idrettslige ferdigheter</i>
Jeg har et pent ansikt	Jeg har store muskler	Jeg gjør det bra i
Jeg har et pent utseende	Jeg har sterke muskler	idrettskonkurranser
Jeg er pen å se på	Jeg har en kraftig kropp med synlige muskler	Jeg er konkurranseorientert
Jeg har en flott kropp	Jeg er god til å løfte tunge ting	Jeg er god i idrett/kroppsøving
Jeg har en kropp som ser bra ut		Jeg er like god i idrett som andre på min alder.
Jeg er stort sett fornøyd med hvordan jeg er		

Reliabilitetstesten av faktorene viste svært høy grad av indre konsistens, alle med Cronbachs alfa større enn 0.9. Faktor en viste en forbedring av indre konsistens dersom variabelen «jeg er stort sett fornøyd med hvordan jeg er» uteble ved faktorsammensetningen. Forbedringen var så marginal (.001) at det ikke var grunnlag nok for å trekke variabelen ut.

Tabell 4-9 Cronbachs alfa for endelige faktorsammensetning «Kroppsoppfatninger».

Faktor	Cronbachs alfa
Selvvurdering av utseende	.923
Selvvurdering av å være muskuløs	.920
Selvvurdering av idrettslige ferdigheter	.901

Skala 5 – Kroppstilfredshet

Skala fem var også et direkte utsnitt fra et tidligere konstruert spørreskjema (Hamnes & Soligard, 2014). I faktoranalysen ble den foreløpige variabelstrukturen for faktoren sammenliknet med den teoretiske strukturen i det opprinnelige skjema. Denne gangen lyktes det bedre å oppnå en faktorstruktur som samsvarte godt med tidligere funn. Faktoranalysen endte i en enkelt-faktorløsning, bestående av fem variabler, alle registrert med veldig god til utmerket ladning. Faktorladningene sammenliknet med den opprinnelige skalaen ble naturligvis noe ulik, men sammensetningen og nøkkelvariablene var de samme. Samlet forklarte faktoren «tilfredshet med egen kropp» 75,34 prosent av den totale variansen.

Tabell 4-10 Endelig faktorsammensetning for Skala 5: «Kroppstilfredshet»

Faktor S5_F1:

Tilfredshet med egen kropp

Jeg liker kroppen min

Jeg er tilfreds med kroppen min

Jeg er fornøyd med kroppen min

Kroppen min er akkurat passe

Kroppen min er tiltrekkende

Reliabilitetstesten av indre konsistens for faktoren viste en tydelig sammenheng mellom variablene, med Cronbachs alfa verdi på 0,919. Faktor en viste en forbedring dersom variabelen «Kroppen min er tiltrekkende» uteble ved faktorsammensetningen. Forbedringen var så marginal (0,004) og sammenhengen så tydelig i lys av teori, at det ikke var verken ønskelig eller grunnlag nok for å trekke variabelen ut.

4.2 Statistiske analyser

I dette kapittelet beskrives fremgangsmåten for hver av analysene benyttet for besvare forskningsspørsmålene for studien. Tre ulike statistiske analyser ligger til grunn og presenteres forløpende her.

4.2.1 T-test

Uavhengige t-tester ble benyttet for å sammenlikne gjennomsnittscorene blant kjønnene. Formål var å avdekke eventuelle signifikante forskjeller. En t-test forutsetter at variablene som danner utgangspunktet for sammenlikningen er kontinuerlige, et kriterium gjennomgående for flere av analyseteknikkene (Pallant, 2007). De uavhengige variablene er i dette tilfellet sammensatte faktorer som representerer en samlet gjennomsnittscore fra et sett ordinale variabler. Disse gjennomsnittscorene varierer på desimalnivå, kan derfor betraktes som kontinuerlige, og oppfyller kriteriet for uavhengige t-tester.

Proseduren for å tolke resultatene fra t-testen var den samme for alle testene. Først ble spredningen i gjennomsnittet for utvalget vurdert ut ifra signifikansverdien gitt ved Levenes' test. Det ble forsikret om at testen viste en ikke-signifikant verdi ($p > .05$) som forutsetter at variansen mellom gruppene er så godt som lik. Alle t-testene avdekket p-verdier større enn 0.05. Dermed var det grunnlag for videre tolking av resultatene. Differansen mellom gjennomsnittscorene ytterligere undersøkt for forskjeller på statistisk signifikant nivå ($p < .05$), Sig. (2-tailed). P-verdier på dette nivået er akseptabelt, men verdier på nivå ($p < .01$) er foretrukket. Desto større differansen er mellom to utvalg, jo mer sikkert kan en fastslå at det eksisterer en reell forskjell blant gjennomsnittscoren for variabelen mellom utvalgene som analyseres (Johannessen, 2009; Pallant, 2007). Effektstørrelse er et differansemål som har blitt benyttet for å beskrive forskjellen mellom gruppene. Det har også virket som et mål for å bekrefte at forskjellen mellom utvalgene ikke bare er en tilfeldighet. Effektstørrelsen presenteres som «eta squared» og tolkes på bakgrunn av retningslinjer foreslått av Cohen:

Svak effekt = 0.01 – 0.059

Moderat effekt = 0.06 – 0.139

Høy effekt = 0.14 –

(Pallant, 2007)

4.2.2 Enveis variansanalyse - ANOVA

For å avdekke eventuelle forskjeller på tvers av de fire gruppesammensetningene som beskrives nedenfor, ble det benyttet en enveis variansanalyse; ANOVA med Post-Hoc og Tukey test. Hensikten var også her å avdekke eventuelle forskjeller blant gruppene på statistisk signifikant nivå. Resultatet fra Levenes' test ble igjen betraktet for verdier større enn 0.05. Ved tilfeller hvor testen viste seg signifikant ($p < .05$), ble det valgt å benytte ikke-parametrisk test istedenfor, nærmere bestemt Kruskal-Wallis Test (KW-test). Ikke-parametriske tester er godt egnet spesielt når utvalgsstørrelsen er liten og man ikke oppfyller de forutsetningene som ligger til grunn for parametriske tester (Esser-Noethlichs, 2011). Ulempen er at de har en tendens til å være noe mindre sensitive og ikke alltid egner å plukke opp reelle forskjeller som eksisterer mellom grupper (Pallant, 2007). Dette er bakgrunnen for at de parametriske testene primært ligger til grunn for sammenligningen der kriteriene for Levenes' test ble tilfredsstillt. Gjennomsnittsplottet ble også benyttet som et mål for å beskrive forskjellen og tendenser mellom de ulike gruppene der differansen viste seg signifikant.

4.2.3 Korrelasjonsanalyse

Korrelasjonsmål gir et tallmessig uttrykk for styrken og retningen i sammenhengen mellom variabler (Ringdal, 2013). Det benyttes i denne studien som en analyse av primært to grunner; for å stryke reliabiliteten av studiens sammensatte mål og beskrive sammenhengen mellom faktorene som inngår. Pearson product moment korrelasjonskoeffisient (r) brukes for som mål på korrelasjoner mellom faktorene. Koeffisienten indikerer hvor sterk korrelasjonen er mellom de ulike faktorene, samt om de korrelerer negativt eller positivt på hverandre. Signifikansverdien blant korrelasjonene ble også undersøkt for å vurdere graden av sikkerhet i resultatet fra analysen (Pallant, 2007). PM- koeffisienten som rangeres fra -1 til 1, og tolkes på bakgrunn av retningslinjer foreslått av Cohen:

Svak ($r = 0.10 - 0.29$)

Moderat ($r = 0.30 - 0.49$)

Høy ($r = 0.50 - 1.0$)

(Pallant, 2007)

5.0 Resultat

I forsøk på å besvare problemstillingen, belyses de fem forskningsspørsmålene ved hjelp av deskriptiv statistikk, og analyser som; T-test, ANOVA og korrelasjon. Guttene er hovedfokuset, men et utvalg av jenter utgjør en underordnet rolle for å belyse kjønnsforskjeller.

5.1 Deskriptiv statistikk av utvalget

Tabell 5-1 viser deskriptiv statistikk av nettoutvalget med 306 respondenter, 97 % av det totale antallet som deltok i studien. Kjønnsfordelingen blant respondentene er nokså lik, med 6% flere gutter enn jenter. Fordelingen blant utdanningsprogram viser at studieforberevende linjer er svært overrepresentert i utvalget med 66% flere respondenter enn yrkesfag.

Tabell 5-1 Demografisk variabler for utvalget vist med antall (n), prosent (%), og gjennomsnitt

Variabel		n	%	Gj.snitt
Kjønn	Gutter	162	53	-
	Jenter	144	47	
Utdanningsprogram	<u>Studieforberevende</u>	253	83	-
	Idrettsfag	100	33	
	Studiespesialiserende	153	50	
	<u>Yrkesfag</u>	53	17	-
	Bygg- og anleggsteknikk	11	4	
	Elektrofag	34	11	
	Teknikk og industriell produksjon	8	3	
Alder	Gutter			17,21
	Jenter			17,24

Note. Total prosent kan avvike på grunn av avrunding

5.2 Gruppevariabler

Fire gruppevariabler danner sammenligningsgrunnlaget for de videre analysene.

Sammensetningen tar utgangspunkt i hvor respondentene engasjerer seg for å drive fysisk aktivitet, på bakgrunn av informasjonen de har oppgitt ved spørsmål 6 og 12 i testbatteriet (Vedlegg 3). Det skilles primært mellom fire hovedgrupper. «Aktiv idrettslag» er en gruppe forbeholdt de som har oppgitt at de driver idrett innenfor et organisert idrettslag, men ikke deltar på treningssenter. «Aktiv treningssenter» er på lik linje en homogen gruppe sammensatt av respondenter som har oppgitt at de deltar på treningssenter, men ikke er aktivt medlem av et idrettslag. «Idrett & treningssenter» består av respondenter som engasjerer seg både i organisert idrett, og i tillegg deltar på treningssenter. Den fjerde gruppen har fått betegnelsen «Ikke-deltakende». Denne gruppesammensetningen inneholder de som verken deltar aktivt i organisert idrett eller på treningssentre. Det er dermed ikke sagt at denne gruppen ikke bedriver fysisk aktivitet på fritiden eller i skolen, men aktiviteten foregår i så fall utenfor treningssentrene og organiserte idrettslag.

Tabell 5-2 Deskriptiv statistikk blant gruppevariablene mellom kjønn

Variabel	Kjønn	<i>n</i>	%
Aktiv idrettslag	Gutter	37	12
	Jenter	23	8
Aktiv treningssenter	Gutter	45	15
	Jenter	55	18
Idrett & treningssenter	Gutter	48	16
	Jenter	32	10
Ikke-deltakende	Gutter	32	10
	Jenter	34	11

Note. Total prosent kan avvike på grunn av avrundning

5.3 Studiens sammensatte mål

Tabell 5-3 presenterer resultatet fra korrelasjonsanalysen av de tre dimensjonene som sammen danner studiens sammensatte mål; kroppsilde. Analyseresultatene viser en tydelig sammenheng mellom faktorene. Korrelasjonskoeffisientene tilsier at det eksisterer en positiv samvariasjon mellom kroppstilfredshet, kroppsideal og kroppsoppfatning. Det er likevel store variasjoner for hvor godt de henger sammen. Kroppstilfredshet viser seg stå i størst sammenheng med kroppsoppfatninger. Oppfatningene av å være muskuløs korrelerer moderat med kroppstilfredshet ($r > .30$), mens blant utseende og idrettslige ferdigheter er korrelasjonen høy ($r > .50$). Sammenhengen mellom kroppstilfredshet og kroppsideal er mindre fremtredende og korrelasjonene betegnes her som svake ($r < .30$).

Tabell 5-3 Pearson korrelasjoner i studiens sammensatte mål

	1	2	3	4	5	6	7
1. Kroppstilfredshet	-	0,187*	0,207**	0,297**	0,674**	0,415**	0,533**
2. Kroppsideal - utseende		-	0,689**	0,532**	0,490*	0,482**	0,369**
3. Kroppsideal - muskuløs			-	0,573**	0,391**	0,741**	0,441**
4. Kroppsideal - idrettslige ferdigheter				-	0,370**	0,527**	0,744**
5. Kroppsoppfatning - utseende					-	0,577**	0,621**
6. Kroppsoppfatning - muskuløs						-	0,566**
7. Kroppsoppfatning - idrettslige ferdigheter							-

Note: Korrelasjoner er signifikante på .01(*) og .001(**) nivået

Korrelasjonsanalysens funn presenteres som et nyttig bakteppe for videre diskusjon av resultatene, da den viser tydelige sammenhenger mellom alle dimensjonene av studiens mål. Det er dermed grunnlag for å sammenlikne og diskutere de ulike dimensjonene av kroppsildet opp mot hverandre, og trekke generelle slutninger som kan beskrive ulike aspekter ved kroppsildet blant guttene i studien.

5.4 Kroppsideal

Kroppsideal beskrives ut i fra resultater ved tre aspekter av begrepet: viktigheten ved å være muskuløs, kroppslig utseende, og idrettslige ferdigheter. Sentrale forskjeller ved de ulike aspektene av kroppsidealet, belyses på tvers av kjønnene og gruppesammensetningene.

5.4.1 Forskjeller i kroppsideal på tvers av kjønn

I t-testen av faktorene som måler kroppsideal, ble det oppdaget en signifikant forskjell mellom kjønn for faktoren muskuløs ($p < .000$). Testen viste at guttene scoret 0.731 høyere enn jentene. Effektstørrelsen for forskjellen i gjennomsnitt var moderat (0.12). Resultatene tilsier at det er viktigere for guttene å være muskuløs sammenliknet med jentene. T-testen avdekket ingen ytterligere signifikante forskjeller i scorene for utseende og idrettslige ferdigheter mellom kjønnene. Utseende og idrettslige ferdigheter er tilsynelatende dimensjoner av kroppsidealet som kjønnene vekter tilsvarende likt.

5.4.2 Forskjeller i kroppsideal på tvers av gruppene

ANOVA-analysen blant de fire gruppesammensetningene av gutter, avdekket også flere forskjeller på signifikant nivå, for hver av de tre aspektene ved kroppsideal. Måleresultatene viste at gruppen «Ikke-deltakende», scoret signifikant lavere på viktigheten av utseende, sammenliknet med de to gruppene som erkjente å delta på treningssenter ($p < .01$) og ($p < .000$). Mellom gruppen «Aktiv idrettslag» og «Idrett & treningssenter» ble det også avdekket en forskjell på signifikant nivå ($p < .05$). Det tilsier at de guttene som deltar på treningssenteret er påfallende mer opptatt av utseende, enn de som karakteriseres som ikke-deltakende eller bare deltar i organisert idrett. Viktigheten av å være muskuløs viser seg å være en karakteristika betydelig viktigere ($p < .000$) blant gruppene som deltar på treningssenter enn de som ikke gjør det. Korrelasjonsanalysen viser en svak signifikant samvariasjon mellom gruppen «Aktiv treningssenter» og viktigheten av det å være muskuløs ($r = 0.181^*$). For gruppen «Idrett & treningssenter» er korrelasjonen moderat ($r = 0.359^{**}$). Det tilsier en positivt stigende tendens mellom deltakelse på treningssenter og viktigheten av å være muskuløs. Tilsvarende mønster forekommer blant måleresultatene for viktigheten av idrettslige ferdigheter. Sammensetningene av gutter som engasjerer seg aktivt innenfor et idrettslag og treningssenter samtidig, scorer generelt høyere på viktigheten idrettslige ferdigheter enn de ikke-deltakende ($p < .00$), og de som bare deltar på treningssenter ($p < .00$).

Gruppen «Aktiv idrettslag» scorer signifikant høyere på den samme faktoren sammenliknet med de ikke-deltakende ($p < .00$), men det er ingen nevneverdig forskjell på signifikant nivå, sett i forhold til gruppen «Aktiv treningssenter». Resultatene viser også at gruppen «Aktiv idrett» anser idrettslige ferdigheter signifikant høyere enn utseende, og det å være muskuløs ($p < .000$). Blant gruppen «Idrett og treningssenter» er idrettslige ferdigheter signifikant viktigere enn, utseende, men ikke det å være muskuløs ($p < .01$). Korrelasjonsmatrisen viser at det er moderat positiv samvariasjon i forholdet mellom gruppen «Idrett & treningssenter» og viktigheten av idrettslige ferdigheter ($r = 0.356^{**}$). For gruppen «Aktiv Idrettslag» er samvariasjon ikke signifikant, men positivt ladet ($r = 0.092$). Det tilsier at det eksisterer en svak positiv tendens mellom deltakelse i organisert idrett og viktigheten av idrettslige ferdigheter.

Tabell 5-4 Gjennomsnittscorer for gruppesammensetningene av gutter ved kroppsoppfatning, kroppsideal, og kroppstilfredshet

	Aktiv idrettslag		Aktiv treningssenter		Idrett & Treningssenter		Ikke- deltakende	
	Gj.snitt	Sd.	Gj.snitt	Sd	Gj.snitt	Sd	Gj.snitt	Sd
Kroppsoppfatninger	<i>(n=37)</i>		<i>(n=43)</i>		<i>(n=47)</i>		<i>(n=30)</i>	
Utseende	3,459	0,794	3,562	0,893	3,833	0,812	3,277	0,684
Muskuløs	2,831	0,740	3,253	1,243	3,638	0,898	2,541	0,846
Idrettslige ferdigheter	3,972	0,765	3,447	0,941	4,196	0,689	3,277	0,766
Kroppsideal	<i>(n=37)</i>		<i>(n=44)</i>		<i>(n=47)</i>		<i>(n=32)</i>	
Utseende	3,212	0,871	3,621	0,996	3,792	0,884	2,968	0,742
Muskuløs	2,952	0,809	3,759	1,030	4,026	0,831	2,796	0,862
Idrettslige ferdigheter	3,810	0,878	3,426	1,077	4,202	0,692	2,906	1,003
Kroppstilfredshet	<i>(n=37)</i>		<i>(n=43)</i>		<i>(n=46)</i>		<i>(n=31)</i>	
	3,470	0,965	3,319	1,081	3,545	0,986	3,225	0,921

Hvilken mannskropp guttene anser som ideell, finest og den de helst ønsker å se ut som, ble kartlagt gjennom spørsmålene 35, 37 og 38 i testbatteriet. En frekvensanalyse av måleresultatene, viste en fordeling sentrert rundt kroppen avbildet som nummer fire (Vedlegg 3). Frekvensfordelingen var tilnærmet lik ved alle de tre spørsmålene, på tvers av

gruppesammensetningene. Blant figur to, tre, fem og ni ble det også avdekket en liten tilslutning verdt å nevne. Felles for disse mannskroppene (nummer fem ekskludert) er at de alle er avbildninger av kropper med definert muskulatur i ulik grad.

5.5 Kroppsoppfatninger

Kroppsoppfatninger beskrives ut i fra resultater tilhørende den spesifikke selv vurdering av å være muskuløs, kroppslig utseende, og idrettslige ferdigheter. Sentrale forskjeller ved de ulike aspektene av kroppsoppfatningen, belyses på tvers av kjønnene og gruppesammensetningene.

5.5.1 Forskjeller i kroppsoppfatninger på tvers av kjønn

En T-test blant faktorene som måler kroppsoppfatninger ble gjennomført for å sammenlikne gjennomsnittscorene på tvers av kjønn (Tabell 5-4). Testen viste signifikante forskjeller i scorene for hver av de tre faktorene, alle på samme signifikansnivå ($p < .000$). Guttene scorer i gjennomsnitt 0.366 høyere på faktoren utseende. Det vil si at guttene i liten grad har en bedre oppfatning av utseende enn jentene. Effektstørrelse i forskjellen av gjennomsnitt er i dette tilfellet svak (0.05). Altså kan 5% av variansen for oppfatning av utseende forklares i kjønn. For faktoren muskuløs scorer guttene 0.797 høyere enn jentene og effektstørrelsen er høy (0.14). Resultatene tilsier at guttene oppfatter seg selv mer muskuløse enn jentene. Forskjellen blant kjønn gjenspeiler seg også i hvordan de oppfatter sine idrettslige ferdigheter. I gjennomsnitt scorer guttene 0.448 høyere på faktoren enn jentene og effektstørrelsen er moderat (0.06).

5.5.2 Forskjeller i kroppsoppfatninger på tvers av gruppene

ANOVA-analysen for de tre faktorene som måler kroppsoppfatninger, avdekket flere forskjeller blant gruppesammensetningene av gutter, signifikant på ulike nivåer. Det var likevel en hake ved analysen. Levenes' testen avdekket en signifikant verdi under anbefalt grense ($p > .05$) for faktoren «utseende». Det innebar et brudd på antakelsen om homogenitet i variansen. Dette ble løst ved å anvende en ikke-parametrisk KW-test istedenfor. KW-testen indikerte at gruppen «Idrett & treningssenter» scoret statistisk signifikant høyere på oppfatningen av utseende enn gruppen «Ikke-deltakende» ($p < .05$). Det var ingen ytterligere signifikante forskjeller på tvers av de tre andre gruppene. Den samme gruppen – «Idrett & treningssenter», viste også en signifikant høyere oppfatning av seg selv som muskuløs,

sammenliknet med de to gruppene som ikke deltok på treningssenter ($p < .001$). Guttene som bare deltar på treningssenter og deres selvvurdering av å være muskuløs, er bare signifikant høyere sammenliknet med de ikke-deltakende ($p < .05$). Gjennomsnittsplottet indikerte en positiv tendens mellom deltakelse på treningssenter og selvvurdering av å være muskuløs. Korrelasjonsanalysen bekreftet en veldig svak, samt en moderat positiv tendens mellom faktoren og gruppene «Aktiv treningssenter» og «Idrett & treningssenter» ($r = 0.071$, $r = 0.318^{**}$). Det tilsier at det er en svak positiv tendens mellom deltakelse på treningssenter og selvvurderingen av å være muskuløs. En reell forskjell mellom selvvurderingen og viktigheten av å være muskuløs, ble også oppdaget blant de to samme gruppene, på signifikant nivå ($p < .05$). Ingen forskjell innad blant guttene som står utenfor sentrene ble avdekket på dette området. Det tilsier at gjennomsnittscoren for selvvurderingen og viktigheten av å være muskuløs samsvarer. Det ble også oppdaget en signifikant forskjell mellom de fire gruppene blant idrettslige ferdigheter. Scorene viste at de to gruppene som deltok aktivt i idrettslag, oppfattet sine idrettslige ferdigheter signifikant høyere enn de som ikke engasjerte seg i idrettslag (Tabell 5-4). Gjennomgående viser måletallene fra ANOVA-analysen at det er guttene som både deltar aktivt i idrettslag og treningssenter samtidig, som scorer høyest blant de tre aspektene ved kroppsoppfatninger. Det kommer også frem at gruppen karakterisert som ikke-deltakende scorer generelt lavest på dette området.

5.6 Kroppstilfredshet

Kroppstilfredshet beskrives ut i fra resultater av målingen for generell tilfredshet med egen kropp. Sentrale forskjeller ved kroppstilfredshet, belyses på tvers av kjønnene og gruppesammensetningene.

5.6.1 Forskjeller i kroppstilfredshet på tvers av kjønn

Tabell 5-4 illustrerer frekvensfordelingen av gjennomsnittsscorer blant kjønnene for kroppstilfredshet. Det skilles mellom negativ og positiv kroppstilfredshet. «Negativ» brukes for å betegne respondentene med gjennomsnittscore lavere enn den nøytrale scoren 3.00. Betegnelsen omfatter ulik grad av generell kroppsmissnøye (Vedlegg 8). «Positiv» er en betegnelse som omhandler respondentene med gjennomsnittsscorer fra og med 3.00 og høyere. Betegnelsen «positiv» omfatter ulik grad av generell kroppstilfredshet. «Genuin missnøye» betegner de med gjennomsnittscore fra og med 2.00 og lavere. Resultatene

presentert i tabellen tilsier at 26.8 prosent av det totale antallet gutter er i noen grad uenig i påstanden om at de er tilfreds med egen kropp (Tabell 5-5). Ytterligere 39.6 prosent av det samlede antall jenter oppgir tilsvarende. 14 % prosent av guttene oppgir at de opplever genuin kroppsmisnøye, og 18.8 % av jentene oppgir det samme. Genuin misnøye tilsier at de er nokså til svært uenig i påstanden om generell kroppstilfredshet.

Tabell 5-5 Deskriptiv statistikk blant kjønn for kroppstilfredshet

	Gutter (n=157)		Jenter (n=144)	
	Antall (n)	Kumulativ prosent	Antall (n)	Kumulativ prosent
Positiv	115	73,2	87	60,4
Negativ	42	26,8	57	39,6
Genuin misnøye	23	14,6	27	18,8

I t-testen av kroppstilfredshet vises en signifikant forskjell mellom kjønnene ($p < .01$). Gjennomsnittscorene blant guttene er .385 høyere enn jentene. Effektstørrelsen fremstår som liten (.03) og tilsier at 3% av variansen for faktoren kroppstilfredshet kan forklares i kjønn. Måleresultatene tilsier at guttene generelt sett, i noen grad er mer tilfreds med sin kropp enn jentene.

5.6.2 Forskjeller i kroppstilfredshet på tvers av gruppene

ANOVA-analysen av kroppstilfredshet blant de fire gruppesammensetningene, avdekket ingen signifikant forskjell mellom gjennomsnittsscorene. Gjennomsnittsplottet antydte derimot at guttene som er aktivt medlem av idrettslag, uavhengig av om det trener på treningssenter i tillegg, scorer noe høyere på kroppstilfredshet. For å undersøke om det var samsvar mellom hvilken kropp guttene ønsker å ha og kroppen de opplever å ha, ble det anvendt en korrelasjonsanalyse. Variablene som dannet utgangspunkt for analysen er representert ved spørsmål 30. og 31 i testbatteriet (Vedlegg 3). Det må tas i betraktning når en tolker resultatene at variablene primært måler kroppsstørrelse, og er ikke direkte sammenliknbart med kroppsform eller sammensetning. Korrelasjonsanalysen avdekket en moderat positiv korrelasjon mellom de to variablene. PM-koeffisienten viste en verdi på 0.453, statistisk signifikant på nivået, ($p < .01$). Det tilsier at det finnes en samvariasjon mellom de to variablene. En t-test avdekket ytterligere en statistisk signifikant forskjell i

gjennomsnittscore mellom den kroppen de ønsker å ha og den kroppen de opplever å ha. Effektstørrelsen fremstår som svak med verdi på 0.02. Resultatet vitner om at det ikke er direkte samsvar mellom kroppen de ønsker å ha og den kroppen de opplever å ha, og det er en tendens til at guttene generelt ønsker seg en litt større kropp enn den de besitter. "

5.7 Motiv for deltakelse

Motiv for deltakelse beskrives av resultater ved målinger fra tre sentrale motiver. Resultatene for motivene fremlegges både blant de som deltar i organisert idrett, og de som deltar på treningssenter. Sentrale forskjeller blant motivene, belyses på tvers av gruppene som deltar i aktiviteten.

5.7.1 Motiv av størst betydning for deltakelse i organisert idrett

En t-test ble anvendt for å undersøke om det var statistisk signifikant forskjell mellom gruppen «Aktiv idrettslag», «Idrett & treningssenter» og deres motiver for deltakelse. T-testen bekreftet at det var en signifikant forskjell mellom de to gruppene og deltakelse for å forme kroppen ($p < 000$). Innad blant gruppene viser analysen at trivsel er et signifikant ($p < .00$) større motiv for idrettsdeltakelse sammenliknet med motivene «forme kroppen» og «hensyn til kroppsvekt» blant begge gruppene (Tabell 5-6). Resultatene tilsier at begge gruppene i hovedsak engasjerer seg i organisert idrett på grunn av trivsel. Gruppen som driver både idrett og treningssenter vekter også det å forme kroppen som et tilnærmet like viktig motiv for idrettsdeltakelse.

Tabell 5-6 Deskriptiv statistikk av guttene blant faktorene i skala 1 «Motiv for idrettsdeltakelse».

	Aktiv idrett (n = 37)		Idrett & Treningssenter(n = 48)	
	Gj.snitt	Sd.	Gj.snitt	Sd.
Forme kroppen	3,210	0,741	4,007	0,822
Trivsel	4,281	0,379	4,386	0,475
Hensyn til kroppsvekt	2,369	0,948	2,673	1,278

5.7.2 Motiv av størst betydning for deltakelse på treningssenter

En t-test viste en nesten-signifikant ($p < .055$) forskjell mellom gruppen «Aktiv treningssenter», «Idrett og treningssenter» og deres motiver for deltakelse på ett område – trivsel. Ingen ytterligere motiver viste noen tendenser til signifikans. En sammenlikning av gjennomsnittsscorene innad blant hver gruppe, viste at trivsel også var motivet av størst betydning for deltakelse på treningssenter på tvers av gruppene. Deltakelse for å forme kroppen var også et motiv som scoret høyt hos begge. Det tilsier at gruppene i hovedsak deltar på treningssenter på bakgrunn av trivsel og et ønske om å forme kroppen. Blant guttene som både engasjerer seg i organisert idrett og deltar på treningssenter, er også kroppsvekt et motiv som scorer høyt, tilsvarende gjennomsnittscoren som beskriver motivet for å forme kroppen. Det samme tilfellet er ikke gjennomgående blant gruppen som kun deltar på treningssenter. En t-test viser svak signifikant forskjell ($p < .05$) mellom faktoren «trivsel» og «hensyn til kroppsvekt», med tilhørende effektstørrelse på (0.051).

Tabell 5-7 Deskriptiv statistikk av guttene blant faktorene i skala 2 «Motiv for deltakelse på treningssenter».

	Aktiv treningssenter ($n=45$)		Idrett & Treningssenter ($n=48$)	
	Gj.snitt	Sd.	Gj.snitt	Sd.
Forme kroppen	3,948	0,948	4,084	0,769
Trivsel	3,772	0,754	4,208	0,738
Hensyn til kroppsvekt	2,648	1,025	4,130	0,740

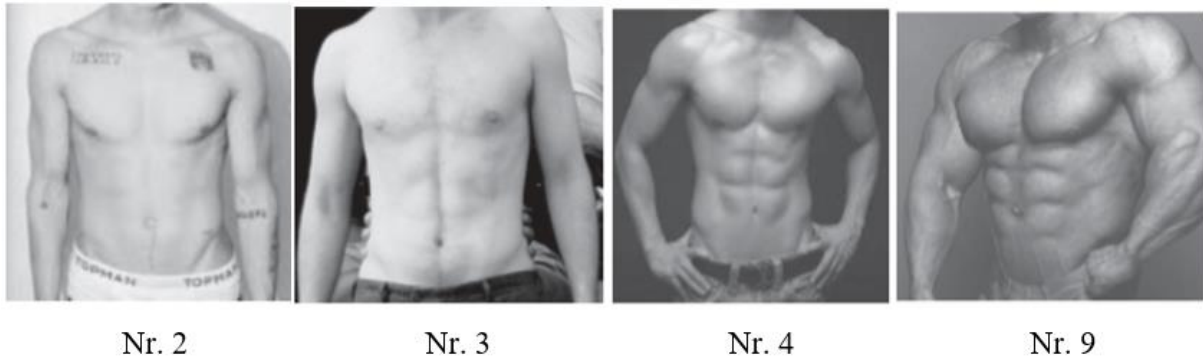
6.0 Diskusjon

I dette kapittelet drøftes funnene i lys av studiens teoretiske rammeverk og sammenliknes med tidligere forskning. Videre sammenfattes studiens funn, i forsøk på å besvare problemstillingen gjennom en oppsummerende diskusjon.

6.1 Kroppsideal

Kroppsidealet blant det mannlige kjønn har holdt seg relativt stabilt gjennom tiden, men har vist seg å variere noe på tvers av kulturer. Skillene mellom nåtidens kroppsideal ser ut til å jevnet seg ut, og et tilnærmet universelt ideal har etablert seg (Bjørnebekk, 2015; Markula & Pringle, 2006). I vår vestlige kultur er muskuløs, velproporsjonert og atletisk, fysiske karakteristika som best beskriver det fremtredende idealet. Denne beskrivelsen ser også ut til å ha internalisert seg blant guttene i studien. Det er en generell enighet om hvilken mannskropp guttene anser som idealkroppen. Enten de deltar på treningssenter, i organiser idrett, eller gjør ingen av delene, viser resultatene for studien en klar oppslutning rundt mannskroppen avbildet som nummer fire (*Figur 6-1*). En muskuløs, velproporsjonal og atletisk kroppsfasong, som stemmer godt overens med det veletablerte idealet som tildeles positiv verdi innenfor den populærkulturen de er en del av (Engelsrud, 2006). Blant de tre andre kroppstypene som også har fått en betydelig tilslutning fra guttene, er proporsjonalitet og muskeldefinisjon gjennomgående trekk ved kroppenes utseende. I et samfunn der den tradisjonelle maskuliniteten sies å ha bleknet, har muskler fått en økende betydning som sosial verdi. Formen på muskulaturen har i seg selv blitt et statussymbol som tydelig anerkjennes og tillegges positiv verdi også blant guttene i studien. Det argumenteres for at de kulturelle idealene for den mannlige kroppen med tiden har blitt stadig mer muskuløse (Grogan & Richards, 2002). Funnene ved denne studien er ikke tilstrekkelig for å si noe om utvikling over tid, men det er tydelig at et muskulært utseende henger høyt i beskrivelsen av hvilken kropp de anser som ideell, finest – og den de ønsker ha selv.

Figur 6-1 Avbildning av idealkropper



Det er viktig å være bevisst at bildene kun er representasjoner av et kroppslig utseende guttene ønsker å tilnærme seg. For noen kan dette bare være et glorifisert uoppnåelige bilde. For andre kan det være at disse kroppsidealene inkorporeres i oppfatningen av egen kropp og utseende (Wichstrøm & Kvaalem, 2007). Dette drøftes ytterligere ut i fra de sentrale funnene om viktigheten av utseende, idrettslig ferdigheter og det å være muskuløs.

6.1.1 Viktigheten av utseende

Ansiktets attraktivitet er et viktig aspekt ved hvordan guttene oppfatter og vurderer sitt utseende. Kroppens utseende er også et viktig aspekt som har stor betydning for faktoren. Blant gutter er det overkroppens utseende som betyr mest, nærmere beskrevet mageregionen, biceps, skuldre og brystpartiet (Grogan & Richards, 2002; Wichstrøm & Kvaalem, 2007). Generelt fremkommer det at utseende er en betydelig faktor blant guttene i studien. Det tilsier at ansiktets attraktivitet og kroppslig utseende er en viktig faktor, uavhengig av hvilken type fysisk aktivitet de bedriver på fritiden. Guttene som karakteriseres som ikke-deltakende eller kun deltar i organisert idrett, oppgir imidlertid at de er mindre opptatt av utseende enn guttene som deltar på treningssentrene. Det er ingen signifikante forskjeller i viktigheten av utseende blant de som kun deltar i organisert idrett og de som bare deltar på treningssenter. Forskjellen er derimot betydelig når de sammenliknes med dem som både deltar i idrett og på treningssentrene. Det tilsier at de aktive guttene er påfallende mer opptatt av utseende enn de som karakteriseres som ikke-deltakende. Dette kan sammenliknes med funn fra Norsk Monitor (2016). Der er det et gjennomgående trekk at unge i videregående alder, i større grad har et motiv for å drive fysisk aktivitet av hensyn til blant annet utseende som en av de sentrale faktorene (Dalen & Holbæk-Hanssen, 2016). Viktigheten av utseende ser også ut å til å øke i takt med aktivitet, da særlig blant de som engasjerer seg i aktiviteten som foregår på

treningssentrene. Denne tendensen kan forklares på bakgrunn av de kropps- og skjønnhetsidealene som dyrkes og formidles på treningssentrene, og gjennom fitnessindustrien de er en del av (Featherstone, 2000). Det er til treningssentrene mange drar for å endre og modifisere kroppens utseende i forsøk på å realisere ideal. Dermed er det også naturlig at guttene som tilhører treningssentrene er mer opptatt av å se bra ut – enn de som står utenfor sentrene.

6.1.2 Viktigheten av å være muskuløs

De samme tendensene ser ut til å være rådende blant gruppene når det gjelder viktigheten av å være muskuløs. Guttene som deltar på treningssentrene er mer opptatt av å være muskuløs enn hva som fremkommer blant guttene som ikke assosieres med sentrene. Styrketrening er en av de mest populære aktivitetene blant gutter på treningssentrene, en kroppsmodifiserende teknikk som blant mange benyttes for å for å nærme seg et muskuløst ideal (Grogan, 2017). Innenfor en kontekst der aktiviteten sentrerer seg rundt et homogent fokus på økt muskelmasse og muskelstyrke, er det også naturlig at det å være muskuløs vurderes viktigere. Det samme gjelder ikke nødvendigvis innenfor kontekster der målet med aktiviteten er et helt annet, noe som gjenspeiles i resultatene blant de andre guttene studien. De som bare deltar aktivt i idrettslag, verdsetter nemlig viktigheten av å være muskuløs, signifikant lavere enn gruppene tilhørende treningssentrene. Den samme tilfellet går igjen blant guttene som karakteriseres som ikke-deltakende. Smolak et al. (2005) argumenterer for at gutter i tenårene opplever et økende press om å møte de tradisjonelle mannlige idealene, inkludert det å bli stor og sterk. Deres preferanser om en muskuløs kropp oppstår som regel rundt denne perioden (Smolak et al., 2005). Den foreliggende studien antyder at slike preferanser også er fremtredende blant dette utvalget av gutter, men at preferansene for en muskuløs kropp i betydelig større grad forekommer blant guttene som deltar på treningssentrene.

6.1.3 Viktigheten av idrettslige ferdigheter

Hittil har aspekter ved kroppsidealet og verdien av ulike kroppslige karakteristika, blitt drøftet på tvers av gruppesammensetningene. Kroppsidealet assosieres oftest med utseende, men det er nødvendigvis ikke det viktigste aspektet ved kroppen for alle. Noen tillegger heller kroppslige ferdigheter størst verdi. Dette fokuset viser seg særlig fremtredende blant guttene i studien som bare deltar aktivt i organisert idrett. Blant disse guttene er idrettslige ferdigheter det de tillegger størst verdi. Slik Bjørnebekk (2015) så fint fremstiller det, verdsetter de

aspekter ved kroppen på bakgrunn av dens funksjon, i større grad enn dens utseende. Det tilsier at de har et mer funksjonelt forhold til kroppen, og dette kan gjøre dem mindre mottakelige for utseendekulturens formidling av kroppsidealer (Bjørnebekk, 2015). Guttene som deltar både i organisert idrett og på treningssenter, verdsetter også idrettslige ferdigheter høyere enn utseende og det å være muskuløse. Blant de to gruppene som ikke assosieres med idrettsdeltakelse, vurderes viktigheten av idrettslige ferdigheter betraktelig lavere, men er også til dels relevant blant dem. Idrettslige ferdigheter har lenge vært et karaktertrekk i norsk kultur som tillegges positiv verdi. Denne oppfatningen er nok også utbredt i vennegjengen, så vel som i kroppsøvingundervisningen. Kanskje kan dette underbygge noe av årsaken til at ferdigheten vektet relevant, også blant gruppene som ikke deltar i organisert idrett.

6.1.4 Kroppsideal og kjønnsforskjeller

Det eksisterer en felles enighet om at gutter i mindre grad også opplever et press om å tilnærme seg populærkulturens rådende kroppsideal, sammenliknet med det motsatte kjønn. Det er derimot ikke sagt at gutter ikke opplever en påvirkning og et økende press mot å møte det mannlige idealet som dyrkes (Holmqvist, 2013). Resultater fra studien viser at i likhet med jenter på sin egen alder, har guttene også et ønske om å se ut på en bestemt måte som gjenspeiler populærkulturens fremstillingen av idealkroppen. Funn gjort i forbindelse med kroppsideal på tvers av kjønn, viser at aspekter ved kroppens utseende og funksjon, vektet tilnærmet likt for begge kjønn. Naturlig nok vektet det å være muskuløs betydelig høyere blant guttene enn jentene. Dette kan begrunnes i biologiske forskjeller blant kjønnene, så vel som på bakgrunn av det fremtredende mannsidealet i vår tid, slik Markula og Pringle (2006) beskriver det.

6.2 Kroppsoppfatning

Når selvoppfatningen omtales i en fysisk kontekst som denne, er det vanlig å benytte betegnelsen fysisk selvvurdering, slik Skaalvik, E. M presiserer det i studiens teoretiske ramme (Sigmundsson & Ingebrigtsen, 2006). Begrepet benyttes derfor synonymt i beskrivelsen av kroppsoppfatninger. Dette gir et mer spesifikt bilde av de ulike aspektene som inngår i subjektets perseptuelle oppfatning av egen kropp. Det er vanlig å avgrense selvvurderingen til de bevisste oppfatningene en person har av seg selv. Individets subjektive beskrivelse av seg selv, anses som den mest sanne inngangen til hvordan vi oppfatter og

vurderer ulike aspekter ved oss selv og kroppen vår (Duesund, 1995). Innenfor den fysiske selvvurderingen er det normalt å skille mellom sub-områder som utseende, fysiske evner og idrettslige ferdigheter (Skaalvik & Skaalvik, 2013). Nedenfor drøftes disse tre sub-områdene på tvers av gruppesammensetningene.

6.2.1 Selvvurdering av utseende

Resultatene som beskriver gruppenes selvvurderingen av utseende, antyder at gutter som engasjerer seg både innenfor idretten og på treningssentre, også har den høyeste selvvurderingen av utseende. På bakgrunn av dette er det nærliggende å tenke at denne guttegruppen også har den mest positive oppfatning av eget utseende blant gruppene. Individets subjektive beskrivelse av utseende er likevel ikke tilstrekkelig for å si noe om oppfatningen er positivt eller negativ. Positive eller negative erfaringer blir ofte dannet ut ifra forholdet mellom et reelt og ideelt selv (Duesund, 1995). Slik det fremkommer i selvvurderingsteori, blir opplevelsen av den fysiske selvvurdering positiv dersom den samsvarer med forventningene personen har til seg selv. Hvis avstanden det reelle og ideelle er stor, kan det få negative følger for oppfatningen (Skaalvik & Skaalvik, 2013). Selvvurderingen av utseende og hvor viktig guttene vurderer dette aspektet ved kropp generelt, kan på denne måten indikere avstanden mellom det reelle (selvvurdering) og det ideelle (viktigheten). Det gir oss en bedre forståelse for om oppfatningen er positiv eller negativ. Som tidligere beskrevet hadde gutter som engasjerer seg både innenfor idretten og på treningssenter, den høyeste selvvurderingen av utseende. Hadde tilfellet vært at den samme gruppen scoret betraktelig høyere på viktigheten av utseende, kunne det vært diskutert hvorvidt kroppoppfatningen i noen grad kunne betraktes som positiv, avhengig av differansen mellom de to. Dette var likevel ikke tilfellet, da gjennomsnittscoren var tilnærmet lik for selvvurderingen og viktigheten av utseende. Det forteller oss at det er samsvar mellom det reelle og ideelle utseende, og det er grunn til å anta at guttene i gruppen, generelt sett har positive oppfatninger av tilknyttet sitt utseende.

6.2.2 Selvvurdering av å være muskuløs

Det eksisterer en oppfatning i forskning om at gutter med lav fysisk styrke, også har dårligere selvvurdering (Duesund, 1995). Resultatene i denne studien viser at guttene som inngår i en kontekst der den fysiske aktiviteten, sentrerer seg rundt et homogent fokus på økt muskelmasse og muskelstyrke, også vurderer seg selv som mer muskuløs. Dette er på

bakgrunn av en sammenlikning med guttene som står utenfor denne konteksten. Skulle man betrakte dette i lys av Duesund (1995), ville det vært nærliggende å anta guttene som deltar på treningssenter har en mer positiv fysisk selvoppfatning, nettopp fordi de deltar i en kontekst der en av de mest praktiserte aktivitetene er kroppsmodifiserende teknikker for å forbedre fysisk styrke. Vi skal likevel være forsiktig med å generalisere fra noe så spesifikt som selvvurderingen av å være muskuløs – til noe så generelt som fysiske selvoppfatning (Sigmundsson & Ingebrigtsen, 2006). Dette resultatet indikere bare hvor høyt guttene vurderer seg selv som muskuløse, men lite om hvorvidt de oppfatter seg muskuløse nok til å si seg fornøyd. Guttene som deltar på treningssenter har nemlig også inkorporert et nokså muskuløst ideal, tolket ut i fra gjennomsnittscoren for viktigheten av å være muskuløs. Resultatene viser en reell forskjell mellom scorene for viktigheten, satt opp mot selvvurdering av å være muskuløs. På bakgrunn av dette kan vi tolke det som at guttene som trener på treningssenter, ønsker seg en mer muskuløs kropp enn den de besitter. Dette gjenspeiler seg i tidligere forskning gjort av, som dokumenterer at et internalisert kroppsideal har vist seg å korrelere med bruke av muskelbyggende teknikker blant gutter i tenårene (Smolak et al., 2005).

Som vi var inne på tidligere kan avstanden mellom det reelle og ideelle predikere negative følger for personens fysiske selvoppfatning. Men så lenge selvvurderingen i utgangspunktet er positiv, vil det være nærliggende å anta at ønsket om en mer muskuløs kropp, ikke nødvendigvis bør ha noen stor negativ innvirkning på selvoppfatningen. Blant guttene som kun deltar aktivt i organisert idrett og de som karakteriseres som ikke-deltakende, er differansen mellom selvvurderingen og viktigheten ubetydelig. Selv om de to gruppene scorer signifikant lavere enn guttene som forbindes med treningssentrene, samsvarer gjennomsnittscorene mellom viktigheten og selvvurderingen av å være muskuløs. Med utgangspunkt i disse resultatene, kan vi anta at guttene som holder seg utenfor treningssentrene, generelt oppfatter seg muskuløse nok til å si seg fornøyd ved dette aspektet av kroppen.

6.2.3 Selvvurdering av idrettslige ferdigheter

Gruppen gutter som engasjerer seg aktivt i organisert idrettslag, viser en høyere selvvurdering av idrettslige ferdigheter sammenliknet med gruppen som karakteriseres som ikke-deltakende. Den samme tendensen viser seg å være gjeldene mellom de idrettsdeltakende gruppene og

guttene som kun ferdes på treningssenter. Differansen mellom selvvurderingen og viktigheten av idrettslige ferdigheter, ser også ut til å samsvare blant gruppen. Faktisk er gjennomsnittscorene for selvvurderingen av idrettslige ferdigheter høyere enn hvor viktig de anser idrettslige ferdigheter for å være. Dermed er det også nærliggende å anta at dette aspektet har en positiv effekt på den fysiske selvpoppfatningen. Det er gjennomført forskning som viser en dokumentert positiv effekt blant selvpoppfatningen til personer som er i fysisk aktivitet, satt opp mot inaktive (Duesund, 1995). De samme resultatene viser seg gjeldene blant personer med god fysisk form, som også scorer mer positivt ved måling av selvpoppfatning (Duesund, 1995). Selv om det ikke er direkte sammenliknbart, kan resultatene fra denne studien også tolkes på tilnærmet samme måte. Idrettsrettet aktivitet ser altså ut til å kunne gjøre positive utslag på selvvurderingen av idrettslige ferdigheter, som igjen kan virke positivt på den fysiske selvpoppfatningen. Denne antakelsen baserer seg på et forbehold om at det er samsvar mellom selvvurderingen og viktigheten. Blant guttene som deltar aktivt på treningssentrene, ser det derimot ikke ut til at aktiviteten gjør like positive utslag på den fysiske selvpoppfatningen, i den forstand at selvvurderingen ikke samsvarer med viktigheten av det. På lik linje som at aktiviteten i idrett hovedsakelig skal bidra til å forbedre de idrettslige ferdighetene mot et «ferdighetsideal», skal aktiviteten på treningssentrene oftest forbedre de fysiske evnene mot et kroppsideal. Med forbehold om at hovedaktiviteten er styrketrening, innebærer det å forbedre styrke og øke muskelmasse. Det viser seg at dette isolert har en positiv innvirkning på selvvurderingen av det å være muskuløs, men det kan også virke som at aktiviteten bidrar til å øke oppfatning av viktigheten ved å være muskuløs. Dermed kan det virke som om aktiviteten som foregår på treningssentrene, heller bidrar til å opprettholde differansen mellom selvvurderingen og viktigheten av å være muskuløs, enn å jevne ut forskjellen og skape positiv innvirkning på den fysiske selvpoppfatningen. Skaalvik og Skaalvik (2013) presiserer at dersom avstanden blir for stor kan det også virke negativt på den fysiske selvpoppfatningen. Fysisk aktivitet er ifølge Duesund (1995) en faktor som kan påvirke selvpoppfatningen i positiv så vel som negativ retning. Forskjellene mellom de idrettsaktive og de som deltar på treningssentrene kan tolkes som at type aktivitet, er en faktor som kan være utslagsgivende for hvor vidt den fysiske aktiviteten har en positiv effekt på den fysiske selvpoppfatningen. Når vi går tilbake til den opprinnelige sammenlikningen av idrettslige ferdigheter, er det felles for alle gruppene at deres vurdering idrettslige ferdigheter og dens viktighet samsvarer. Dermed er det ingen betydelig forskjell mellom hvor viktig det er å besitte idrettslige ferdigheter og hvordan de faktisk oppfatter og vurderer seg selv på det

området. Det tilsier at idrettslige ferdigheter i så fall har en positiv effekt blant guttenes fysiske selvoppfatning, heller enn negativ.

6.2.4 Kroppsoppfatning og kjønnsforskjeller

Også mellom kjønnene er det små forskjeller for hvordan de vurderer de ulike aspektene ved kroppens egenskaper. Guttene scorer i gjennomsnitt litt høyere enn jentene i forhold til hvordan de vurderer eget utseende. NOVA-undersøkelsen underbygger også dette med funn som viser at guttene uttrykker mindre negative kroppsoppfatninger enn jentene (Bjørnebekk, 2015). Guttene vurderer seg selv også høyere når det gjelder idrettslige ferdigheter og det å være muskuløs, sammenliknet med jentene. Forskjellen kan også i dette tilfellet forklares som en naturlig biologisk konsekvens. Gutter – særlig menn, er av natur ofte mer muskuløse enn jenter på generell basis. De er besitter også i mange tilfeller biologiske forutsetninger som gjør kroppene deres bedre egnet for å utvikle idrettslige ferdigheter som forutsetter fysisk kapasitet.

6.3 Kroppstilfredshet

Kroppstilfredshet betraktes ofte i positiv og negativ forstand. Først når kroppstilfredsheten heller i negativ retning er det nærliggende å anta at det vil oppstå bekymringer og misnøye rundt kroppen. Den fysiske selvoppfatningen kan, hvis negativ, gjøre at man blir generelt misfornøyd med seg selv. Og generell misnøye med seg selv kan igjen føre til at man opplever kroppsmisnøye. I forskning på kroppstilfredshet har det fremkommet et mønster som viser at gutter i størst grad opplever misnøye når de oppfatter seg selv som undervektig eller underutviklet. I dette ligger det at kroppsform, muskelmasse og muskeldefinisjon er en vanlig årsak til misnøye med egen kropp (Grogan & Richards, 2002; Wichstrøm & Kvaalem, 2007). Grad av kroppstilfredshet og eventuelle tegn på kroppsmisnøye drøftes heretter fortløpende på bakgrunn av de to mest vanlige årsaken til misnøye, kroppsstørrelse og kroppslig utseende.

6.3.1 Kroppslig utseende

Hittil har det blitt diskutert hvilken verdi som tillegges de ulike aspektene ved guttenes kroppsidealer, hvordan guttene vurderer sin egen kropp ut i fra disse egenskapene, og hvor vidt det samsvarer eller avviker signifikant. Det har blitt argumenter for at guttene som deltar i organisert idrettslag, også ser ut til å besitte en litt mer positiv selvoppfatning innenfor en

fysisk kontekst enn de to andre gruppene. Dette har tidligere bare blitt drøftet som en antakelse basert på en sammenlikning mellom studiens resultatene og relevant teori. Direktemålingen gjort på generell kroppstilfredshet underbygger ikke denne antakelsen. Gjennomsnittscorene viser antydninger til en positiv tendens mellom kroppstilfredshet og idrettsdeltakelse, men det finnes ingen signifikante forskjeller. Man bør være forsiktig med å trekke slutninger på bakgrunn av resultater som ikke anses som signifikante. Det må derfor konkluderes med at guttene – på tvers av gruppesammensetningene – er tilnærmet like fornøyd med kroppslig utseende. Et aspekt ved guttenes kroppstilfredshet som er mer interessant å diskutere – er hvor mange som oppgir at de i noen grad er uenig i påstanden om at de er tilfreds med kroppslig utseende. Sett fra et annet perspektiv, opplyser over en fjerdedel av guttene i den foreliggende studien om at de i noen grad opplever misnøye relatert til kroppen sin. Ytterligere halvparten av disse guttene oppgir at de er nokså til svært uenig i påstanden om at de er tilfreds med kroppen sin. Altså kan vi på bakgrunn av funnene i denne oppgaven konkludere med at cirka 14 prosent av det totale antallet gutter, opplever en genuin kroppsmisnøye.

6.3.2 Kroppsstørrelse

Kroppslig utseende spiller en sentral rolle for hvorvidt individet opplever kroppstilfredshet eller misnøye (Grogan & Richards, 2002). En annen sentral faktor er kroppsvekt. Det er en allment kjent at overvekt er en utbredt årsak til at folk opplever kroppsmisnøye. Det kan spores tilbake til idealiseringen av kroppen – som ikke bare virker regulerende for hvordan kroppen skal se ut, men gir også klare retningslinjer for hva som ikke er akseptert. Overvekt står i motsetning til den trente, veldefinerte og slanke kroppen, og assosieres med manglende kontroll over egen kropp (Grogan & Richards, 2002). Ettersom en betydelig andel av guttene i studien opplyser om misnøye med egen kropp, kan det være naturlig å tenke seg at overvekt også kan være en sentral årsak bak denne oppfatningen. Det er mulig denne forklaringen passer for enkelte, men det finnes sentrale funn i studien som viser det motsatte. Guttene oppgir nemlig på generell basis at de ønsker å ha en kropp litt større enn den de allerede besitter. Forskjellen er liten, men signifikant. Dette underbygger et mønster som går igjen i nyere forskning, der undervekt og det å være underutviklet i form av muskelmasse, er blant de faktorene som skaper størst kroppsmisnøye blant gutter (Grogan & Richards, 2002; Wichstrøm & Kvalem, 2007).

6.3.3 Kroppstilfredshet og kjønnsforskjeller

Kroppsmisnøye er en problematikk som tidligere har vært forbeholdt jenter (Bjørnebekk, 2015). Selv om det fortsatt er mer utbredt med kroppsmisnøye for jenter enn for gutter, viser sentral funn i studien at det er en problematikk som berører i stor grad på tvers av kjønne. Over en fjerdedel av guttene er i noen grad uenige i påstanden om at de er tilfreds med egen kropp. At ytterligere førti prosent av jentene oppgir det samme er på ingen måte overraskende, men dette er store tall for begge kjønn. Det skal tilføyes at selv om en stor andel av begge kjønn oppgir misnøye i noen grad med egen kropp, behøver ikke dette å bety at de er generelt misfornøyde med alle aspektene ved kroppen sin.

6.4 Motiv for fysisk aktivitet i ulike kontekster

Det ble diskutert i avsnittet om selvvurdering av idrettslige ferdigheter, at type aktivitet kan være utslagsgivende for hvorvidt den fysiske aktiviteten har en positiv effekt på den fysiske selvoppfatningen. Felles for forskningen på selvoppfatning er en enighet om at selvoppfatningen er en av de mest signifikante styringsfaktorene for vår atferd. Det tilsier at ulik atferd i en fysisk kontekst kan forbindes med forsøk på forbedring av den fysiske selvoppfatningen (Duesund, 1995). På denne måten kan en kartlegging av guttenes motiv for den aktiviteten de engasjerer seg i, predikere nyttig informasjon om deres selvoppfatning i en fysisk kontekst.

6.4.1. Motiv for deltakelse i organisert idrett

Adferd for å endre og forme det kroppslige utseende blir stadig mer utbredt, og er særlig en atferd utbredt i dem som oppsøker treningssentre. Det er likevel ikke utenkelig at denne typen atferd også er å finne blant de som engasjerer seg i sports- og idrettsdisipliner. Også i idrett er det noen som deltar med den ene hensikt å forbedre eller endre kroppslig utseende (Markula & Pringle, 2006). Blant guttene som kun deltar i organisert idrett, er det en viss enighet at å forme kroppens utseende – er et motiv av svak betydning for at de velger å engasjeres seg i den fysiske aktiviteten som der foregår. Dette tolkes som at idealisering av kropp også er fremtredende innenfor idrettens verden, skjønt ulike kropper tillegges ulik verdi i de ulike idrettsgrenene. Det som primært skiller kroppsidealiseringen i idretten fra idealiseringen ved treningssentrene, når styrketrening og kroppsbygging er hovedaktiviteten, er at idealet de ønsker å nærme seg ikke nødvendigvis legger retningslinjer for kroppslig utseende, men

kroppslig funksjon. Mer spesifikt hva slags kroppslige egenskaper man bør besitte for å være i stand til å prestere godt i den idretten man deltar i. Det er likevel viktig å presisere at det motivet som beskriver idrettsdeltakerne best, blant de som driver idrett som eneste aktivitet, er trivsel. Dette er langt viktigere enn motivet om å forme kroppen. Guttene i studien som både engasjerer seg i idrett og på treningssenter, er betydelig mer opptatt av å delta i organisert idrett for å forme kroppen. Selv om trivsel også er den mest signifikante styringsfaktoren for at også de driver idrett, opplyser de at det å forme kroppen er et nokså viktig aspekt ved deltakelsen. Norsk monitor (2016) viser i sitt seneste kartleggingsstudie – at når det gjelder motiv for å drive fysisk aktivitet, er bedring av selvtillit, utseende og det å holde vekten nede, de viktigste motiverende årsakene (Dalen & Holbæk-Hanssen, 2016). Vi har allerede diskutert utseende og den fysiske selvoppfatningen – som i positiv forstand – kan betraktes synonymt med selvtillit i en fysisk kontekst. Det å holde vekten nede er derimot et motiv for å drive fysisk aktivitet, som får dårlig oppslutning innenfor den organiserte idretten. Dette kan sees på en naturlig konsekvens av – at de som deltar i organisert idrett i slutten av tenårene – har vært fysiske aktive over lang tid, da rekrutteringen til idrett ofte skjer i barndomsårene. Overvekt er oftest en problematikk tilknyttet inaktivitet, noe som ikke er tilfellet blant de idrettsaktive gruppene. Derfor er heller ikke det å holde vekten nede et motiv for å drive idrett.

6.4.2. Motiv for deltakelse på treningssenter

Deltakelse i organisert idrett synker med alderen, og frafallet er særlig stort blant elever i videregående alder (Sigmundsson & Ingebrigtsen, 2006). Mange av ungdommene som tidligere har vært aktive medlemmer av idrettslag, avslutter sin deltakelse i løpet av denne perioden. Ungdommene forsetter likevel å drive fysisk aktivitet ved andre arenaer (Sigmundsson & Ingebrigtsen, 2006). Mange av disse velger nok å delta på treningssentre. Vi ser i hvert fall at et flertall av guttene i denne studien tilslutter seg til aktiviteten som foregår på sentrene. Dersom vi antar at det er styrketrening som er hovedaktiviteten, er hensikt mest sannsynlig å bli kvitt kroppsfett eller forbedre muskelstyrken og øke muskelmassen. Styrketrening og kroppsbygging er en stadig mer utbredt praksis for å modifisere kroppen og dens utseende (Markula & Pringle, 2006). Det er derfor ingen overraskelse at et av de viktigste motivene for deltakelse på treningssenter blant guttene i studien, er å forme kroppen. I tillegg deltar guttene på sentrene for å holde vekten nede. Gutter og menn tyr ofte til trening når de ønsker å gå ned i vekt (Grogan, 2017). Slanking eller det å holde vekten nede, benyttes også som teknikk for å få frem muskeldefinisjon og skape et mer atletisk utseende. Felles for

forskning gjort på kroppsmodifiserende praksis som dette, er at det anses for å være en adferd som indikerer misnøye med egen kropp (Grogan, 2017). Dette stemmer noe overens med at guttenes deltakelse på treningssenter motiveres av et ønske om å forme kroppen. Man skal være forsiktig med å anta at disse guttene er generelt misfornøyde med egen kropp, men det er tydelig aspekter ved kroppslige størrelse, sammensetning og/eller utseende de ønsker å forandre på gjennom trening. Det kan virke som at guttene som deltar på treningssenter har et betydelig ønske om å endre sitt kroppslig utseende. Sett fra et annet perspektiv kan noe av deres motiv bak oppslutning om sentrene forklares med at de ikke er tilfreds med kroppslig utseende. Studien viser likevel at det også finnes en genuin interesse for selve aktiviteten og miljøet på treningssentrene. Dette begrunnes i at guttene oppgir at trivsel på lik linje som det å forme kroppen og holde vekten nede, er et sentralt motiv for å engasjere seg. På denne måten er ikke kroppsmisnøye i seg selv tilstrekkelig til å kunne forklare hvorfor guttene velger å tilslutte seg sentrene og den aktiviteten som der bedrives. Det ser også ut til at glede i aktiviteten er vel så viktig som motiv.

6.5 Oppsummerende diskusjon

Hensikten med studien har vært å undersøke kroppsbildet blant gutter i videregående skole, og sammenlikne hvorvidt det finnes forskjeller blant guttene som driver organisert idrett, deltar på treningssenter og de ikke-deltakende. Funnene i studien har først og fremst bidratt til å underbygge mønstre og tendenser som de siste årene har vist seg innenfor kroppsbildeforskning på gutter. Det veletablerte idealet av mannskroppen som muskuløs og atletisk, har fortsatt en sentral plass som sammenlikningsgrunnlag for egen kropp. For noen av guttene betraktes kroppsidealene som glorifiserte utgaver av en uoppnåelig kropp. Men for andre er det uoppnåelige blitt til et mer reelt mål. Dette forholdet til idealkroppen er i større grad forbeholdt guttene på treningssentrene. Deres ideal sentrerer seg primært rundt det kroppslig utseende og det å være muskuløs, sammenliknet med jevnaldrende som står utenfor. Avstanden mellom aspekter ved kroppen de besitter, og aspekter ved kroppen de ønsker å ha, er også betydelig større i denne gruppen. Som et resultat av dette, ser det ut til at guttene engasjerer seg på treningssenter, med et bakenforliggende motiv om å forme kroppen og bli mer muskuløs. En skal heller ikke utelukke muligheten for at det er motsatt. Muligens medfører deltakelsen på treningssenter, at avstand mellom kroppen de besitter, og kroppen de ønsker å ha – oppstår eller forsterkes. Dette er en kroppsmodifiserende adferd som blir stadig mer utbredt. Det er likevel viktig å nevne at det også finnes et trivsel-aspekt ved aktiviteten, som fremstår som et sentralt motiv. Ønsket om å endre kroppslig utseende er derfor ikke utelukkende, et motiv som driver guttenes tilslutning til treningssentrene, men absolutt et av de mest sentrale motivene. Guttene som står utenfor treningssentrene, ser ut til å ha minst interesse i den påtrengende utseendesentrerte idealkroppen – formidlet i populærkulturen. De idrettsaktive betrakter hovedsakelig kroppen på bakgrunn av dens funksjon – i større grad enn dens utseende. Dette funksjonelle forholdet til kroppen gjør dem mulig mindre mottakelige for press om å se ut på bestemte måter. Likevel tillegger også denne gruppen populærkulturen formidling av idealkroppen positiv verdi, men betrakter den kanskje i større grad som noe uoppnåelige – enn et reelt mål. Guttene som karakteriseres som ikke-deltakende, er den gruppen som vurderer egenskaper og karakteristika ved egen kropp lavest blant guttene. Samtidig har de lavest oppfatning for viktigheten av disse aspektene ved kroppen. Dermed er differansen liten mellom den kroppen de ønsker å ha og den kroppen de oppgir å ha, og det er nærliggende å anta at også de er generelt tilfreds med den kroppen de har.

Ettersom studien har avdekket sentrale forskjeller mellom gruppene i forbindelse kroppsidealer og kroppoppfatninger, er det uventet at det ikke er større forskjeller blant guttene når det gjelder opplevd kroppstilfredshet. Studien indikerer marginale tendenser til at guttene som er aktivt deltakende i en organisert idrett, også opplever å være noe mer tilfreds med egen kropp. Differansen er derimot for liten til å fastslå at det er noen signifikant forskjell. Kanskje kan de ikke-forutsette likhetene i kroppstilfredshet forklares i lys av det Skaalvik og Skaalvik (2013) formidler om selvvurdering. En mer generell tilnærming til selvvurderingen, vil også gi mer stabile forhold (Skaalvik & Skaalvik, 2013). Det tilsier at misnøye med kroppen på et område eller innenfor en spesifikk kontekst, ikke nødvendigvis er betydelig nok til å gjøre store utslag på den generelle kroppstilfredsheten, som er et nokså sammensatt fenomen. Altså fremstår kroppstilfredsheten relativt stabil på tvers av gruppene i studien. Problematikken rundt kroppstilfredshet blant gutter er likevel representert, og det er oppsiktsvekkende at over en fjerdedel oppgir at de i noen grad opplever generell misnøye med den kroppen de besitter. Enda mer urovekkende er det at ytterligere 14 prosent av guttene opplever genuin kroppsmisnøye. Noe kan nok forklares med at guttene er i en periode i livet som fører med seg store endringer i utseende, opplevelsen av kroppen, samt en kombinasjon av økt selvfokus. Dette forårsaker at kroppsbildet blir spesielt sårbart og utsatt for påvirkning (Wichstrøm & Kvalem, 2007). Et ustabil kroppsbilde gjør det mer sannsynlig at man opplever misnøye med egen kropp. Selv om det for de fleste ikke behøver å ha katastrofale følger, er det en reell mulighet for kan det resultere i psykiske problemer og psykososial mistilpasning (Skaalvik & Skaalvik, 2013).

7.0 Avsluttende refleksjon

7.1 Overføringsverdi av resultatene

7.1.1 Intern validitet

Testbatteriet bygger på frittstående skalaer fra allerede utprøvde måleinstrumenter. Skalaene benyttes for å måle et annet fenomen enn hva de opprinnelig ble konstruert for å måle. Dens overordnede strukturer har blitt beholdt, men noen endringer er gjort for å tilpasse til utvalget i studien. Valget av hvilke skalaer som er passende, er et resultat egen tolkning av relevans på bakgrunn av teoretiske overveielser. På denne måten er ikke testbatteriet og de resultatene som der presenteres, helt upåvirket av min tolkning av fenomenet som studeres. Det er derfor benyttet statistiske teknikker for å sikre høy begrepsvaliditet. Målingene er gjort utelukkende av endimensjonale begreper med en tydelig teoretisk tilknytning til fenomenet som studeres. Faktoranalyser og reliabilitetstester er gjort for å sikre endimensjonalitet og indre konsistens. Det bekrefter at indikatorene for hver faktor er homogene og viser tydelig sammenheng mellom den empiriske og teoretiske strukturen studien har sitt utspring fra. Den indre validiteten av testbatteriet anses dermed for å være god. På det grunnlaget er det nærliggende å anta at resultatene som presenteres for utvalget i studien også er valide.

7.1.2 Ekstern validitet

Formålet med kvantitative studier er ofte å trekke en allmenngyldig konklusjon på grunnlag av en relativt liten studie. Da behøver vi et utvalg representativt for den populasjonen vi beskriver, valgt på premisser som gjør dette mest mulig sannsynlig (Bjørndal & Hofoss, 2004). Utvalget i denne studien er et bekvemmelighetsutvalg, en ikke-sannsynlig utvalgsstrategi. Med et slikt utvalg er ikke tilfeldigheten for hvem man mottar informasjon fra stor nok. Det øker sannsynlig for at det kan forekomme skjevheter i utvalget som ikke representerer populasjonen. På denne måten kan man ikke konkludere med at utvalget gjenspeiler populasjonen, fordi man ikke vet med hvilken usikkerhet man generaliserer (Bjørndal & Hofoss, 2004). Funnene som presenteres i denne studien er dermed ikke direkte overførbare til å beskrive tendenser utenfor det avgrensede utvalget.

7.2 Begrensninger ved denne studien

Hensikten med studien har vært å undersøke kroppsbildet blant et utvalg gutter som driver fysisk aktivitet i ulike kontekster. Kroppsbildekonstruksjon foregår på en mangesidig måte, og gjør kroppsbildet til et komplekst begrep. Det gjør det spesielt vanskelig gjennomføre undersøkelser som fanger opp alle aspektene ved begrepet. Det er forsøkt å måle dimensjoner ved kroppsbildet som innenfor forskningsfeltet betraktes som mest utslagsgivende for gutters kroppsbildekonstruksjon. Det perseptuelle aspektet ved kroppsbildet, er derfor blitt tildelt mye oppmerksomhet i denne studien. Det har ført til at andre dimensjoner som også er viktige for å beskrive gutters kroppsbilde, har blitt utelatt. For en mer nyansert beskrivelse av begrepet kunne for eksempel også det emosjonelle aspektet ved kroppsbildet blitt belyst. En kvantitativ tilnærming er nok ikke best egnet for å tilegne dybdeforståelse om alle dimensjoner som inngår i og påvirker konstruksjonen av kroppsbildet. En slik tilnærming gir derimot indikasjoner på generelle tendenser og sammenhenger som kan gi grobunn for videre forskning.

Kroppsbildekonstruksjonen gjennom barne- og ungdomsårene er høyst ustabil, og spesielt sårbart og utsatt for påvirkning (Wichstrøm & Kvalem, 2007). Derfor vil det være høyst sannsynlig at tilfellene som ble oppdaget i studien, endrer seg over tid. Det optimale i denne sammenheng hadde vært å gjennomføre en studie med longitudinelt design for å kartlegge en mer stabil forståelse av kroppsbildet blant gutter i ungdomsårene. Studiens tidsramme virker begrensende for å anvende en slik forskningstilnærming, da et slik design undersøker endringer over tid. Tidsaspektet og frafallsproblemet ved rekrutteringen av informanter trekkes også frem som en begrensning som påvirket utvalgsstrategien. Det vil da medføre at studiens funn blir forbeholdt et utvalg som ikke er representativt for studiens populasjon, dette vil da virke begrensende for studiens overførbarhet.

7.3 Videre forskning

I det 21- århundre har vi vært vitne til en signifikant økning av forskning på kroppsbildet blant gutter. Til tross for en økende tilslutning rundt tematikken, er den eksisterende kroppsbildeforskning på ingen måte dekkende for å beskrive alle aspekter ved gutters kroppsbildekonsentrasjon. I den foreliggende studien har fokuset primært sentrert seg rundt individets oppfatning og opplevelse av egen kropp. Konsentrasjonen av kroppsbildet påvirkes og skapes ikke utelukkende på bakgrunn av de individuelle oppfatningene og opplevelsene. Sosiale erfaringer bidrar også til å påvirke hvordan individet oppfatter dimensjoner av sitt kroppsbilde. I videre forskning vil det derfor være interessant å flytte mer av fokus over på de sosiale systemene individet opererer i. På den måten kan en oppdrive kunnskap og informasjon om hvilke sosiale faktorer som har størst påvirkningskraft – i positiv så vel som negativ retning – for konsentrasjonen av kroppsbildet. Annen problematikk tilknyttet kroppsbildeforskning som kan være aktuelt å belyse ytterligere, er dens sammenheng med utvikling av helseproblemer, særlig blant gutter. Det vil da være aktuelt å studere hvor stor andel av guttene som uttrykker kroppsmisnøye, som også opplever kroppsforstyrrelser og psykososial mistilpasning. Dette vil gi en bredere dekning av problematikkenes samfunnsaktualitet, og hvorvidt vi ser konturen av en fremtidig folkehelseproblematikk.

8.0 Litteraturliste

- Bjørndal, A. & Hofoss, D. (2004). *Statistikk for helse- og sosialfagene* (2. utg. utg.). Oslo: Gyldendal akademisk.
- Bjørnebekk, W. (2015). *Påkledde i dusjen : om ungdom og kroppspress*. Oslo: Spartacus.
- Bucchianeri, M. M., Arikian, A. J., Hannan, P. J., Eisenberg, M. E. & Neumark-Sztainer, D. (2013). Body dissatisfaction from adolescence to young adulthood: Findings from a 10-year longitudinal study. *Body Image*, 10(1), 1-7. doi: 10.1016/j.bodyim.2012.09.001
- Cafri, G., Thompson, J. K. & Cochran, S. V. (2004). Measuring Male Body Image: A Review of the Current Methodology. *Psychology of Men & Masculinity*, 5(1), 18-29. doi: 10.1037/1524-9220.5.1.18
- Cohane, G. H. & Pope, H. G. (2001). Body image in boys: A review of the literature. *International Journal of Eating Disorders*, 29(4), 373-379. doi: 10.1002/eat.1033
- Dalen, E. & Holbæk-Hanssen, J. (2016). *Fysisk aktivitet og idrett i Norge* (Norsk Monitor 2015/16). Hentet fra <https://www.idrettsforbundet.no/globalassets/idrett/voksenidrett/2016-voksenidrett-rapport-ipsos-mmi-fysisk-aktivitet-i-befolkningen-1985-2015.pdf>
- Duesund, L. (1995). *Kropp, kunnskap og selvoppfatning* (Vol. 18.). Hentet fra https://www.nb.no/items/URN:NBN:no-nb_digibok_2008031104067
- Elin Kolle, Stokke, J. S., Hansen, B. H. & Anderssen, S. (2012). *Fysisk aktivitet blant 6-, 9- og 15-åringene i Norge : resultater fra en kartlegging i 2011* (2011). Oslo: Helsedirektoratet. Hentet fra <https://helsedirektoratet.no/Lists/Publikasjoner/Attachments/710/Fysisk-aktivitet-blant-%206-9-og-15-aringer-i-norge-resultater-fra-en-kartlegging-i-2011-IS-2002.pdf>
- Engelsrud, G. (2006). *Hva er kropp* (Kropp, Bind 15). Oslo: Universitetsforl.
- Esser-Noethlichs, M. (2011). Sensitivity towards strangeness (STS): development of a concept-based measuring instrument in the context of intercultural movement education.
- Featherstone, M. (2000). *Body Modification: An Introduction*. Hentet fra <http://ebookcentral.proquest.com/lib/hioa/detail.action?docID=1023910>
- Grogan, S. (2017). *Body image : understanding body dissatisfaction in men, women and children* (Third edition. utg.). London: Routledge, Taylor & Francis Group.
- Grogan, S. & Richards, H. (2002). Body Image. *Men and Masculinities*, 4(3), 219-232. doi: 10.1177/1097184X02004003001
- Hannes, S. & Soligard, T. E. (2014). *En studie av gutters kroppsilde i tenårene*. Norges teknisk-naturvitenskapelige universitet, Fakultet for samfunnsvitenskap og teknologiledelse, Pedagogisk institutt. Hentet fra https://brage.bibsys.no/xmlui/bitstream/handle/11250/270130/756867_FULLTEXT01.pdf?sequence=1&isAllowed=y

- Holmqvist, K. (2013). *Body image in adolescence: Through the Lenses of Culture, Gender and Positive Psychology* (Doktorgradsavhandling ved Institutt for psykologi). Gøteborg universitetet Hentet fra https://gupea.ub.gu.se/bitstream/2077/34266/1/gupea_2077_34266_1.pdf
- Johannessen, A. (2009). *Introduksjon til SPSS : versjon 17* (4. utg. utg.). Oslo: Abstrakt forl.
- Johannessen, A., Christoffersen, L. & Tufte, P. A. (2010). *Introduksjon til samfunnsvitenskapelig metode* (4. utg. utg.). Oslo: Abstrakt.
- Klomsten, A. T. (2006). *A study of multidimensional physical self-concept and values among adolescent boys and girls* (2006:233). Norges teknisk-naturvitenskapelige universitet Institutt for sosiologi og, statsvitenskap, Trondheim. Hentet fra https://brage.bibsys.no/xmlui/bitstream/handle/11250/268055/123710_FULLTEXT01.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Markula, P. & Pringle, R. (2006). *Foucault, sport and exercise : power, knowledge and transforming the self*. New York: Routledge.
- O'Dea, J. (2007). *Everybody's different : a positive approach to teaching about health, puberty, body image, nutrition, self-esteem and obesity prevention*. Camberwell, Australia: ACER Press.
- Pallant, J. (2007). *SPSS survival manual : a step by step guide to data analysing using SPSS for Windows* (3rd ed. utg.). Maidenhead: McGraw-Hill ; Open University Press.
- Ringdal, K. (2013). *Enhet og mangfold : samfunnsvitenskapelig forskning og kvantitativ metode* (3. utg. utg.). Bergen: Fagbokforl.
- Salkind, N. J. (2010). *Encyclopedia of research design* Thousand Oaks. Hentet fra <http://dx.doi.org/10.4135/9781412961288.n502> doi:10.4135/978141296128
- Sigmundsson, H. & Ingebrigtsen, J. E. (2006). *Idrettspedagogikk*. Oslo: Universitetsforl.
- Skaalvik, E. M. & Skaalvik, S. (2013). *Skolen som læringsarena : selvoppfatning, motivasjon og læring* (2. utg. utg.). Oslo: Universitetsforl.
- Smolak, L., Murnen, S. K., Thompson, J. K. & Cochran, S. V. (2005). Sociocultural Influences and Muscle Building in Adolescent Boys. *Psychology of Men & Masculinity*, 6(4), 227-239. doi: 10.1037/1524-9220.6.4.227
- Sundberg, S. E. (2007). *Kroppen som prosjekt : mannskroppen innen en norsk keep-fit kultur*. S. Sundberg, Oslo. Hentet fra <https://www.duo.uio.no/bitstream/handle/10852/16607/Hovedoppgavex18.feb.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Tabachnick, B. G. & Fidell, L. S. (2014). *Using multivariate statistics* (Always learning, 6th ed., new international ed. utg.). Harlow: Pearson.
- Vaage, O. F. (2004). *Trening, mosjon og friluftsliv : resultater fra Levekårsundersøkelsen 2001 og Tidsbruksundersøkelsen 2000* (Rapporter / Statistisk sentralbyrå, Vol. 2004/13.).
- Wichstrøm, L. & Kvalem, I. L. (2007). *Ung i Norge : psykososiale utfordringer*. Oslo: Cappelen akademisk forl.

Kandidatnr: 929

Vedlegg 1: Vurdering fra NSD

Marc Esser-Noethlichs
Postboks 4, St. Olavs plass
0130 OSLO



Vår dato: 03.01.2018

Vår ref: 57503 / 3 / HIT

Deres dato:

Dere sref:

Vurdering fra NSD Personvernombudet for forskning – ikke meldepliktig

Personvernombudet for forskning viser til meldeskjema mottatt 30.11.2017 for prosjektet:

57503	Kroppsbilde, trening og sosial påvirkning
Behandlingsansvarlig	Høgskolen i Oslo og Akershus, ved institusjonens øverste leder
Daglig ansvarlig	Marc Esser-Noethlichs
Student	Gard Tov Næs Oterholt

All nødvendig informasjon om prosjektet forelå i sin helhet 02.01.2018.

Hva vurderer vi?

Vi vurderer om prosjektet er omfattet av melde-/konsesjonsplikt og om prosjektet lar seg gjennomføre i henhold til lovverket. På den neste siden er vår vurdering av hvorfor prosjektet ikke er meldepliktig.

Når gjelder meldeplikten?

Meldeplikten gjelder kun prosjekter som skal behandle personopplysninger elektronisk eller systematisere sensitive opplysninger manuelt, ordnet etter navn eller fødselsnummer.

Hva må du gjøre dersom du likevel skal behandle personopplysninger?

Dersom prosjektopplegget endres og det likevel blir aktuelt å behandle personopplysninger, må du sende inn nytt meldeskjema.

Vi avslutter oppfølging av prosjektet

Siden prosjektet ikke er meldepliktig avslutter vi all oppfølging av prosjektet.

Se våre [nettsider](#) eller ta kontakt dersom du har spørsmål. Vi ønsker lykke til med prosjektet!

Vennlig hilsen

Marianne Høgetveit Myhren

Hildur [Thorarensen](#)



Vi kan ikke se at det behandles personopplysninger med elektroniske hjelpemidler, eller at det opprettes manuelt personregister som inneholder sensitive personopplysninger. Prosjektet vil dermed ikke omfattes av meldeplikten etter personopplysningsloven.

Det ligger til grunn for vår vurdering at alle opplysninger som behandles elektronisk i forbindelse med prosjektet er anonyme.

Med anonyme opplysninger forstås opplysninger som ikke på noe vis kan identifisere enkeltpersoner i et datamateriale, verken:

- direkte via personentydige kjennetegn (som navn, personnummer, epostadresse el.)
- indirekte via kombinasjon av bakgrunnsvariabler (som bosted/institusjon, kjønn, alder osv.)
- via kode og koblingsnøkkel som viser til personopplysninger (f.eks. en navneliste)
- eller via gjenkjennelige ansikter e.l. på bilde eller videoopptak.

Personvernombudet legger videre til grunn at navn/samtykkeerklæringer ikke knyttes til sensitive opplysninger.

Vedlegg 2: Informasjonsskriv

Forespørsel om deltakelse i forskningsprosjektet

Kroppsbilde, trening og sosial påvirkning

Bakgrunn og formål

Mitt navn er Gard Oterholt. For tiden arbeider jeg med en masteroppgave innen skolerettet utdanningsvitenskap på Høgskolen i Oslo og Akershus. Formålet med studien er å kartlegge kroppsbilde blant unge, og hvordan dette kan variere i sammenheng med idrettsdeltakelse, styrketrening og sosial påvirkning. Personene som forespørres om å delta i studien er elever ved videregående skoler i Norge. Utvalget bestemmes ut ifra skoler og tilhørende elever som ønsker å delta i undersøkelsen.

Hva innebærer deltakelse i studien?

Som en del av prosjektet er det ønskelig å invitere elever i videregående skoler til en nettbasert spørreundersøkelse. Antatt varighet på ca. 15-20 minutter. Spørreskjemaet er konstruert i Nettskjema, en tjeneste utviklet av Universitetet i Oslo for å sikre trygg registrering og lagring av data. Det består av korte spørsmål med tilhørende svaralternativer, der deltakeren krysser av for de svarene han/hun er mest enig i.

Hva skjer med informasjonen?

Alle personopplysninger vil bli behandlet konfidensielt og anonymisert. Ingen av opplysningene som samles inn vil være tilstrekkelig for å gjenkjenne deltakerne eller skolen de tilhører. Det vil kun være prosjektleder og veileder som vil ha tilgang til datamaterialet. Skolens navn og beliggenhet vil bli anonymisert, og resultatene vil bare registreres med regional tilhørighet. Datamaterialet slettes ved prosjektets avslutning, senes 31.12.2018.

Frivillig deltakelse

Studien er meldt til Personvernombudet for Forskning, NSD. Ordinært er det ikke nødvendig med samtykke fra foresatte ved innsamling av ikke-sensitive personopplysninger, når eleven er over 15 år, og studien ikke avviker fra normal praksis. Foresatte blir derfor ikke involvert i studien. Samtykke foregår ved at deltakeren krysser av for «Ja» i spørreskjemaet, i feltet hvor det står «Jeg ønsker å delta i studien og gir samtykke til at mine besvarelser kan benyttes videre i prosjektet». Det er likevel frivillig å delta i studien, og hver enkelt kan når som helst trekke sitt samtykke, uten å oppgi noen grunn. Dersom deltakeren ønsker å trekke seg, vil alle opplysninger blir ekskludert fra studien.

Har du spørsmål til studien, ta gjerne kontakt:

Prosjektleder: Gard Oterholt tlf. 95449294, e-post: gardtno@gmail.com

Veileder: Marc Esser-Noethlichs tlf. 67237079, e-post: marc.esser-noethlichs@hioa.no

Vedlegg 3: Testbatteri

Kroppsbilde, trening og sosial påvirkning

Side 1

Forespørsel om deltakelse i forskningsprosjektet

Bakgrunn og formål

Mitt navn er Gard Oterholt. For tiden arbeider jeg med en masteroppgave innen skolerett utdanningsvitenskap på Høgskolen i Oslo og Akershus. Formålet med studien er å kartlegge kroppsbilde blant unge, og hvordan dette kan variere i sammenheng med idrettsdeltakelse, styrketrening og sosial påvirkning. Personene som forespørres om å delta i studien er elever ved videregående skoler i Norge. Utvalget bestemmes ut ifra skoler og tilhørende elever som ønsker å delta i undersøkelsen.

Hva innebærer deltakelse i studien?

Som en del av prosjektet er det ønskelig å invitere elever i videregående skoler til en nettbasert spørreundersøkelse. Antatt varighet på ca. 15-20 minutter. Spørreskjemaet er konstruert i Nettskjema, en tjeneste utviklet av Universitetet i Oslo for å sikre trygg registrering og lagring av data. Det består av korte spørsmål med tilhørende svaralternativer, der deltakeren krysser av for de svarene han/hun er mest enig i.

Hva skjer med informasjonen?

Alle personopplysninger vil bli behandlet konfidensielt og anonymisert. Ingen av opplysningene som samles inn vil være tilstrekkelig for å gjenkjenne deltakere eller skolen de tilhører. Det vil kun være prosjektleder og veileder som vil ha tilgang til datamaterialet. Skolens navn og beliggenhet vil bli anonymisert, og resultatene vil bare registreres med regional tilhørighet. Datamaterialet slettes ved prosjektets avslutning, senes 31.12.2018.

Frivillig deltakelse

Studien er meldt til Personvernombudet for Forskning, NSD. Ordinært er det ikke nødvendig med samtykke fra foresatte ved innsamling av ikke-sensitive personopplysninger, når eleven er over 15 år, og studien ikke avviker fra normal praksis. Foresatte blir derfor ikke involvert i studien. Samtykke foregår ved at deltakeren krysser av for «Ja» i spørreskjemaet, i feltet hvor det står «Jeg ønsker å delta i studien og gir samtykke til at mine besvarelser kan benyttes videre i prosjektet». Det er likevel frivillig å delta i studien, og hver enkelt kan når som helst trekke sitt samtykke, uten å oppgi noen grunn. Dersom deltakeren ønsker å trekke seg, vil alle opplysninger bli ekskludert fra studien.

Har du spørsmål til studien, ta gjerne kontakt:

Prosjektleder: Gard Oterholt tlf. 95449294, e-post: gardtno@gmail.com

Veileder: Marc Esser-Noethlichs tlf. 67237079, e-post: marc.esser-noethlichs@hioa.no

Samtykke *

Jeg ønsker å delta i studien og gir samtykke til at mine besvarelser kan benyttes videre i prosjektet.

- Ja
 Nei

Sideskift

1. Kjønn *

- Gutt
 Jente

2. Alder *

3. Høyde (cm)

4. Vekt (kg)

Sideskift

5. Utdanningsprogram *

- Studieforberevende
 Yrkesfaglig

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «5. Utdanningsprogram»: Studieforberevende

5.1 Utdanningsprogram

- Idrettsfag

Side 2

Side 3

- Musikk, dans og drama
- Studiespesialisering
- Annet

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «5. Utdanningsprogram»: Yrkestaglig

5.2 Utdanningsprogram

- Bygg- og anleggsteknikk
- Service og samferdsel
- Elektrofag
- Helse- og oppvekstfag
- Teknikk og industriell produksjon
- Annet

Sideskift

Side 4

6. Er du aktivt medlem av et idrettslag/idrettsklubb? *

- Ja
- Nei

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «6. Er du aktivt medlem av et idrettslag/idrettsklubb?»: Nei

6.1 Har du i løpet av de siste 5 årene vært aktivt medlem av et idrettslag/idrettsklubb? *

- Ja
- Nei

Sideskift

Side 5

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «6. Er du aktivt medlem av et idrettslag/idrettsklubb?»: Ja

7. Hvilke(n) idrett(er) driver du med?

Sett ett eller flere kryss

- Langrenn Alpint Sykling Svømming Dans Turn Tennis Golf
 Friidrett Vektløfting Ishockey Bandy Fotball Handball Volleyball
 Orientering Motorsport Kampsport Annet

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «6.1 Har du i løpet av de siste 5 årene vært aktivt medlem av et idrettslag/idrettsklubb?»: Ja

7.1 Hvilke(n) idrett(er) har du drevet med?

Sett ett eller flere kryss

- Langrenn Alpint Sykling Svømming Dans Turn Tennis Golf
 Friidrett Vektløfting Ishockey Bandy Fotball Handball Volleyball
 Orientering Motorsport Kampsport Annet

Sideskift

Side 6

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «6. Er du aktivt medlem av et idrettslag/idrettsklubb?»: Ja

8. Hva er din hovedidrett?

Sett kun ett kryss

- Langrenn Alpint Sykling Svømming Dans Turn Tennis Golf
 Friidrett Vektløfting Ishockey Bandy Fotball Handball Volleyball
 Orientering Motorsport Kampsport Annet

8.1 Hva var din hovedidrett?

Sett kun ett kryss

- Langrenn Alpint Sykling Svømming Dans Turn Tennis Golf
 Friidrett Vektløfting Ishockey Bandy Fotball Handball Volleyball
 Orientering Motorsport Kampsport Annet

Side 7

Sideskift

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «6. Er du aktivt medlem av et Idrettslag/Idrettsklubb?»: Ja

9. Om trent hvor mange dager pr. uke bruker du på idrett?

- 0-1 dager
 2-3 dager
 4-5 dager
 6-7 dager

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «6.1 Har du i løpet av de siste 5 årene vært aktivt medlem av et Idrettslag/Idrettsklubb?»: Ja

9.1 Om trent hvor mange dager pr. uke brukte du på idrett?

- 0-1 dager
 2-3 dager
 4-5 dager
 6-7 dager

Side 8

Sideskift

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «6. Er du aktivt medlem av et Idrettslag/Idrettsklubb?»: Ja

10. I hvilken grad er du enig i at følgende årsaker er grunnen til at du driver idrett?

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «6. Er du aktivt medlem av et Idrettslag/Idrettsklubb?»: Ja

	svært uenig	nokså uenig	verken enig eller uenig	nokså enig	svært enig
Morsomt	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Godt miljø	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Få god helse	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Komme i form	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Liker å vinne	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Liker idretten min	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Få en attraktiv kropp	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Få markerte muskler	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Ønsker å bli best	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Gir fysisk/mentalt overskudd	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	svært uenig	nokså uenig	verken enig eller uenig	nokså enig	svært enig
Få mer maskuline/feminine former	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Slanke meg	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Forebygge helseplager	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Opplive sosialt felleskap	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Gå ned i vekt	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Legge på meg muskler	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

	svært uenig	nokså uenig	verken enig eller uenig	nokså enig	svært enig
Gir avkobling	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Synes jeg bør	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Leve mest mulig sunt	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Holde kroppen i form	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	svært uenig	nokså uenig	verken enig eller uenig	nokså enig	svært enig
Bygge opp etter sykdom/skade	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Gå opp i vekt	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Hensyn til utseende	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Gir spenning/utfordring	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Gir bedre selvtillit	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Holde vekten nede	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Konkurrense/måle krefter	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «6.1 Har du i løpet av de siste 5 årene vært aktivt medlem av et idrettslag/idrettsklubb?»: Ja

10.1 I hvilken grad er du enig i at følgende årsaker var grunnen til at du drev idrett?

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «6.1 Har du i løpet av de siste 5 årene vært aktivt medlem av et idrettslag/idrettsklubb?»: Ja

	svært uenig	nokså uenig	verken enig eller uenig	nokså enig	svært enig
Morsomt	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Godt miljø	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Få god helse	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Komme i form	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Likte å vinne	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Likte idretten min	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Få en attraktiv kropp	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Få markerte muskler	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Ønsket å bli best	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Gav fysisk/mentalt overskudd	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	svært uenig	nokså uenig	verken enig eller uenig	nokså enig	svært enig
Få mer maskuline/feminine former	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Slanke meg	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Forebygge helseplager	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Opplive sosialt felleskap	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Gå ned i vekt	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Legge på meg muskler	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Gav avkobling	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Syntes jeg burde	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

	svært uenig	nokså uenig	verken enig eller uenig	nokså enig	svært enig
Leve mest mulig sunt	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Holde kroppen i form	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	svært uenig	nokså uenig	verken enig eller uenig	nokså enig	svært enig
Bygge opp etter sykdom/skade	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Gå opp i vekt	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Hensyn til utseende	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Gav spenning/utfordring	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Gav bedre selvtillit	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Holde vekten nede	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Konkurrere/måle krefter	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Side 9

Sideskift

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «6.1 Har du i løpet av de siste 5 årene vært aktivt medlem av et idrettslag/idrettsklubb?»: Ja

11. Hva er årsaken til at du sluttet som aktivt medlem av et idrettslag/idrettsklubb?

Sett flere kryss

- Har ikke tid
 Tar for mye tid
 Dårlig miljø
 For slitsomt
 For dyrt
 Har varige skader
 Mangel på gode trenere
 For mye konkurranse
 Mine venner sluttet
 For mye fokus på å prestere
 Ville heller trene styrke
 Ble medlem på treningssenter

Side 10

Sideskift

12. Trener du på treningssenter? *

- Ja
 Nei

Side 11

Sideskift

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «12. Trener du på treningssenter?»: Ja

13. Er styrketrening hovedaktiviteten når du trener på treningssenter?

- Ja
 Nei

Side 12

Sideskift

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «12. Trener du på treningssenter?»: Ja

14. Hvor lenge har du vært medlem på treningssenter?

- Under et år
 1-2 år
 3-4 år
 Over 4 år

Side 13

Sideskift

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «12. Trener du på treningssenter?»: Ja

15. Hvor mange treningsøkter får du gjennomført på treningssenter pr. uke?

- 1-2 økter
 3-4 økter
 5-6 økter
 7 eller fler økter

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «12. Trener du på treningssenter?»: Ja

16. Hvor mange treningsøkter ville være optimalt for deg å få gjennomført på treningssenter pr. uke?

- 1-2 økter
- 3-4 øker
- 5-6 økter
- 7 eller fler økter

Side 14

Sideskift

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «12. Trener du på treningssenter?»: Ja

17. Trener du andre aktiviteter på treningssenteret?

Hvis nei, velg ikke aktuelt

- Klatring
- Sal
- Sykkel
- Løping
- Ikke aktuelt

Side 15

Sideskift

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «12. Trener du på treningssenter?»: Ja

18. Hvor ofte trener du overkroppen i løpet av én uke?

(bryst, rygg, armer, mage)

- Aldri
- 1-2 ganger
- 3-4 ganger
- 5-6 ganger
- 7 eller flere ganger

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «12. Trener du på treningssenter?»: Ja

19. Hvor ofte trener du underkroppen i løpet av én uke?

(rumpe, legger, lår)

- Aldri
- 1-2 ganger
- 3-4 ganger
- 5-6 ganger
- 7 eller flere ganger

Side 16

Sideskift

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «12. Trener du på treningssenter?»: Ja

20. Trener du for det meste alene på treningssenter?

- Ja
- Nei

Side 17

Sideskift

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «12. Trener du på treningssenter?»: Ja

21. Spiser du kosttilskudd?

- Ja
- Nei

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «12. Trener du på treningssenter?»: Ja

22. Har du overveiet å ta dopingmidler for å fremme vekst?

- Ja

Nei

Side 18

Sideskift

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «12. Trener du på treningscenter?»: Ja

23. Når du trener på treningscenter, hvor viktig er disse årsakene for deg?

Dette elementet vises dersom et av følgende alternativer er valgt på spørsmål «12. Trener du på treningscenter?»: Ja

	Ikke viktig i det hele tatt	ikke så veldig viktig	noen ganger viktig, andre ganger ikke viktig	nokså viktig	svært viktig
Komme i form	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Få en kropp som jentene/guttene synes er attraktiv	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Få god helse	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Få en sexy kropp	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Holde kroppen i form	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Bygge muskler	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Forhindre skader	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Morsomt	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Godt miljø	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Få en modellkropp	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	Ikke viktig i det hele tatt	ikke så veldig viktig	noen ganger viktig, andre ganger ikke viktig	nokså viktig	svært viktig
Få store biceps	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Gir fysisk/mentalt overskudd	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Opplive sosialt fellesskap	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Gå ned i vekt	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Få sixpack	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Gir avkobling	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Synes jeg bør	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Slanke meg	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Få markerte muskler	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Gå opp i vekt	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Legge på meg muskler	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Må mer maskuline/feminine former	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Bli mer muskuløs	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Leve mest mulig sunt	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Side 19

Sideskift

24. Hvor viktig er det for deg at du:

	Ikke viktig i det hele tatt	ikke så veldig viktig	noen ganger viktig, andre ganger ikke viktig	nokså viktig	svært viktig
Er pen å se på	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Har en deilig/sexy kropp	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

	Ikke viktig i det hele tatt	ikke så veldig viktig	noen ganger viktig, andre ganger ikke viktig	nokså viktig	svært viktig
Kan løpe langt uten å stoppe	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Har en kropp som er myk og tøyelig	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Er god i idrett/kroppsøving	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Har store muskler	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Har en slank kropp	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Har en kraftig kropp med synlige muskler	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Har en kropp med god bevegelse	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Gjør det bra i en styrkeøvelse/test	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	Ikke viktig i det hele tatt	ikke så veldig viktig	noen ganger viktig, andre ganger ikke viktig	nokså viktig	svært viktig
Har en kropp som ser bra ut	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Gjør det bra i idrettskonkurranser	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Har en veltrent og slank kropp	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Kan løpe langt uten å bli sliten	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Er god til å løfte tunge ting	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Har et pent utseende	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Er konkurranseorientert	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Har en smidig/elegant kropp	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Har en flott kropp	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Har sterke muskler	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Har en tynn kropp	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Er god til å ta armhevinger, knebøy eller sit-ups	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Har et pent ansikt	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Er like god i idrett som andre på min alder	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Kan sykle langt uten å bli sliten	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Side 20

Sidekliff

25. Når du tenker på deg selv, hvor enig er du i følgende:

	svært uenig	nokså uenig	verken enig eller uenig	nokså enig	svært enig
Jeg er pen å se på	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jeg er stort sett fornøyd med hvordan jeg er	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jeg kan løpe fort uten å stoppe	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jeg har en kropp som er myk og tøyelig	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jeg er god i idrett/kroppsøving	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jeg har store muskler	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jeg har en slank kropp	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

	svært uenig	nokså uenig	verken enig eller uenig	nokså enig	svært enig
Jeg har en kraftig kropp med synlige muskler	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jeg har en kropp med god bevegelse	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jeg gjør det bra i en styrkeøvelse/test	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	svært uenig	nokså uenig	verken enig eller uenig	nokså enig	svært enig
Jeg har en kropp som ser bra ut	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jeg gjør det bra i idrettskonkurranser	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jeg har en veltrent og slank kropp	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jeg kan løpe langt/sykle langt uten å stoppe	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jeg er god til å løfte tunge ting	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jeg har et pent utseende	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jeg er konkurranseorientert	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jeg er god til å løpe/sykle langt	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jeg har stort sett mye å være stolt av	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jeg har en smidig/elegant kropp	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
	svært uenig	nokså uenig	verken enig eller uenig	nokså enig	svært enig
Jeg har en flott kropp	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jeg har sterke muskler	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jeg har en tynn kropp	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jeg er god til å ta armhevinger, knebøy, sit-ups	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jeg har et pent ansikt	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jeg er like god i idrett som andre på min alder	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jeg har en deilig/sexy kropp	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Side 21

Sideskift
26. Hvor enig er du i disse påstandene?

	svært uenig	nokså uenig	verken enig eller uenig	nokså enig	svært enig
Jeg er for tynn	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jeg er fornøyd med kroppen min	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jeg er for tykk	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jeg er for høy	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jeg liker kroppen min slik den er	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jeg er tilfreds med kroppen min	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jeg har for lite muskler	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Kroppen min er tiltrekkelig	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Kroppen min er akkurat passe	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Side 22

Sideskift
27. I hvilken grad mener du at det fokuseres for mye på kroppslig utseende fra:

Dersom du ikke har kjæreste, trener, kroppsøvlingslærer, etc. krysser du av for ikke aktuelt

	ikke aktuelt	ikke i det hele tatt	i liten grad	i noen grad	i stor grad	i svært stor grad
Deg selv	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Kjæreste	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Massemedia	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Venner	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Foreldre	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jevnaldrende	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Trener	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Kroppsøvlingslærer	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Side 23

Sideskift

28. I hvilken grad opplever du krav/forventninger om å ha en idealkropp fra:

Dersom du ikke har kjæreste, trener, kroppsøvlingslærer, etc. krysser du av for ikke aktuelt

	ikke aktuelt	ikke i det hele tatt	i liten grad	i noen grad	i stor grad	i svært stor grad
Deg selv	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Kjæreste	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Massemedia	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Venner	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Foreldre	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jevnaldrende	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Trener	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Kroppsøvlingslærer	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Side 24

Sideskift

29. I hvilken grad er det viktig for deg å oppnå de krav/forventninger om idealkroppen fra:

Dersom du ikke har kjæreste, trener, kroppsøvlingslærer, etc. krysser du av for ikke aktuelt

	ikke aktuelt	ikke i det hele tatt	i liten grad	i noen grad	i stor grad	i svært stor grad
Deg selv	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Kjæreste	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Massemedia	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Venner	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Foreldre	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jevnaldrende	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Trener	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Kroppsøvlingslærer	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Side 25

	Ikke aktuelt	1	2	3	4	5	6	7	8	9
33. Hvem av disse tror du guttene ser på som den ideelle mannskroppen?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
34. Hvem av disse fremstilles i media som den ideelle mannskroppen?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
35. Hvem av disse mener du har den ideelle mannskroppen?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
36. Hvem av disse tror du jentene synes har finest kropp?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
37. Hvem av disse synes du har finest kropp?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
38. Hvem av disse vil du helst se ut som?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
39. Hvem av disse tror du er mest fornøyd med kroppen sin?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
40. Hvem av disse har grunn til å være mest fornøyd med kroppen sin?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Sideskift
Takk for din besvarelse!

Vedlegg 4: Faktoranalyse – Skala 2

Rotated Factor Matrix^a

	Factor			
	1	2	3	4
S3_23 Bli mer muskuløs	,834	,004	,186	,009
S3_21 Legge på meg muskler	,812	-,034	,199	-,048
S3_19 Få markerte muskler	,771	,146	,135	,148
S3_11 Få store biceps	,750	-,017	,278	,096
S3_15 Få sixpack	,723	,185	,145	,125
S3_22 Få mer maskuline/feminine former	,719	,167	,057	,211
S3_6 Bygge muskler	,692	,296	,118	,056
S3_20 Gå opp i vekt	,600	-,035	,257	-,204
S3_5 Holde kroppen i form	,055	,880	,094	,023
S3_3 Få god helse	,028	,798	,166	,041
S3_1 Komme i form	,140	,688	,224	,124
S3_24 Leve mest mulig sunt	,143	,556	,348	,051
S3_9 Godt miljø	,208	,122	,805	,087
S3_8 Morsomt	,287	,292	,692	-,044
S3_13 Oppleve sosialt felleskap	,174	,157	,645	,092
S3_16 Gir avkobling	,220	,288	,614	,075
S3_14 Gå ned i vekt	,101	,107	,069	,921
S3_18 Slanke meg	,089	,062	,101	,896

Extraction Method: Principal Axis Factoring.

Rotation Method: Varimax with Kaiser Normalization.

a. Rotation converged in 5 iterations.

Vedlegg 5: Faktoranalyse – Skala 3

Rotated Factor Matrix^a

	Factor		
	1	2	3
S4_16 Har et pent utseende	,866	,172	,179
S4_1 Er pen å se på	,866	,133	,108
S4_23 Har et pent ansikt	,826	,047	,188
S4_2 Har en deilig/sexy kropp	,788	,337	,202
S4_11 Har en kropp som ser bra ut	,766	,272	,270
S4_19 Har en flott kropp	,743	,304	,264
S4_6 Har store muskler	,190	,860	,240
S4_8 Har en kraftig kropp med synlige muskler	,178	,799	,124
S4_15 Er god til å løfte tunge ting	,201	,692	,335
S4_20 Har sterke muskler	,276	,687	,371
S4_12 Gjør det bra i idrettskonkurranser	,197	,186	,867
S4_17 Er konkurranseorientert	,098	,274	,786
S4_5 Er god i idrett/kroppsøving	,274	,297	,725
S4_24 Er like god i idrett som andre på min alder	,385	,209	,645

Extraction Method: Principal Axis Factoring.

Rotation Method: Varimax with Kaiser Normalization.

a. Rotation converged in 5 iterations.

Vedlegg 6: Faktoranalyse – Skala 4

Rotated Factor Matrix^a

	Factor		
	1	2	3
S5_25 Jeg har et pent ansikt	,873	,116	,163
S5_16 Jeg har et pent utseende	,847	,171	,180
S5_1 Jeg er pen å se på	,775	,180	,180
S5_21 Jeg har en flott kropp	,765	,237	,201
S5_11 Jeg har en kropp som ser bra ut	,727	,286	,238
S5_2 Jeg er stort sett fornøyd med hvordan jeg er	,630	,186	,214
S5_6 Jeg har store muskler	,190	,823	,300
S5_22 Jeg har sterke muskler	,280	,796	,280
S5_8 Jeg har en kraftig kropp med synlige muskler	,285	,763	,243
S5_15 Jeg er god til å løfte tunge ting	,165	,760	,288
S5_12 Jeg gjør det bra i idrettskonkurranser	,218	,252	,805
S5_17 Jeg er konkurranseorientert	,149	,269	,760
S5_5 Jeg er god i idrett/kroppsøving	,294	,327	,715
S5_26 Jeg er like god i idrett som andre på min alder	,359	,312	,678

Extraction Method: Principal Axis Factoring.

Rotation Method: Varimax with Kaiser Normalization.

a. Rotation converged in 5 iterations.

Vedlegg 7: Faktoranalyse – Skala 5

Factor Matrix^a

	Factor 1
S6_5 Jeg liker kroppen min slik den er	,953
S6_6 Jeg er tilfreds med kroppen min	,940
S6_2 Jeg er fornøyd med kroppen min	,853
S6_9 Kroppen min er akkurat passe	,713
S6_8 Kroppen min er tiltrekkende	,690

Extraction Method: Principal Axis Factoring.

a. 1 factors extracted. 5 iterations required.

Vedlegg 8: Deskriptiv statistikk av gjennomsnittscorer og standardavvik

«Bodyscale»

Deskriptiv statistikk av gjennomsnitt og standardavvik for skalaen – «*Bodyscale*»

Faktor	Aktiv idrettslag			Aktiv treningscenter			Idrett + Treningscenter			Inaktiv		
	Antall	Gj.snitt	Std.avvik	Antall	Gj.snitt	Std.avvik	Gj.snitt	Std.avvik	Gj.snitt	Std.avvik		
Reell kroppsstørrelse	N=(37)	3,351	1,206	N=(38)	3,684	1,141	N=(46)	3,760	0,970	N=(30)	3,666	1,154
Ideell kroppsstørrelse	N=(34)	3,882	0,844	N=(38)	3,815	0,896	N=(44)	4,045	0,888	N=(30)	3,766	0,858

«Kjønnsforskjeller»

Deskriptiv statistikk av gjennomsnitt og standardavvik ved signifikante forskjeller mellom kjønn

	Kjønn	N	Gj.snitt	Std
S3_F1 Trening for å forme kroppen	1 Gutt	93	4,0188	,85851
	2 Jente	87	3,0922	,82230
S3_F3 Trening for trivsel	1 Gutt	93	3,9570	,90261
	2 Jente	87	3,5872	,87529
S4_F2 Vurdering - viktigheten av å være muskuløs	1 Gutt	160	3,4589	1,02391
	2 Jente	143	2,7273	,92929
S5_F1 Personlig vurdering av utseende	1 Gutt	157	3,5648	,82634
	2 Jente	142	3,1981	,72391
S5_F2 Personlig vurdering av å være muskuløs	1 Gutt	157	3,1332	1,04100
	2 Jente	141	2,3369	,93254
S5_F3 Personlig vurdering av idrettslige ferdigheter	1 Gutt	157	3,7633	,87347
	2 Jente	141	3,3150	,89853
S6_F1 Tilfredshet med egen kropp	1 Gutt	157	3,4029	,99464
	2 Jente	144	3,0174	,96167

