

A group of five diverse young people (three women and two men) are smiling and looking towards the camera. They are outdoors, with trees and a railing visible in the background. The image is partially covered by a black diagonal overlay in the bottom right corner.

SEX
SAMFUND

**UNGES SYN
PÅ KROP OG
KROPSIDEALER**

EN UNDERSØGELSE FRA
SEX & SAMFUND

INDHOLD

| | |
|--|-----------|
| 1. Baggrund og formål | 3 |
| 2. Hovedkonklusioner | 4 |
| 3. Analyse af undersøgelsens resultater | 6 |
| 3.1 Undersøgelsens hovedspørgsmål | 6 |
| 3.2 Unges tilfredshed med egen krop | 6 |
| 3.2.1 Kønsspecifikke forskelle | 7 |
| 3.2.2 Unges vurderinger af andre unges tilfredshed med egen krop | 9 |
| 3.3 Unges opfattelse af sammenhængen mellem kropstilfredshed og selvværd | 9 |
| 3.4 Unges opfattelse af, hvem eller hvad der har indflydelse på unges syn på egen krop | 10 |
| 3.4.1 Kønsspecifikke forskelle | 10 |
| 3.4.2 Sammenhængen mellem kropstilfredshed og oplevelsen af hvem/hvad, der har indflydelse på unges syn på egen krop | 11 |
| 3.4.3 Sammenhængen mellem kropstilfredshed og venners indflydelse på unges syn på egen krop | 12 |
| 3.4.4 Sammenhængen mellem kropstilfredshed og sociale mediers indflydelse på syn på egen krop | 12 |
| 3.5 Unges holdninger og tanker omkring fællesbad efter idræt | 13 |
| 3.6 Unges ønsker og ideer til Uge Sex-undervisningsmateriale om kroppen | 15 |
| 4. Litteraturliste | 17 |
| Bilag | |
| Undersøgelsens metode | 18 |
| Undersøgelsens spørgeskema | 19 |

© Sex & Samfund, 2017

Kopiering og print af dette materiale eller dele deraf er kun tilladt efter reglerne i gældende lov om ophavsret eller inden for rammerne af en aftale med Copydan.

Indhold: Lone Smidt og Signe Nebelong

Ansvarshavende redaktør: Marianne Lomholt

Fotos: Pernille Ane Egebæk, Mette Frandsen, Tine Sletting og Michael Løgtholdt

Layout: Morten Woldsgaard Lambertsen

1. BAGGRUND OG FORMÅL

Denne undersøgelse er gennemført som en del af Sex & Samfunds undervisningskampagne Uge Sex 2018, der sætter særligt fokus på kropsbevidsthed, kropsglæde og kropsidealer.

Som et vigtigt fundament for udviklingen af Uge Sex-kampagnen samt udarbejdelsen af undervisningsmaterialet "#KROP" til 7.-9. klasse, har Sex & Samfund gennemført en spørgeskemaundersøgelse blandt elever i udskolingen (7.-9. klasse).

Formålet med spørgeskemaundersøgelsen har været at indhente aktuel viden om:


- Elevernes tilfredshed med egen krop.
- Elevernes oplevelse af sammenhængen mellem kropstilfredshed og selvværd.
- Elevernes opfattelse af, hvem eller hvad der har indflydelse på unges syn på egen krop.
- Elevernes syn på fællesbad efter idræt.
- Elevernes ønsker/ideer til Uge Sex undervisningsmateriale om kroppen til Uge Sex 2018.

Undersøgelsen bygger på kvantitative data samt åbne kvalitative besvarelser, der, i perioden 7.-30. august 2017, er indsamlet via et online spørgeskema opsat i programmet Survey Monkey.¹ I alt har 1031 elever fra 7.-9. klasse fra hele landet deltaget i undersøgelsen.

Den indhentede viden har, sammen med eksisterende viden på området, dannet udgangspunkt for de pædagogiske og didaktiske overvejelser over udformningen af undervisningsmaterialerne til Uge Sex 2018. Data fra undersøgelsen indgår også i konkrete undervisningsaktiviteter i Uge Sex undervisningsmaterialet målrettet 7.-9. klasse. Undersøgelsens resultater vil endvidere indgå i Sex & Samfunds generelle arbejde for at fremme børn og unges sundhed og trivsel.

Sex & Samfund vil gerne takke alle de undervisere og elever, der har deltaget i undersøgelsen, og som derved har bidraget til at skabe et vigtigt vidensgrundlag både for Sex & Samfunds undervisningsmaterialer til Uge Sex 2018 og for Sex & Samfunds trivselsfremmende arbejde generelt.

Undersøgelsen og rapporten er udarbejdet af Lone Smidt, Pædagogisk fagmedarbejder og Signe Nebelong, Projektassistent. Annelise Sandø, Projektleder og Camilla Aavang Poulsen, Projektleder har givet sparring på analysen og bearbejdningen af de statistiske tests.

 **Lone Smidt**
Pædagogisk fagmedarbejder
Sex & Samfund

2. HOVEDKONKLUSIONER

Bearbejdning af elevernes besvarelser på spørgeskemaet ved dels statistiske tests og dels analyse af de åbne kvalitative besvarelser, har givet anledning til seks overordnede hovedkonklusioner:

- 1) En stor andel eleverne er tilfredse med egen krop. Der er en kønsspecifik forskel mellem pigerne og drengenes angivelser af tilfredshed med egen krop. Flere drenge end piger angiver, at de er tilfredse med deres krop. Yderligere ses en forskel i, hvad hhv. pigerne og drengene angiver, de er tilfredse og utilfredse med ved deres krop (afsnit 3.2). Undersøgelsens kvalitative del peger på, at kønsspecifikke forventninger samt normer og idealer for kroppen kan være en forklaring på disse forskelle.
- 2) Der er en uoverensstemmelse mellem elevernes egen kropstilfredshed og vurdering af andre unges kropstilfredshed. Eleverne vurderer andre unge som mere utilfredse med deres egen krop end, hvad de gennemsnitligt selv angiver at være (afsnit 3.2).

- 3) Eleverne i 7.-9. klasse oplever en sammenhæng mellem selvværd og tilfredshed med egen krop. (afsnit 3.3).
- 4) Eleverne i 7.-9. klasse udtrykker meget forskellige oplevelser af om, og hvordan, omgivelserne påvirker deres syn på egen krop. Undersøgelsen indikerer, at en stor andel af eleverne anser "mig selv" som den eneste faktor, der påvirker "mit syn på min egen krop". Herudover oplever eleverne, at særligt venner og sociale medier påvirker deres syn på egen krop. Unge, der er utilfredse med egen krop angiver i højere grad, at sociale medier og venner påvirker deres syn på egen krop sammenlignet med de elever, der angiver at være tilfredse med egen krop (afsnit 3.4). De kvalitative besvarelser peger på omgangsformer i klassen og specifikke idealer på sociale medier som mulige forklaringer på denne forskel.



Tal på unges tilfredshed med egen krop

- 74 %** af eleverne svarer, at de er meget tilfredse (**27,1 %**) eller nogenlunde tilfredse (**47,0 %**) med egen krop. Knap **10 %** af eleverne angiver at være mindre tilfredse (**7,0 %**) eller slet ikke tilfredse (**2,1 %**) med egen krop.
- 37,6 %** af drengene og **17 %** af pigerne angiver at være meget tilfreds med egen krop.
- 76 %** af pigerne og **43 %** af drengene angiver, at der er noget ved egen krop, de er utilfredse med.
- 38,5 %** af eleverne angiver "mig selv" som den eneste faktor, der har indflydelse på "mit eget syn på min egen krop".
- 36,3 %** af eleverne siger, at venner påvirker deres syn på egen krop.
- 25,9 %** af eleverne siger, at sociale medier påvirker deres syn på egen krop.
- 44 %** af de elever, der ikke er tilfredse med egen krop siger, at sociale medier påvirker deres syn på egen krop. Blandt de elever, der er tilfredse med egen krop, siger 20,4 % det samme.
- Over halvdelen** af eleverne angiver, at tilfredshed med egen krop præger deres selvværd.
- 75,4 %** af eleverne angiver, at de går i bad med klassekammeraterne efter idræt, og **68,3 %** af eleverne angiver, at det er vigtigt at gå i bad efter idræt.
- Blandt de elever, der ikke går i bad efter idræt, angiver **48,4 %**, at årsagen er, at de ikke har lyst til at vise sig nøgen foran deres klassekammerater, **30,1 %** angiver "der er ingen andre der går i bad" som årsag, og **29,7 %** angiver "utilfredshed med egen krop" som årsag til ikke at gå i bad efter idræt.

- 5) Blandt eleverne i 7.-9. klasse er der generelt en positiv holdning til fællesbad efter idræt. Undersøgelsen peger på, at der er en sammenhæng mellem tilfredshed med egen krop, og hvorvidt eleverne går i bad efter idræt. Tilfredshed med egen krop er dog ikke den eneste væsentlige faktor, når det handler om, hvorvidt unge går i bad efter idræt eller ej. Også utryghed ved at vise sig nøgen og ulækre baderum nævnes som vigtige faktorer. Undersøgelsen viser endvidere, at det er væsentligt, at man på skolerne har fokus på elevernes tanker og holdninger om fællesbad, og inddrager elevernes løsningsforslag, hvis man gerne vil arbejde på, at alle deltager i fællesbad efter idræt. Det ser nemlig ud til, at en faktor der også gør, at unge dropper fællesbad efter idræt, er at der er skabt en kultur blandt eleverne om, at man ikke går i bad efter idræt (afsnit 3.5).
- 6) Undersøgelsen viser, at elever i 7.-9. klasse blandt andet udtrykker et ønske om, at Uge Sexundervisningsmaterialet #KROP til 7.-9. klasse handler om unges tanker og forestillinger om kroppen, og hvordan kropsidealer påvirker unges syn på kroppen. Andre ønsker til Uge Sex undervisningsmaterialet er kropsidealer på sociale medier, og kropsidealer generelt (Afsnit 3.6).

Samlet set peger undersøgelsen på, at der kan være trivselsfremmende potentialer ved at arbejde målrettet med at fremme elevernes tilfredshed med egen krop i sundheds- og seksualundervisningen og i skolens trivselsfremmende arbejde generelt. Dette understreges af undersøgelsens resultater om sammenhængen mellem selvværd og tilfredshed med egen krop, samt hvordan venner og sociale medier har indflydelse på elevernes tilfredshed med egen krop.

I en undervisningssammenhæng er det væsentligt at arbejde med en sundhedspædagogisk tilgang, hvor eleverne undersøger, reflekterer og forholder sig handlingsorienteret til problematikker, dilemmaer og muligheder knyttet til krop, normer, idealer og trivsel. Eksempelvis lægger undersøgelsen resultater omkring elevernes forskellige oplevelser af, hvordan omgivelserne påvirker deres syn på egen krop op til, at disse forskellige oplevelser inddrages i undervisningen. Her kan de danne udgangspunkt for elevernes egne undersøgelser af, hvordan omgivelserne bevidst og ubevidst forsøger at påvirke unges kropssyn, og de valg unge træffer i forhold til egen krop. Denne tilgang er identisk med den pædagogiske tilgang i Fælles Mål for skolens sundheds- og seksualundervisningen og familiekundskab.

3. ANALYSE AF UNDERSØGELSENS RESULTATER

I det følgende præsenteres resultaterne af den spørgeskemaundersøgelse, som Sex & Samfund har gennemført blandt 1.031 elever i udskolingen i efteråret 2017.

3.1 Undersøgelsens hovedspørgsmål

I undersøgelsen er der taget udgangspunkt i fem hovedspørgsmål knyttet til rapportens formål:

- 1) Hvor tilfredse er unge med egen krop? (afsnit 3.2)
- 2) I hvor høj grad præger unges tilfredshed med egen krop deres selvværd? (afsnit 3.3)
- 3) Hvem eller hvad har indflydelse på unges syn på egen krop? (afsnit 3.4)
- 4) Hvilke overvejelser og holdninger til fællesbad eksisterer blandt unge? (afsnit 3.5)
- 5) Hvad synes unge i udskolingen, at Uge Sex undervisningsmateriale om kroppen skal handle om? (afsnit 3.6)

Afsnittene 3.2 til 3.6 kan læses som separate afsnit. Det anbefales dog at læse afsnittene i kronologisk rækkefølge.

3.2 Unges tilfredshed med egen krop

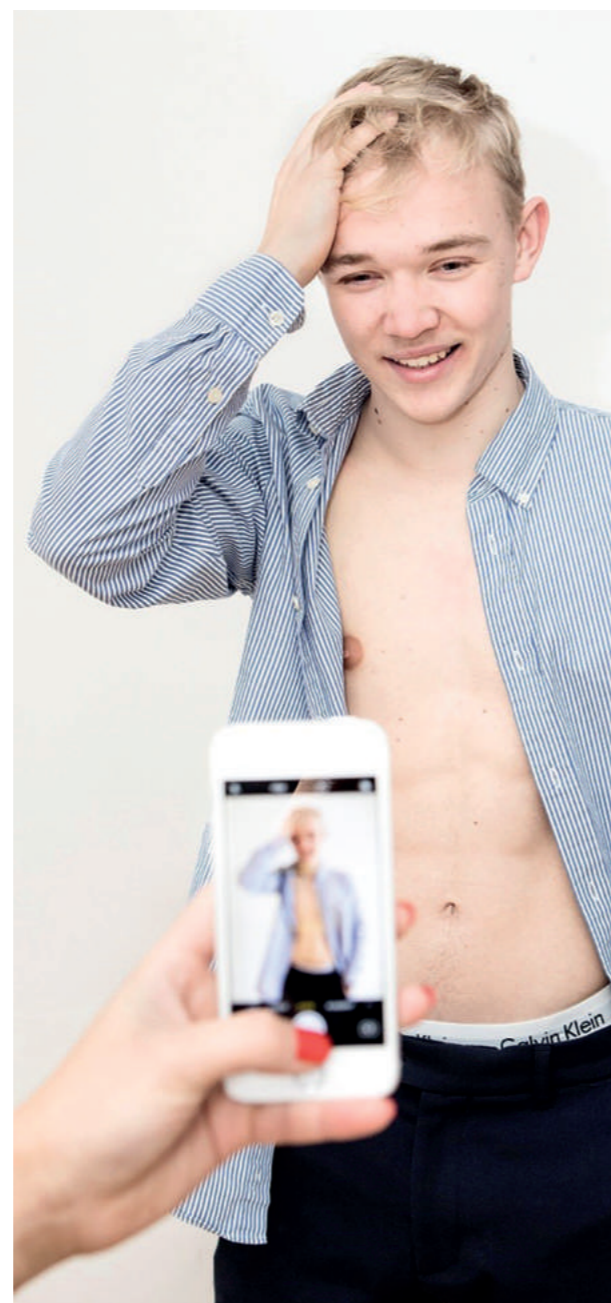
Overordnet viser elevernes besvarelser på spørgeskemaet, at de fleste unge er tilfredse med egen krop (tabel 1). 74 procent af de adspurgte elever svarer, at de er meget tilfredse (27,1 %) eller nogenlunde tilfredse (47,0 %) med egen krop. Knap 10 procent angiver at være mindre tilfredse (7,0 %) eller slet ikke tilfredse (2,1 %) med egen krop, mens 16,1 procent svarer hverken/eller.

Undersøgelser fra Børnerådet (2014) og Center for Ungdomsforskning (2010) viser en sammenhæng mellem kropstilfredshed og trivsel. I et trivselsspektiv er der derfor grund til at være opmærksom på, at knap 10 procent af eleverne i 7.-9. klasse angiver, at de ikke er tilfredse med egen krop.

| | Antal | Procent |
|------------------------|--------------|----------------|
| Meget tilfreds | 275 | 27,1 % |
| Nogenlunde tilfreds | 477 | 47,0 % |
| Hverken/eller tilfreds | 171 | 16,8 % |
| Mindre tilfreds | 71 | 7,0 % |
| Slet ikke tilfreds | 21 | 2,1 % |
| I alt | 1.015 | 100,0 % |

Svarprocent=98 %, n=1015.

I det følgende afsnit 3.2.1 opsummeres undersøgelsens fund vedrørende kønsspecifikke forskelle i elevernes angivelse af tilfredshed med egen krop. I afsnit 3.2.2 angives elevernes vurderinger af andre unges tilfredshed med egen krop.



Tabel 2: Hvor tilfreds er du med din egen krop?

| | Piger | | Dreng | | Samlet | |
|------------------------|------------|----------------|------------|----------------|--------------|----------------|
| | Antal | Procent | Antal | Procent | Antal | Procent |
| Meget tilfreds | 88 | 17,0 %* | 187 | 37,6 %* | 275 | 27,1 % |
| Nogenlunde tilfreds | 257 | 49,6 % | 220 | 44,3 % | 477 | 47,0 % |
| Hverken/eller tilfreds | 104 | 20,1 %* | 67 | 13,5 %* | 171 | 16,8 % |
| Mindre tilfreds | 53 | 10,2 %* | 18 | 3,6 %* | 71 | 7,0 % |
| Slet ikke tilfreds | 16 | 3,1 %* | 5 | 1,0 %* | 21 | 2,1 % |
| I alt | 518 | 100,0 % | 497 | 100,0 % | 1.015 | 100,0 % |

Svarprocent= 98 %, n=1015. Chi2-test: *p<0,05.

3.2.1 Kønsspecifikke forskelle

Undersøgelsen peger på kønsspecifikke forskelle, når det handler om tilfredshed med egen krop.² Signifikant flere piger (13,3 %) end drenge (4,6 %) angiver i undersøgelsen, at de er mindre eller slet ikke tilfreds med egen krop (tabel 2). Tilsvarende angiver 37,6 procent af drengene, at de er meget tilfredse med egen krop, mens kun 17 procent af pigerne angiver at være meget tilfreds med egen krop. Denne kønsspecifikke forskel bekræftes også i andre undersøgelser (Børnerådet 2014; Center for Ungdomsforskning 2010).

Forskellen mellem pigerne og drengenes tilfredshed med egen krop kommer også til udtryk i elevernes besvarelser af spørgsmålet om, hvorvidt der er noget ved deres krop, de er utilfredse med samt videre til spørgsmålet om, hvad de er henholdsvis utilfredse og tilfredse med ved deres krop. Således svarer 76 procent af pigerne og 43 procent af drengene, at der er noget ved deres krop, de er utilfredse med. Tabel 3 og 4 viser, hvad henholdsvis de adspurgte piger og drenge specifikt angiver, at de er utilfredse og utilfredse med ved egen krop.

Hos både drenge og piger er mave og vægt blandt de kropsdele, som flest elever angiver som noget, de er utilfredse med ved egen krop (tabel 3). Generelt er der en signifikant forskel i pigernes og drengenes angivelser af, hvad de er utilfredse med, hvor pigerne er signifikant mere utilfredse med flere dele af deres krop end drengene. Lår, bagdel, hofter, bryster og kropsbehåring er kropsdele, som pigerne er signifikant mere utilfredse med ved egen krop set i forhold til drengene. Kønsgener er den eneste kropsdel, som drenge er signifikant mere utilfredse med ved egen krop end pigerne.

Elevernes svar på, hvad de er tilfredse med ved egen krop viser også en række signifikante kønsspecifikke forskelle. Pigerne angiver i lavere grad end drengene, at de generelt er tilfredse med deres kropsdele. Dog angiver pigerne i højere grad end drengene, at de er tilfredse med bagdel (47,8 %), hofter (36,9 %) og bryster (42,5 %) (tabel 4). Drengene angiver i signifikant højere grad end pigerne, at være tilfreds med, kønsgener (42,5 %) og kropsbehåring (36,4 %).

Ovenstående resultater giver anledning til overvejelser over, om disse kønsspecifikke forskelle mellem, hvad piger og drenge er henholdsvis tilfredse og utilfredse med ved egen

Tabel 3: Hvad er du utilfreds med ved din krop? (flere besvarelser tilladt)

| | Piger | | Dreng | | Samlet | |
|---------------|------------|---------|------------|---------|------------|---------|
| | Antal | Procent | Antal | Procent | Antal | Procent |
| Mave | 208 | 54,2 %* | 85 | 42,1 %* | 294 | 50,0% |
| Vægt | 205 | 53,4 %* | 83 | 41,1 %* | 289 | 49,2% |
| Lår | 222 | 57,8 %* | 50 | 24,8 %* | 273 | 46,4% |
| Højde | 128 | 33,3 %* | 51 | 25,20% | 179 | 30,4% |
| Kropsform | 126 | 32,8 %* | 46 | 22,8 %* | 173 | 29,4% |
| Arme | 115 | 29,9 %* | 37 | 18,3 %* | 153 | 26,0% |
| Kropsbehåring | 124 | 32,3 %* | 27 | 13,4 %* | 152 | 25,9% |
| Bagdel | 128 | 33,3 %* | 19 | 9,4 %* | 148 | 25,2% |
| Hofter | 111 | 28,9 %* | 15 | 7,4 %* | 127 | 21,6% |
| Bryster | 111 | 28,9 %* | 15 | 7,4 %* | 127 | 21,6 % |
| Kønsgener | 44 | 11,4 %* | 37 | 18,3 %* | 82 | 13,9% |
| Andet | 16 | 4,2 %* | 22 | 10,9 %* | 39 | 6,6% |
| I alt | 384 | | 202 | | 588 | |

Svarprocent: 98%, n=588. Det er kun elever, der har angivet, at de er utilfredse med noget ved egen krop, der har fået ovenstående spørgsmål (n=602). Chi2-test: *p<0,05.

2. I spørgeskemaet har eleverne haft mulighed for at vælge et "andet" køn end de binære kønsgener 'dreng' og 'pige'. Kun én elev har valgt kategorien "andet". Derfor indgår denne kategori ikke i analysen.

Tabel 4: Hvad er du tilfreds med ved din krop? (flere besvarelser tilladt)

| | Piger | | Drenge | | Samlet | |
|---------------|------------|---------|------------|---------|------------|---------|
| | Antal | Procent | Antal | Procent | Antal | Procent |
| Højde | 270 | 63,8% | 275 | 67,2% | 547 | 65,5% |
| Kropsform | 208 | 49,2 %* | 236 | 57,7 %* | 447 | 53,5% |
| Arme | 203 | 48,0 %* | 231 | 56,5 %* | 437 | 52,3% |
| Vægt | 183 | 43,3 %* | 231 | 56,5 %* | 417 | 49,9% |
| Mave | 182 | 43,0 %* | 212 | 51,8 %* | 397 | 47,5% |
| Lår | 137 | 32,4 %* | 181 | 44,2 %* | 321 | 38,4% |
| Bagdel | 202 | 47,8 %* | 110 | 26,9 %* | 315 | 37,7% |
| Kønsorganer | 93 | 22,0 %* | 174 | 42,5 %* | 270 | 32,3% |
| Hofter | 156 | 36,9 %* | 105 | 25,7 %* | 264 | 31,6% |
| Bryster | 180 | 42,5 %* | 66 | 16,1 %* | 247 | 29,6% |
| Kropsbehåring | 70 | 16,5 %* | 149 | 36,4 %* | 222 | 26,6% |
| Andet | 47 | 11,1% | 31 | 7,60% | 80 | 9,6% |
| I alt | 423 | | 409 | | 835 | |

Svarprocent: 98 %, n=835. Det er kun elever, der har angivet, at de er tilfredse med noget ved egen krop, der har fået ovenstående spørgsmål (n=849). Chi2-test: *p<0,05.

krop kan være relateret til kønsspecifikke forventninger til kroppen. Således ser piger ud til at have signifikant mere fokus på bagdel, lår, bryster og hofter end drengene, mens drenge i højere grad end pigerne har fokus på kønsorganer og kropsbehåring.

De kvalitative besvarelser i undersøgelsen peger tilsvarende på kønsspecifikke normer for kroppen som en forklaring på disse forskelle mellem tilfredshed med egen krop blandt de piger og drenge, der har deltaget i undersøgelsen. Især piger vurderes af eleverne til at være underlagt særlige kønsspecifikke normer og idealer for kroppen, som blandt andet kan relateres til kropsdele som bryster og bagdel.

Det kommer til udtryk i besvarelser som følgende, hvor eleverne forklarer, hvorfor mange unge er utilfredse med deres egen krop, og hvad de tror årsagerne er:

»
"Næsten alle piger i min klasse (og mig selv) tænker mega meget over, hvordan vi ser ud, fordi at man kun er populær, og drengene kan kun lide en, hvis man har en god røv, og er tynd samt har store bryster."

"Næsten alle piger i min klasse (og mig selv) tænker mega meget over, hvordan vi ser ud, fordi at man kun er populær, og drengene kan kun lide en, hvis man har en god røv, og er tynd samt har store bryster."

"Deres idoler og modeller. Mange modeller er meget tynde, så unge piger vil gerne være tyndere og får spiseforstyrrelser."

"Fordi at fx piger med flotte bryster og en god bagdel får meget opmærksomhed på en god måde."

Flere elever peger dog også på, at der er kønsspecifikke forventninger til kroppen for både drenge og piger:

"På grund af alle de idealer der sættes. Tynde kvinder og muskuløse mænd. Alt sammen uopnåelige idealer. Når man ikke kan nå de idealer, føler man sig som en lille grim lort i forhold til de idealer, der sættes af hhv. kendte mennesker og forsider med photoshoppede modeller."

»
"Jeg tror årsagen er, at vi unge kigger meget på de sociale medier, hvor man bare skal have den perfekte krop. F.eks. skal piger have store bryster og en god røv. Drengene skal helst være veltrænede, dvs. have sixpack."

I et sundhedspædagogisk perspektiv er det væsentligt at sætte fokus på disse kønsspecifikke forskelle og forventninger. Fokus kan eksempelvis være på de årsager, der kan påvirke, at piger udtrykker større utilfredshed med egen krop end drenge, samt hvilke forandringer der skal til for, at alle unge uanset køn oplever øget tilfredshed med egen krop. Samtidig er det væsentligt, at der i undervisningen ikke tales om kønsspecifikke forventninger til kroppen og utilfredshed med egen krop som noget, der kun er en problematik blandt piger, men at have blik for, at alle unge kan være underlagt normer og forventninger, der kan medføre utilfredshed med egen krop.

3.2.2 Unges vurderinger af andre unges tilfredshed med egen krop

Blandt de elever, der har deltaget i undersøgelsen, angiver 7 procent at være mindre tilfredse og 2,1 procent, at de slet ikke er tilfredse med deres krop (jf. afsnit 3.2) I spørgeskemaet har eleverne desuden angivet, hvor mange unge, de tror er utilfredse med egen krop.

Tabel 5 nedenfor angiver elevernes besvarelser til spørgsmålet "Hvor mange unge i din alder, tror du, er utilfredse med deres krop?"

Tabel 5: Hvor mange unge i din alder, tror du, er utilfredse med deres krop?

| | Antal | Procent |
|--------------|--------------|----------------|
| 0-20 % | 56 | 5,6 % |
| 20-40 % | 188 | 18,7 % |
| 40-60 % | 332 | 33,1 % |
| 60-80 % | 363 | 36,2 % |
| 80-100 % | 65 | 6,5 % |
| I alt | 1.015 | 100,0 % |

Svarprocent=97 %, n=1004.

Omtrent 42 procent af eleverne vurderer, at mere end 60 procent af andre unge er utilfredse med egen krop (tabel 5). Der ses altså en uoverensstemmelse mellem utilfredshed med egen krop blandt unge og unges vurderinger af andre unges utilfredshed med egen krop. Den uoverensstemmelse kan forklares ud fra det generelle fokus på utilfredshed med egen krop, som unge eksponeres for i deres hverdag, eksempelvis gennem tv-programmer, medier og undervisning. Denne forklaring understøttes af udsagn i de kvalitative besvarelser. En elev udtrykker eksempelvis følgende:

"Årsagen til at unge er utilfredse med deres egen krop, tror jeg, er fordi, at man snakker MEGA meget om det med kropsidealer, og at det "Bare er okay ikke at være en tynd pind". Jeg tror, at det har den modsatte effekt af, hvad man tror fordi, at man hele tiden minder de unge om, at der er noget der hedder kropsidealer. Så jeg vil sige, at man skal lade være med hele tiden at klaske ordet kropsidealer op i vores ansigter og lade det ligge lidt."

Tabel 6: I hvor høj grad præger tilfredsheden med din krop dit selvværd? (Dvs. din oplevelse af at være tilfreds med dig selv – og være god nok som du er)

| | Piger | | Drenge | | Samlet | |
|---------------|------------|----------------|------------|----------------|--------------|----------------|
| | Antal | Procent | Antal | Procent | Antal | Procent |
| I høj grad | 90 | 17,4 %* | 113 | 22,7 %* | 203 | 20,0 % |
| I nogen grad | 196 | 37,9 % | 185 | 37,2 % | 381 | 37,6 % |
| Hverken/eller | 113 | 21,9 % | 92 | 18,5 % | 205 | 20,2 % |
| I mindre grad | 60 | 11,6 % | 44 | 8,9 % | 104 | 10,3 % |
| Slet ikke | 22 | 4,3 % | 30 | 6,0 % | 52 | 5,1 % |
| Ved ikke | 36 | 7,0 % | 33 | 6,6 % | 69 | 6,8 % |
| I alt | 517 | 100,0 % | 497 | 100,0 % | 1.014 | 100,0 % |

Svarprocent=98 %, n=1014. Chi2-test: *p<0,05.

Denne elev peger på, at det at tale om kropsidealer på en bestemt måde kan have en forstærkende effekt på unges utilfredshed med egen krop.

Inden for foreliggende undersøgelses udgangspunkt er det ikke muligt at bekræfte denne forklaring yderligere. I en undervisningssituation er det dog nærliggende at inddrage uoverensstemmelserne mellem elevernes vurderinger af utilfredshed med egen krop og elevernes vurdering af andre unges utilfredshed med deres krop. Eksempelvis kan eleverne gennemføre egne undersøgelser, der skal af-dække årsager til denne uoverensstemmelse samt udvikle handlemuligheder, der kan forandre disse årsager. Tilsvarende giver uoverensstemmelsen anledning til pædagogiske refleksioner over, hvordan man som underviser italesætter en pædagogisk og didaktisk indsats om krop, kropsglæde og kropsidealer, der har som mål at fremme elevernes trivsel og tilfredshed med egen krop.

3.3 Unges opfattelse af sammenhængen mellem kropstilfredshed og selvværd

I undersøgelsen er eleverne blevet spurgt om i hvor høj grad, de vurderer, at deres tilfredshed med egen krop præger deres selvværd. Lidt over halvdelen af eleverne angiver, at tilfredshed med egen krop præger deres selvværd i højere grad (20 %) eller i nogen grad (37,6 %) (Tabel 6). Der eksisterer en næsten ligelig fordeling i svarene mellem drenge og piger, dog ses en signifikant forskel mellem drengenes og pigernes angivelse af, at tilfredsheden med egen krop præger selvværdet i høj grad. En lille andel på 4,3 % svarer slet ikke og 11,6 % svarer i mindre grad.

»
Lidt over halvdelen af eleverne angiver, at tilfredshed med egen krop præger deres selvværd i højere grad (20 %) eller i nogen grad (37,6 %)

Elevernes besvarelser tyder derfor på, at eleverne oplever en sammenhæng mellem tilfredshed med egen krop og selvværd. Drengene angiver dog i signifikant højere grad end pigerne, at de i høj grad oplever, at tilfredsheden med egen krop præger deres selvværd.

At eleverne oplever en sammenhæng mellem tilfredshed med egen krop og selvværd, bekræftes også i de kvalitative svar på spørgsmålet om årsager til, at unge kan være utilfredse med deres krop. Eksempelvis gives der følgende svar:

"Fordi de har dårlig selvtillid og er bange for ikke at være god nok."

"Fordi de har intet selvværd."

»

"Fordi der er så meget på sociale medier med "body goals" og så tror jeg, at man får indtrykket af, at hvis man ikke ser sådan ud, så er man ikke god nok."

~

Eleverne peger på, at sammenhængen handler om, at dårligt selvværd er en årsag til utilfredshed med egen krop.

En anden elev forklarer sammenhængen mellem utilfredshed med egen krop og lavt selvværd ved mødet med specifikke idealer på sociale medier. Hvilket kan give unge, der møder disse idealer, følelsen af ikke at være god nok:

"Fordi der er så meget på sociale medier med "body goals" og så tror jeg, at man får indtrykket af, at hvis man ikke ser sådan ud, så er man ikke god nok."

Eleven antyder, at unge, der oplever ikke at leve op til disse idealer kan få en oplevelse af ikke at være god nok. Undersøgelsen indikerer således, at eleverne ser en sammenhæng mellem kropstifredshed og selvværd, og at de oplever, at disse gensidigt påvirker hinanden. I en pædagogisk sammenhæng er denne oplevelse væsentlig at være opmærksom på. Resultatet antyder, at der kan være trivselsfremmende potentialer ved at arbejde

Tabel 7: Hvem eller hvad mener du, har indflydelse på dit eget syn på din krop? (Flere besvarelser tilladt)

| | Piger | | Drengene | | Samlet | |
|------------------|-------------|---------|------------|---------|-------------|---------|
| | Antal | Procent | Antal | Procent | Antal | Procent |
| Mig selv | 414 | 82,0 % | 404 | 82,3 % | 818 | 81,8 % |
| Sociale medier | 188 | 37,2 %* | 71 | 14,5 %* | 259 | 25,9 % |
| Reklamer | 63 | 12,5 %* | 29 | 5,9 %* | 92 | 9,2 % |
| Mine forældre | 82 | 15,7 % | 85 | 17,3 % | 167 | 16,7 % |
| Mine venner | 218 | 43,2 %* | 145 | 29,5 %* | 363 | 36,3 % |
| Kendte personer* | 112 | 22,2 %* | 53 | 10,8 %* | 165 | 16,5 % |
| Min kæreste | 35 | 6,9 % | 28 | 5,7 % | 63 | 6,3 % |
| Film og TV | 90 | 12,8 %* | 40 | 8,1 %* | 130 | 13,0 % |
| I alt | 1202 | | 855 | | 2057 | |

*Fx youtubere, sportsstjerner, musikere osv. Svarprocent=97 %, n=1003, 505 piger og 498 drenge. I alt angiver antal besvarelser og ikke respondenter, da flere besvarelser er tilladt. Chi2-test: *p<0,05.

måltrettet med at fremme elevernes tilfredshed med egen krop i sundheds- og seksualundervisningen og i skolens trivselsfremmende arbejde generelt.

3.4 Unges opfattelse af, hvem eller hvad der har indflydelse på unges syn på egen krop

I spørgeskemaet har eleverne vurderet, hvem eller hvad, de mener, kan have indflydelse på deres syn på egen krop. Viden om dette kan pege på, hvor unge placerer ansvaret for deres syn på egen krop, og det kan give et billede af, hvorvidt eleverne oplever, at deres syn på egen krop er påvirket af deres omgivelser. I det følgende opsummeres fordelingen af besvarelserne til spørgsmålet (tabel 7).

I afsnittene 3.4.1 til 3.4.4 uddybes dernæst statistiske sammenhænge mellem elevernes opfattelse af, hvem eller hvad, der har indflydelse på deres syn på egen krop og andre faktorer som køn og kropstifredshed.

Adspurg om, hvilke faktorer, eleverne mener, har indflydelse på deres syn på egen krop, svarer flest mig selv (81,8 %), sociale medier (25,9 %) og venner (36,3 %) (tabel 7). Eleverne har haft mulighed for at vælge flere svar-kategorier.

»

Blandt alle elever er der 38,5 procent, der udelukkende peger på "mig selv" som en faktor, der har indflydelse på "mit syn på egen krop"

~

Blandt alle elever er der 38,5 procent, der udelukkende peger på "mig selv" som en faktor, der har indflydelse på "mit syn på egen krop". I et trivselsperspektiv peger dette på en risiko for, at eleverne tilsvarende vender blikket mod sig selv, når de skal placere et ansvar for en eventuel utilfredshed med egen krop, eller når de oplever, at deres krop ikke lever op til de forestillinger om idealkroppen, de eksponeres for.

Tabel 8: Krydstabel: "Hvor tilfreds er du med din egen krop?" og "Hvem eller hvad mener du har indflydelse på dit eget syn på din krop?"

| | Hvor tilfreds er du med din egen krop? | | | | |
|---|--|---------------------|------------------------|-----------------|--------------------|
| | Meget tilfreds | Nogenlunde tilfreds | Hverken/eller tilfreds | Mindre tilfreds | Slet ikke tilfreds |
| Hvem eller hvad mener du har indflydelse på dit eget syn på din krop? | | | | | |
| Mig selv | 86,7* | 79,1 | 76,7 | 77,8 | 71,4 |
| Sociale medier | 11,9* | 25,3 | 37,8* | 40,3* | 57,1* |
| Reklamer | 5,0* | 9,0* | 11,6 | 13,9 | 23,8* |
| Mine forældre | 19,4 | 15,5 | 13,4 | 16,7 | 23,8 |
| Mine venner | 23,4* | 38,1* | 42,4* | 48,6* | 52,4* |
| Kendte personer* | 11,5* | 14,0* | 24,4* | 23,6 | 38,1* |
| Min kæreste | 6,1 | 5,2 | 7,6 | 8,3 | 9,5 |
| Film og TV | 11,2 | 9,0* | 19,8* | 22,2* | 33,3* |
| Total | 100 % | 100 % | 100 % | 100 % | 100 % |

*Fx youtubere, sportsstjerner, musikere osv. Svarprocent=99 %, n=1021. Chi2-test: *p<0,05.

3.4.1 Kønsspecifikke forskelle

Blandt piger er de tre mest hyppige svar mig selv (82 %), mine venner (43,2 %) og mine forældre (43,1 %). Her er sociale medier det fjerde mest hyppige svar (37,2 %). Blandt drenge er de tre mest hyppige svar tilsvarende mig selv (82,3 %), mine venner (29,5 %) og mine forældre (17,3 %). Sociale medier er også blandt drengene det fjerde mest hyppige svar (14,5 %). Tabel 7 viser endvidere, at der er signifikant flere piger (37,2 %) end drenge (14,5 %), der angiver, at sociale medier spiller en rolle i forhold til deres syn på egen krop. Dette gælder også for reklamer, venner, kendte personer og film og TV. I alle disse kategorier har signifikant flere piger end drenge angivet, at disse faktorer har indflydelse på deres syn på egen krop.

Tabel 7 viser også, at pigerne i undersøgelsen i signifikant højere grad end drengene, vurderer, at de oplyste faktorer har indflydelse på synet på egen krop. Som nævnt, har der deltaget 521 piger og 503 drenge. I tabel 7 fremgår det, at der i alt er 1202 angivelser af faktorer for piger og 855 angivelser af faktorer for drenge.³ I gennemsnit har hver pige valgt 2,3 faktorer, der påvirker eget syn på egen krop, mens drengene i gennemsnit har valgt 1,7 faktorer.

Dette kan tyde på, at pigerne enten er mere bevidste om faktorer, der påvirker deres syn på egen krop, eller at de i højere grad end drengene oplever at være udsat for et større pres og/eller opmærksomhed i forhold til deres krop og deres udseende.

I undersøgelsen er der ikke spurgt til, om eleverne vurderer, at de valgte faktorer påvirker deres syn på egen krop

»

Der ses en sammenhæng mellem, hvor tilfredse eleverne er med deres krop, og hvem eller hvad de mener, har indflydelse på deres syn på egen krop.

~



positivt eller negativt. Ved at se på, hvad undersøgelsen viser om sammenhænge mellem tilfredshed med egen krop og elevernes vurdering af, hvilke udvalgte faktorer, der påvirker synet på egen krop, kan undersøgelsen dog pege på nogle tendenser, som også understøttes af de kvalitative besvarelser.

3.4.2 Sammenhængen mellem kropstifredshed og oplevelsen af hvem/hvad, der har indflydelse på unges syn på egen krop

Tabel 8 viser, at der eksisterer en sammenhæng mellem, hvor tilfredse eleverne er med deres krop, og hvem eller hvad de mener, har indflydelse på deres syn på egen krop. Overordnet angiver de elever, der er meget eller nogenlunde tilfredse med deres krop i lavere grad end de øvrige elever, at de ser sociale medier, kendte personer og reklamer som faktorer, der har indflydelse på deres syn på egen krop.

Der ses en tendens til, at elever, der er mindre tilfredse med deres krop, i højere grad peger på venner som en faktor, der har betydning for ens syn på egen krop sammenlignet med de elever, der er tilfredse/nogenlunde tilfredse med egen krop.

De følgende afsnit går i dybden med undersøgelsens resultater vedrørende netop disse sammenhænge.

3.4.3 Sammenhængen mellem kropstilfredshed og venners indflydelse på unges syn på egen krop

Af tabel 8 (afsnit 3.4.2) fremgår, at de elever, der er mindre tilfredse med deres krop i højere grad anser venner som faktorer, der har indflydelse på deres syn på egen krop (48,6 %) end de, der er meget tilfredse (23,4 %) og nogenlunde tilfredse (38,1 %) med deres egen krop.

Venner og relationer formodes at kunne have både en positiv effekt og negativ effekt på synet på egen krop. På den ene side kan unge, i de venskaber og relationer, de indgår i, bekræfte hinanden og motivere hinanden til at fokusere på det, man er glad for ved egen krop og derved styrke hinandens kropsglæde og selvværd. På den anden side kan der i venskaber og relationer også udvikles et fællesskab, hvor man hyppigt italesætter utilfredshed med egen krop, kommenterer negativt på andres kroppe og sammen dyrker et (for nogen) uopnåeligt kropsideal.

I de kvalitative besvarelser på spørgsmålet om hvilke årsager, der kan være til, at mange unge er utilfredse med egen krop, peges der, med citater som disse på den betydning omgangstonen og adfærd i forhold til krop og kropsidealer i de nære relationer kan have for elevernes trivsel og syn på egen krop:



"At der altid er nogen der i ens klasse der skal kommentere 'har du en lille delle der?' og det er ikke fedt."

"Fordi de ser andre er mere veludviklede med hensyn til kropsbehåring, og måske gør vedkommende grin med dem."

"Mange folk dømmes på ens krop, så folk er ikke så glade for ens krop, da de bliver dømt på det."

"Det kan være at nogle kommenterer på deres krop og det gør dem usikre. Jeg synes ofte det er drenge, der kommenterer på pigers krop."

De kvalitative besvarelser peger således på omgangsformer i klassen som en mulig forklaring på, at elever, der er utilfredse med egen krop, i højere grad end elever der er tilfredse med egen krop, angiver venner som en faktor, der påvirker ens tilfredshed med egen krop. Dette kan give incitament til, at man i en undervisningssituation bør være opmærksom på netop den relationelle effekt på kropsoplevelse og kropstilfredshed.

3.4.4 Sammenhængen mellem kropstilfredshed og sociale mediers indflydelse på syn på egen krop

Sociale medier er en integreret del af de unges liv og et sted, hvor unge deler billeder og viser elementer af deres

liv frem. Set i det perspektiv kan det vurderes som overraskende, at kun en fjerdedel af eleverne (25,9 %) oplever, at sociale medier påvirker deres syn på egen krop (tabel 7, afsnit 3.4).



Undersøgelsen viser en sammenhæng mellem utilfredshed med egen krop og vurdering af sociale mediers indflydelse på ens syn på egen krop.

Undersøgelsen viser en sammenhæng mellem utilfredshed med egen krop og vurdering af sociale mediers indflydelse på ens syn på egen krop. Således svarer 57,1 procent af de unge, der slet ikke er tilfredse med egen krop og 40,3 procent af de unge, der er mindre tilfredse, at sociale medier påvirker deres syn på egen krop (se tabel 8, afsnit 3.4.2). Blandt de unge, der er meget tilfredse med deres egen krop, svarer knap 11,9 procent det samme. Der ses således en signifikant forskel mellem de elever, der er tilfredse med deres krop og de elever, der ikke er tilfredse med deres krop i forhold til oplevelsen af, om sociale medier påvirker ens syn på egen krop.



"De sociale medier sætter utrolig høje krav til, hvordan en såkaldt rigtig krop skal se ud, så det har en stor betydning. Det er også kun dem, der har de 'rigtige' kroppe, der deler billeder af deres krop på de sociale medier, så man ser ikke andet end dem."

Denne sammenhæng kan skyldes, at elever, der er utilfredse med egen krop vurderer sig selv som nogen, der ikke lever op til medieskabte idealer for, hvordan en krop skal se ud. Dette medieskabte kropsideal er et ideal, eleverne i høj grad eksponeres for på sociale medier (Center for Ungdomsforskning 2010). Et konstant møde med et medieskabt kropsideal, man ikke kan leve op, til kan således føre til utilfredshed med egen krop, eller utilfredshed med dele af egen krop. I de kvalitative besvarelser på spørgsmålet om årsager til unges utilfredshed med egen krop forklarer en elev sammenhængen på denne måde:

"De sociale medier sætter utrolig høje krav til, hvordan en såkaldt rigtig krop skal se ud, så det har en stor betydning. Det er også kun dem, der har de 'rigtige' kroppe, der deler billeder af deres krop på de sociale medier, så man ser ikke andet end dem."

Eleven antyder her, at de sociale medier har en negativ indflydelse på unges syn på egen krop, fordi de sociale medier dels præsenterer et bestemt kropsideal, og dels stiller høje krav til, hvordan en såkaldt "rigtig" krop skal se ud.

Andre unge peger tilsvarende på den betydning det har, at unge møder et ensidigt kropsideal på de sociale medier:

"De sociale medier, fordi der er der mega meget om, hvordan man taber sig, og hvordan man bliver perfekt."

De sociale medier er et frygteligt sted, når det kommer til kropsidealer! De er simpelthen fyldt med "Normer" og "fitness billeder"! Og tips om væggtab! Det lærer de unge, at de ikke er gode nok, og at der er andre mennesker som forventer noget af dem og deres udseende."

Samlet set viser elevernes besvarelser på spørgsmålet om, hvad der har indflydelse på deres syn på egen krop, at der hos eleverne i 7.-9. klasse er meget forskellige oplevelser af om, og hvordan, omgivelserne påvirker synet på egen krop. I en undervisningssammenhæng kan disse forskellige oplevelser inddrages og danne udgangspunkt for elevernes egen undersøgelse af, hvordan omgivelserne, bevidst og ubevidst, forsøger at påvirke børns og unges kropssyn, og de valg de træffer i forhold til egen krop.

Tabel 9: Går du i bad med dine klassekammerater efter idræt?

| | Antal | Procent |
|--------------|-------------|---------------|
| Ja | 756 | 75,4% |
| Nej | 143 | 14,3% |
| Helst ikke | 104 | 10,4% |
| Total | 1003 | 100,0% |

Svarprocent=97 %, n=1003



Undersøgelsens kvalitative del peger desuden på, at når det handler om at fremme unges tilfredshed med egen krop, er det vigtigt at udvikle elevernes kompetencer til at påvirke og forandre ekskluderende og begrænsende normer og idealer for kroppen i de online og offline fællesskaber eleverne indgår i.

3.5 Unges holdninger og tanker omkring fællesbad efter idræt

Sex & Samfund har undersøgt elevernes holdninger og tanker om fællesbad efter idræt samt, hvilke barrierer der er i forhold til fællesbad hos de elever som angiver, at de ikke, eller helst ikke, går i bad efter idræt. Tabel 9 viser, at 75,4 procent af eleverne angiver, at de går i bad med klassekammeraterne efter idræt. Samtidig angiver 68,3 procent af eleverne, at de er enige i, at det er vigtigt at gå i bad efter idræt. Undersøgelsen tegner dermed et billede af, at størstedelen af eleverne har en positiv indstilling til bad efter idræt. Undersøgelsen viser, at en fjerdedel af eleverne enten ikke eller helst ikke går i bad med klassekammeraterne efter idræt.



Undersøgelsen viser en sammenhæng mellem tilfredshed med egen krop, og hvorvidt eleverne går i bad efter idræt, eller helst ikke ønsker at gå i bad efter idræt.

Undersøgelsen viser en sammenhæng mellem tilfredshed med egen krop, og hvorvidt eleverne går i bad efter idræt, eller helst ikke ønsker at gå i bad efter idræt. Elever, som angiver at være tilfredse eller nogenlunde tilfredse med egen krop, er mere tilbøjelige til at gå i bad efter idræt, hvorimod de elever, som svarer, at de er mindre tilfredse eller slet ikke tilfredse med egen krop hyppigere angiver,

Tabel 10: Krydstabel af spørgsmålene "Hvor tilfreds er du med din egen krop?" og "Går du i bad efter idræt?"

| | Går du i bad efter idræt? | | | | | | | |
|--|---------------------------|------------|------------|------------|------------|------------|-------------|------------|
| | Ja | | Nej | | Helst ikke | | Total | |
| Hvor tilfreds er du med din egen krop? | Antal | Procent | Antal | Procent | Antal | Procent | Antal | Procent |
| Meget tilfreds | 232 | 30,7 %* | 31 | 21,7 % | 13 | 12,5 %* | 276 | 27,5 % |
| Nogenlunde tilfreds | 373 | 49,3 %* | 59 | 41,3 % | 36 | 34,6 %* | 468 | 46,7 % |
| Hverken/eller tilfreds | 111 | 14,7 %* | 26 | 18,2 % | 30 | 28,8 %* | 167 | 16,7 % |
| Mindre tilfreds | 32 | 4,2 %* | 22 | 15,4 %* | 17 | 16,3 %* | 71 | 7,1 % |
| Slet ikke tilfreds | 8 | 1,1 %* | 5 | 3,5 % | 8 | 7,7 %* | 21 | 2,1 % |
| I alt | 756 | 100 | 143 | 100 | 104 | 100 | 1003 | 100 |

Svarprocent=97 %, n=1003. Chi2-test: *p<0,05.

at de ikke eller helst ikke går i bad efter idræt. Undersøgelsen giver dermed et indtryk af, at utilfredshed med egen krop kan være en årsag til, at unge ikke går i bad efter idræt, eller at det at gå i bad, kan bidrage til øget tilfredshed med egen krop, eksempelvis fordi eleverne får mulighed for at se et mere mangfoldigt billede af kroppen end det kropsideal, som eleverne i de kvalitative besvarelser, giver udtryk for, de hyppigt møder eksempelvis på sociale medier, i reklamer og film.

Sex & Samfund har spurgt, de elever der ikke og helst ikke går i bad efter idræt, om hvad der er de vigtigste årsager til dette. I tabel 11 fremgår, at der er flere forskellige årsager til, at eleverne ikke eller helst ikke går i bad efter idræt. Eleverne har haft mulighed for at angive flere årsager.

Den hyppigst angivne årsag er, at man ikke har lyst til at være nøgen sammen med sine klassekammerater (48,4 %). Dette kan pege på en generel blufærdighed blandt eleverne i 7.-9. klasse. Undersøgelsen uddyber ikke nærmere, hvad der er de dybereliggende årsager til, at eleverne ikke har lyst til at være nøgne med deres klassekammerater.

Den næst hyppigste årsag er, at der ikke er andre, der går i bad (30,1 %). Det kan være en indikation på, at unge dropper fællesbad efter idræt, fordi der er skabt en fælles kultur blandt de unge om, at man ikke går i bad efter idræt.

Også i den kvalitative del af undersøgelsen, er der indikationer på, at der er tale om en kultur, man måske kan ændre:

"Der er måske et enkelt barn, der kan tage "chancen" bare at gøre det, så kan det være de andre også gør det"

"Hvis alle gik i bad. Så ville jeg også bare smutte med". Selvfølgelig er jeg ikke glad for min krop, selvom, at jeg godt ved, at andre også tænker, at der er et eller andet galt med deres krop".

Det peger således på behovet for at bringe elevernes tanker og holdninger om at gå i bad efter idræt i spil samt vigtigheden af at inddrage eleverne aktivt i at skabe en kultur og en badesituation, som kan gøre bad efter idræt til en tryk situation for alle.

Derudover angives følgende tre andre årsager også hyppigt: utilfredshed med egen krop (29,7 %), utryghed ved at være nøgen med klassekammeraterne (28,9 %) samt, at baderummene på skolen er ulækre (26,0 %).



"Man skal kunne være tryk med sine venner og vide, at man ikke kan blive drillet på nogen måde"



Tabel 11: Hvad er de vigtigste årsager til, at du ikke/helst ikke går i bad efter idræt? (Vælg max. to svar)

| | Antal | Procent |
|---|------------|---------|
| Har ikke lyst til at vise mig nøgen for mine klassekammerater | 119 | 48,4 % |
| Der er ingen andre, der går i bad | 74 | 30,1 % |
| Utilfredshed med egen krop | 73 | 29,7 % |
| Er utryk ved at være nøgen sammen med mine klassekammerater | 71 | 28,9 % |
| Baderummene på skolen er ulækre | 64 | 26,0 % |
| Ved ikke | 39 | 15,9 % |
| Har ikke lyst til at se på andres nøgne kroppe | 38 | 15,5 % |
| Bekymring for at der bliver taget billeder | 14 | 5,7 % |
| Andet (angiv venligst) | 33 | 13,4 % |
| I alt | 525 | |

Svarprocent= 99,6%, n=246. Det er kun elever der har angivet, at de ikke/helst ikke går i bad efter idræt, der har fået ovenstående spørgsmål (n=247). I alt angiver antal besvarelser og ikke antal elever, da det var muligt at angive flere besvarelser.

Mere end en fjerdedel af eleverne angiver således, at utryghed ved badesituationen, og det at være nøgen sammen med klassekammeraterne, har betydning. Dette peger på, at hvis man er utryk ved sine klassekammerater eller dem man skal gå i fællesbad med, kan det føles særligt sårbart at vise sig nøgen. Også i de kvalitative besvarelser ser tryghed ud til at være en faktor, der har betydning for, om man går i bad efter idræt. Det kommer til udtryk i besvarelser som disse:

"Det er vigtigt, at man får alle til at føle sig trygge"

"Man kunne skiftes eller lave små hold med nogen man er trykke ved"

"Man skal kunne være tryk med sine venner og vide, at man ikke kan blive drillet på nogen måde"

Sex & Samfunds undersøgelse viser dermed, at der er flere forskellige årsager til, at unge undgår fællesbad efter idræt, og at det ikke alene handler om at være utilfreds med egen krop. Tryghed ved klassekammerater er vigtig at fokusere på, hvis man gerne vil arbejde på, at alle deltager i fællesbad efter idræt. Det understreger dermed den tidligere nævnte pædagogiske pointe om at inddrage eleverne aktivt i at håndtere eventuelle problematikker omkring fællesbad. Desuden peger det på vigtigheden af, at det pædagogiske personale og skoleledelsen løbende reflekterer over, hvad man kan gøre for at gøre badesituationen efter idræt til et tryk rum for alle elever, og at skoledelen sikrer, at bade faciliteterne er rengjorte og i pæn stand.

3.6 Unges ønsker og ideer til Uge Sex-undervisningsmateriale om kroppen

Med et mål om at udvikle et undervisningsmateriale, der så vidt mulig imødekommer de ønsker og behov der kan være blandt eleverne i målgruppen, har Sex & Samfund spurgt til elevernes ønsker og ideer til undervisningsmateriale til Uge Sex 2018, der handler om kroppen. De to hyppigste svar blandt eleverne (tabel 12) er "Andre unges tanker og forestillinger om kroppen" (49,2 %) og "Hvordan kropsidealer påvirker unges syn på kroppen" (47,1 %).

Tabel 12: Hvad synes du, at Uge Sex undervisningsmateriale om kroppen til 7.-9. Klasse skal handle om? (Sæt max 3 krydser)

| | Antal | Procent |
|---|-------------|---------|
| Andre unges tanker og forestillinger om kroppen | 479 | 49,2 % |
| Hvordan kropsidealer påvirker unges syn på kroppen | 459 | 47,1 % |
| Kropsidealer på sociale medier | 380 | 39,0 % |
| Hvilke kropsidealer der findes | 273 | 28,0 % |
| Kropsidealer i pornoen | 272 | 27,9 % |
| Hvordan kropsidealer har ændret sig gennem historien | 256 | 26,3 % |
| Kønsorganers anatomi | 224 | 23,0 % |
| Hvordan man kan ændre uhensigtsmæssige normer for kroppen | 159 | 16,3 % |
| Andet (angiv venligst) | 83 | 8,5 % |
| I alt | 2585 | |

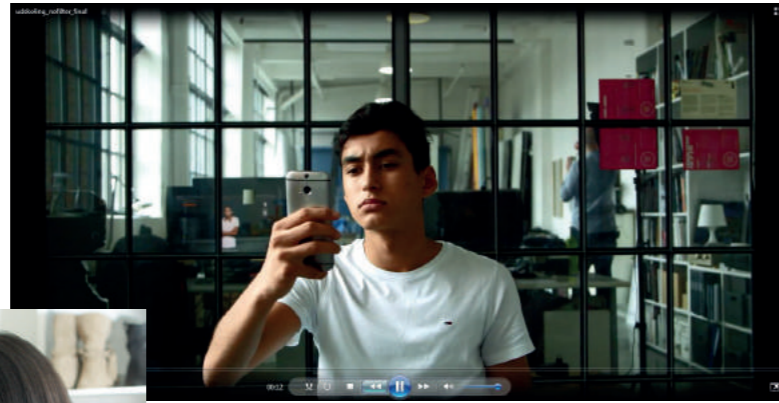
Svarprocent=94 %, n=974. I alt angiver antal besvarelser og ikke antal elever, da det var muligt at angive flere besvarelser.

Det indikerer, at eleverne i en undervisningssammenhæng gerne vil have indblik i, hvordan unge forholder sig til kroppen, og hvordan unge kan være påvirket af idealer. Den tredje mest valgte kategori er kropsidealer på sociale medier (39,0 %). Sættes dette ønske i relation til undersøgelsens konklusion om, at særligt unge der er utilfredse med egen krop oplever, at sociale medier påvirker deres syn på egen krop (afsnit 3.4), peges der igen på vigtigheden af en seksualundervisning, der udvikler elevernes kritiske blik for den betydning de normer og idealer unge eksponeres for på sociale medier kan have for unges tilfredshed med egen krop.

I undervisningsmaterialet #KROP målrettet 7.-9. klasse til Uge Sex 2018 imødekommes elevernes ønsker i en række konkrete undervisningsaktiviteter. Med afsæt i den pædagogiske tilgang, som er indlejret i Fælles Mål for Sundheds- og seksualundervisning og familiekundskab (Undervisningsministeriet 2016) lægger undervisningsaktiviteterne op til, at eleverne tilegner sig viden om kropsidealer, analyserer normer og idealer for kroppen, de møder på sociale medier og i deres hverdag generelt, undersøger og diskuterer hvilke faktorer, der påvirker unges syn på egen krop, forholder sig kritisk til undersøgelser og data om unges tilfredshed med egen krop og diskuterer og udvikler konkrete handlemuligheder, der kan bidrage til at forandre begrænsende normer og idealer for kroppen samt fremme unges tilfredshed med egen krop.

4. LITTERATURLISTE

- Børnerådet (2014): "Mange unge er utilfredse med deres krop." Analysenotat, nr. 2, 1. år-gang, 5/2 2014
- Center for Ungdomsforskning (2010): "Når det er svært at være ung i Danmark" af Nielsen, J.C, Sørensen, N.U., & Osmeck, M.N. (2010). Kapitel 8, Krop og Ydre.
- Undervisningsministeriet (2016): "Fælles Mål for sundheds- og seksualundervisning- og familiekundskab".



»
"Jeg tror helt klart, at det er
de sociale medier, som har
en megastor betydning for,
hvordan vi unge ser på os selv"



BILAG: UNDERSØGELSENS METODE

Undersøgelsen bygger på kvantitative data med åbne besvarelser, som er indsamlet via et online spørgeskema opsat i programmet Survey Monkey. Vi har anmodet alle lærere, som har deltaget i Uge Sex kampagnen med udskolingsklasser i 2017, om at få deres elever til at deltage i undersøgelsen. I alt har 1031 elever fra 7.-9. klasse deltaget i undersøgelsen.

Beskrivelse af respondenter

Undersøgelsens 1031 elever har en bred geografisk spredning, da eleverne repræsenterer Bornholm, Fyn, Jylland og Sjælland. Dog er der ikke en ligelig fordeling af respondenter blandt landsdelene i og med at lidt over halvdelen af eleverne (54,7 %) er fra Jylland. Undersøgelsen er således ikke reelt repræsentativ for elever i 7.-9. klasse, men repræsenterer et bredt udsnit af elever, hvis lærere har været tilmeldt Uge Sex i 2017.

Respondenterne fordeler sig nogenlunde ligeligt på de tre klassetrin i udskolingen, og der er en ligelig fordeling af drenge og piger i undersøgelsen.

| Landsdel | Antal | Procent |
|--------------|--------------|----------------|
| Bornholm | 30 | 2,9 % |
| Fyn | 63 | 6,2 % |
| Jylland | 565 | 54,7 % |
| Sjælland | 373 | 36,1 % |
| Total | 1.031 | 100,0 % |

| Klassetrin | Antal | Procent |
|--------------|--------------|----------------|
| 7. klasse | 341 | 33,1 % |
| 8. klasse | 437 | 42,4 % |
| 9. klasse | 253 | 24,5 % |
| Total | 1.031 | 100,0 % |

| Klassetrin | Antal | Procent |
|--------------|--------------|----------------|
| Dreng | 509 | 49,4 % |
| Pige | 521 | 50,5 % |
| I alt | 1.031 | 100,0 % |

Bearbejdning af data

Data er indhentet i Survey Monkey og er overført til Excel, hvor der er foretaget deskriptive analyser (krydstabeller). X^2 (chi-i-anden) er blevet anvendt som teststørrelse, hvor der er beregnet p-værdier i enkeltcelletests.

Eftersom det kun er 0,58 % af eleverne til undersøgelsen, der går i 10. klasse har vi i undersøgelsen valgt at slå kategorierne 9. klasse og 10. klasse sammen, og vi betegner denne kategori som 9. klasse.

Spørgeskemaets åbne besvarelser er blevet anvendt til at uddybe og supplere de kvantitative data.

BILAG: UNDERSØGELSENS SPØRGESKEMA

Kære elev i udskolingen

Tak fordi du vil deltage i Sex & Samfunds spørgeskema om krop og kropsidealer. Dine svar vil få betydning for, hvad dette års Uge Sex temamateriale skal indeholde.

Uge Sex temamaterialet er et undervisningsmateriale, som udarbejdes til Uge Sex-kampagnen 2018. Kampagnen foregår i Uge 6. Temaet for kampagnen er #Krop. Undersøgelsen gennemføres blandt elever i 7.-9. klasse i hele Danmark.

Dine svar vil være helt anonyme, og kan ikke spores tilbage til dig - eller til din klasse. Husk derfor, at du ikke behøver at fortælle andre om dine svar, og lad være med at spørge ind til andres svar.

Husk at svare så ærligt som muligt.

Tusind tak for din deltagelse!

Med venlig hilsen

Lone Smidt og Signe Nebelong
Sex & Samfund

BAGGRUNDSINFORMATION

1. Køn

Dreng Pige Andet (angiv venligst): _____

2. Landsdel

Jylland Fyn Sjælland Andet (angiv venligst): _____

3. Klassetrin

7. klasse

8. klasse

9. klasse

Spørgsmål om forhold til egen krop

4. Hvor tilfreds er du med din egen krop?

Meget tilfreds

Nogenlunde tilfreds

Hverken/eller tilfreds

Mindre tilfreds

Slet ikke tilfreds

5. I hvor høj grad præger tilfredsheden med din krop dit selvværd? (Det vil sige din op-levelse af at være tilfreds med dig selv - og være god nok som du er)

I høj grad

I nogen grad

Hverken/eller

I mindre grad

Slet ikke

Ved ikke

6. Er der noget ved din krop, du er tilfreds med?

Ja Nej Ved ikke

6.a Hvis ja - Hvad er du tilfreds med ved din krop? (Du kan sætte flere krydser)

Vægt Bagdel

Højde Hofter

Kropsform Bryster

Mave Kønsorganer

Lår Kropsbehåring

Arme

Andet (angiv venligst): _____

7. Er der noget ved din krop, du er utilfreds med?

Ja Nej Ved ikke

7.a Hvis ja - Hvad er du utilfreds med ved din krop? (Du kan sætte flere krydser)

Vægt Bagdel

Højde Hofter

Kropsform Bryster

Mave Kønsorganer

Lår Kropsbehåring

Arme

Andet (angiv venligst): _____

Spørgsmål om syn på kroppen generelt

8. Hvem eller hvad mener du har indflydelse på dit eget syn på din krop? (Du kan sætte flere krydser)

Mig selv Min kæreste

Sociale medier Film og TV

Reklamer

Mine forældre

Mine venner

Kendte personer (fx youtubere, sports-stjerner, musikere..)

9. Hvor mange unge i din alder, tror du, er utilfredse med deres krop?

0-10 %

20-30 %

30-50 %

60-80 %

80-100 %

10. Går du i bad med dine klassekammerater efter idræt?

Ja Nej Ved ikke

10.a Hvis nej eller ved ikke - Hvad er de vigtigste årsager til, at du ikke/helst ikke går i bad efter idræt (Vælg max. to svar)

Utilfredshed med egen krop

Bekymring for at der bliver taget billeder

Er utryk ved at være nøgen sammen med mine klassekammerater

Har ikke lyst til at se på andres nøgne kroppe

Baderummene på skolen er ulækre

Ved ikke

Andet (angiv venligst): _____

11. Mener du, at det er vigtigt at gå i bad efter idræt?

Ja Nej Ved ikke

12. Mange elever i de ældste klasser går ikke i bad efter idræt. Hvad mener du, man kan gøre for, at bad efter idræt er noget, som alle elever i en klasse har lyst til at deltage i?

13. Mange unge er utilfredse med deres krop. Hvad tror du er årsag til, at så mange unge er utilfredse med deres krop?

14. Hvad mener du, man kan gøre for at styrke unges tilfredshed med deres egen krop?

15. Hvad synes du, at Uge Sex undervisningsmateriale om kroppen til 7.-9. klasse skal handle om? (Sæt max. 3 krydser)

- Hvilke kropsidealer der findes
- Hvordan kropsidealer påvirker unges syn på kroppen
- Hvordan kropsidealer har ændret sig gennem historien
- Andre unges tanker og forestillinger om kroppen
- Kropsidealer i pornoen
- Kropsidealer på sociale medier
- Kønsorganers anatomi

Andet (angiv venligst): _____

16. Her kan du skrive kommentarer til undersøgelsen - eller andet du synes, vi skal vide om unges forhold til kroppen:

SEX
SAMFUND

