

Mediernas inverkan på flickors kroppsbild

En systematisk litteraturstudie

Mikaela Miller

Lene Olin

Examensarbete

Vård

2015

EXAMENSARBETE	
Arcada	
Utbildningsprogram:	Vård
Identifikationsnummer:	
Författare:	Mikaela Miller & Lene Olin
Arbetets namn:	Mediernas inverkan på flickors kroppsbild
Handledare (Arcada):	Ira Jeglinsky-Kankainen
Uppdragsgivare:	Väestöliitto
<p>Sammandrag:</p> <p>Medierna är i dagens samhälle en stor del av barn och ungdomars liv. Teknologin utvecklas och nya former av medier uppstår. Medierna inverkar på flickors kroppsbild både positivt och negativt. Syftet med examensarbetet var att undersöka mediernas inverkan på flickors kroppsbild genom att besvara frågorna ”Vad i medierna inverkar på flickornas syn på sin kroppsbild?” och ”Hur inverkar åldern på flickors sätt att se på sin kropp?”. Uppfattningen av kroppsbilden tolkades utifrån flickornas synvinkel. Examensarbetet gjordes som en systematisk litteraturstudie och undersökte åldersgrupperna 4-12 år och 13-19 år. Som teoretisk referensram användes Lena Wicklunds tolkning på Katie Erikssons ursprungliga beskrivning av människan, utgående från tre perspektiv kroppen, själen och anden. Till examensarbetet valdes 20 artiklar, som granskades kritiskt och analyserades med innehållsanalys. Resultat av artiklarna var att det slanka idealet i medierna inverkar på flickors syn på sin kroppsbild. De flesta artiklarna kom fram till resultatet att medierna påverkar negativt på flickornas kroppsbild. I resultaten kom det fram att förutom medier hade också vänner en stor inverkan på flickors sätt att se på sin kropp. Då artiklarna jämfördes med varandra, visade det sig att det fanns tydliga skillnader i åldersgrupperna. Desto äldre flickor som undersöktes, desto mer blev flickorna påverkade av medier. Av resultaten kan dras slutsatsen att medier ger unga flickor ett orealistiskt ideal på hur en kvinna skall se ut för att bli accepterad av samhället.</p>	
Nyckelord:	Väestöliitto, kroppsbild, flickor, medier
Sidantal:	61
Språk:	Svenska
Datum för godkännande:	17.6.2015

DEGREE THESIS	
Arcada	
Degree Programme:	Vård
Identification number:	
Author:	Mikaela Miller & Lene Olin
Title:	Media impact on girls body image
Supervisor (Arcada):	Ira Jeglinsky-Kankainen
Commissioned by:	Väestöliitto
Abstract:	
<p>Media is in today's society a big part of the life of adolescents and children. Technology develops and new media is formed. Media effects girl's body image in a positive and a negative way. The aim of this study was to examine the influence of the media on girls body image by answering the questions "What in media influence the girl's body image?" and "How does the age of the girls impact on the way the girls look at their body?". The body image belief was read from the girl's point of view. The thesis project was done as a systematic literature study and examined girls in the ages 4-12 years and 13-19 years. The theoretical frame of reference was Lena Wicklunds interpretation of Katie Erikssons primary description of the human. It is written from three perspectives: body, soul and spirit. Twenty chosen articles were critically examined and analyzed with content analyses. The result of the study was that the thin ideal presented in media has an impact on the girl's body image. In most of the study's the media had a negative impact on the way girls look at their bodies. The results showed that media has a great impact but also peer influence is strong and has a great impact on the way girls look at their bodies. There were apparent differences by age when the articles was compared with each other. The Impact of the media increased by age. The older the girls were, the more did the media impact on their body image. The conclusion of the results was, that media shows young girls an unrealistic ideal of a woman and how she is supposed to look to be accepted.</p>	
Keywords:	Väestöliitto, body image, girls, media
Number of pages:	61
Language:	Swedish
Date of acceptance:	17.6.2015

OPINNÄYTE	
Arcada	
Koulutusohjelma:	Vård
Tunnistenumero:	
Tekijä:	Mikaela Miller & Lene Olin
Työn nimi:	Median vaikutus tyttöjen kehonkuvaan
Työn ohjaaja (Arcada):	Ira Jeglinsky-Kankainen
Toimeksiantaja:	Väestöliitto
<p>Tiivistelmä:</p> <p>Media on tänä päivänä suuri osa lasten ja nuorten elämää. Teknologia kehittyy ja uusia mediamuotoja syntyy. Media vaikuttaa tyttöjen kehonkuvaan sekä positiivisesti että negatiivisesti. Opinnäytetyön tarkoituksena oli tutkia, miten media vaikuttaa tyttöjen kehonkuvaan vastaamalla kysymyksiin ”Mikä mediassa vaikuttaa tyttöjen oman kehonkuvan näkemykseen?” ja ”Miten ikä vaikuttaa tyttöjen tapaan katsoa omaa kehoa?”. Käsitys kehonkuvasta tulkittiin tyttöjen näkökulmasta. Opinnäytetyö tehtiin systemaattisena kirjallisuuskatsauksena ja siinä tutkittiin tyttöjä ikäryhmissä 4-12 vuotta ja 13–19 vuotta. Teoreettisena viitekehystenä käytettiin Lena Wiklundin tulkintaa Katie Erikssonin kuvauksesta ihmisestä, johon sisältyy ruumis, sielu ja henki. Opinnäytetyöhön valittiin 20 artikkelia, jotka arvioitiin kriittisesti ja analysoitiin sisällön analyysilla. Tulokseksi saatiin, että hoikka ihannevirtalo mediassa vaikuttaa tyttöjen kehonkuvaan. Suurimmassa osassa artikkeleita tulos viittasi siihen, että media vaikuttaa negatiivisesti tyttöjen kehonkuvaan. Tuloksissa näkyi myös, että ystävillä oli iso vaikutus siihen millä tavalla tytöt katsoivat omaa kehoaan. Kun artikkeleita verrattiin, huomattiin että ikäryhmissä on suuria eroja. Mitä vanhempia tytöt olivat, sitä enemmän medially oli vaikutusta heihin. Tuloksista voidaan tehdä johtopäätös, että media antaa nuorille tytöille epärealistisen kuvan siitä miltä naisen tulisi näyttää, jotta hänet hyväksyttäisiin yhteiskunnassa.</p>	
Avainsanat:	Väestöliitto, kehonkuva, tytöt, media
Sivumäärä:	61
Kieli:	Ruotsi
Hyväksymispäivämäärä:	17.6.2015

INNEHÅLL

Inledning	7
1 Bakgrund	8
1.1 Flickors sexuella utveckling.....	8
1.2 Kroppsbild.....	9
1.3 Mediernas inverkan på barn och unga i allmänhet	11
1.4 Mediernas historia	12
2 Syfte och frågeställningar	13
3 Teoretisk referensram	13
3.1 Kroppen	14
3.2 Själen.....	15
3.3 Anden	16
Metod	16
4	16
4.1 Datainsamling.....	17
4.2 Innehållsanalys.....	20
4.3 Kvalitetsgranskning	21
5 Forskningsetik	22
6 Resultatredovisning	23
6.1 Flickor i åldern 4-12 år.....	23
6.1.1 <i>Slankt ideal</i>	23
6.1.2 <i>Positiv kroppsbild</i>	26
6.1.3 <i>Åldern</i>	26
6.2 Flickor i åldern 13-19 år.....	27
6.2.1 <i>Slankt ideal</i>	27
6.2.2 <i>Åldern</i>	32
6.3 Hur skiljer sig flickors syn på sin kropp beroende på åldern?	33
7 Diskussion	34
8 Kritisk granskning	36
9 Avslutning	38
Källor	39
Bilagor	44

Bilaga 1 Kvalitetsgranskning av artiklarna	44
Bilaga 2.....	55

INLEDNING

Medierna är idag en stor del i barnens och ungdomarnas liv. Televisionen är fortfarande den populäraste median fastän teknologin utvecklas ständigt och nya former av medier uppstår. Exempel på nya former av medier är mobiltelefoner, sociala medier och datorer. Medier har både en negativ och en positiv påverkan på barn och unga. Medier ökar ett negativt hälsorelaterat beteende och hälsoproblem, samtidigt som de också ökar kunskap och samhörighet. (Strasburger & Hogan 2013 s. 958-959)

Hur människan ser på sig själv dvs. jag-bilden, påverkas av olika faktorer. De egenskaper som anses viktiga inom samhället och de egenskaper som andra individer uppskattar, hör ihop med jag-bilden. Jag-bilden formas också av kulturen och olika kulturer har egna kroppsideal. (Grogan 2008 s. 46, Santor och Walker 1999, Valtari 2005 s. 83)

I examensarbetet undersöktes mediernas inverkan på flickors kroppsbild utgående från tesen att flickors syn på sin kroppsbild blir påverkad av medier. Forskningen omfattade de västerländska länderna, eftersom skönhetsidealet och olika former av medier är ganska lika i dessa länder.

Som uppdragsgivare för examensarbetet fungerade Väestöliitto. Väestöliitto är en expertorganisation som fungerar på social- och hälsovårdsbranschen. Väestöliitto fungerar samhälleligt som en pålitlig forskare, påverkare, utvecklare och som tjänsteproducent. Organisationen fokuserar på att främja befolkningens välmående, sexual hälsa och på att öka det finska samhällets mångkultur. (Väestöliitto 2015a, Väestöliitto 2015b)

Skribenterna hade från uppdragsgivaren Väestöliittos sida vissa krav på hur studien skulle genomföras. Väestöliitto gav som uppdrag att skribenterna skulle göra en litteraturstudie med ämnet sexualhälsa. Skribenterna valde att skriva om mediernas inverkan på flickors kroppsbild, eftersom det är ett aktuellt ämne för tillfället.

1 BAKGRUND

1.1 Flickors sexuella utveckling

Ett nyfött barn har vid födseln som en grundmekanism att vänja sig vid omgivningen. Barnet har redan vid födseln ett behov av att lära sig och barnet börjar memorera händelser och upplevelser i minnet. Faktorer som kultur, uppfostran, attityder och värden gör att vi har olika föreställningar om sexualitet. Barnet lär sig redan som liten vad som hör till sexualitet. (Storvik-Sydänmaa et al. 2012 s. 16, Riksförbundet för sexuell upplysning 2015)

När barnet är 1-3 år är hennes fysiska utveckling snabb. Barnet börjar röra på sig och lär sig så småningom att gå och prata. Typiskt för barn i två och treårsålder är att imitera och ta efter vuxna. Normalt för ett barn i den här åldern är att hon blir intresserad av sitt eget könsorgan. Barnet tittar och rör både sitt egna och andras könsorgan. Barnet är nyfiken och vill utforska sin omgivning och upptäcka nya saker. Lekar där sexualitet ingår är naturliga och en del av utvecklingen. (Storvik-Sydänmaa et al. 2012 s. 41, Riksförbundet för sexuell upplysning 2015)

Under 3-6 års ålder förändras barnets kropp på yttre sidan. Hon växer på längden och tappar sina första mjölkttänder. Den fysiska utvecklingen och växten är tydlig. Både grov- och finmotoriken utvecklas drastiskt under dessa år. Barnet är i detta skede självcentrerat och kan bara se på saker från sitt eget perspektiv. (Storvik-Sydänmaa et al. 2012 s. 47, 48-50)

Med flickor i skolåldern menas 7-12-åringar. (Storvik-Sydänmaa et al. 2012) I denna ålder är den fysiska utvecklingen relativt långsam, vilket möjliggör en förbättring av de motoriska färdigheterna och kontrollen över den egna kroppen. Att de motoriska färdigheterna utvecklas spelar en stor roll i barnets uppfattning av sin jag-bild. Barnet börjar i den här åldern bli mer medveten om sexualiteten och frågor relaterade till sexualitet är vanliga. Ordförrådet är mer utvecklat och barnet pratar om sex och använder sexuella uttryck. Undersökning av det egna och andras könsorgan är normalt

och barnet visar nyfikenhet inom ämnet. Lekar där barnet frågar chans på jämnåriga kamrater och eventuellt provar att kyssas är vanligt. (Storvik-Sydänmaa et al. 2012 s. 62-63, Riksförbundet för sexuell upplysning 2015)

Med tonåren menas det psykiska utvecklingskedet från barn till vuxen från åldern 12 till 18. (Storvik-Sydänmaa et al. 2012 s. 69). Puberteten sker i början av utvecklingskedet och den varar i 2-5 år. Under puberteten utvecklas barnet både biologiskt och fysiologiskt och även den sexuella utvecklingen och könsmognaden börjar. Den hormonella aktiviteten i kroppen ökar och den fysiska utvecklingen rubbar den psykiska balansen. Sexualiteten och allt som hör där till, intresserar den unga och det kan synas i flickor som känslor eller som tankar om romantisk kärlek. I tonåren är den upplevda kärleken ofta kärlek på distans till någon skådespelare eller annan känd person. Tiden för ett parförhållande infaller först i slutet av tonåren när den ungas känslor har jämnat ut sig och hon kan fokusera på ett förhållande med äkta interaktion. Den unga uppnår könsmognaden, vilket är en signifikant fysisk förändring. (Mannerheimin lastensuojeluliitto 2015a, Aalberg & Siimes 1999 s. 15)

Människan är en sexuell varelse och sexualitet är något som följer med genom hela människans liv. I ungdomen sker förändringarna tydligast, då kroppen förändras till en vuxen kvinnas kropp. Medan dessa förändringar sker, bildar den unga en ny uppfattning om sin kropp och ser sig själv på ett nytt sätt. (Storvik-Sydänmaa et al. 2012 s. 69) Det är vanligt att de unga ingår ett parförhållande för att bryta sig loss från sina föräldrar och bli självständiga. Den unga funderar också om hon duger till någon utseendemässigt och ifall någon kan bli kär i henne. (Mannerheimin lastensuojeluliitto 2015b) Den sexuella utvecklingen sker hos alla i olika takt. (Aalberg & Siimes 1999 s. 43, 46)

1.2 Kroppsbild

Kroppen är en symbol för individens jag-bild. Kroppen påverkar inte enbart fysiskt och psykiskt, utan även sociokulturellt. I Maarit Valtaris artikel Ulkonäönmerkitys, elämän tavoitteet ja niiden yhteydet kulutukseen, som ingår i Nuorisobarometri 2005, tas främst upp utseendets betydelse för ungdomar. Enligt Valtari ger utseendet mycket information om individen, åldern, könet och etniciteten, men utseendet kan också användas för att

förmedla någonting om sig själv. Eftersom människan är beroende av andra individer, vill hon vara accepterad och försöker därför uppfylla omgivningens krav. (Valtari 2005 s. 82-83)

Santor och Walker (1999) har påvisat att de egenskaper, som individen anser att andra människor tycker är viktiga, har samband med upplevelsen av jag-bilden. Det som andra människor värderar är alltså i en central roll för individens jag-bild. Individens jag-bild är också starkt kulturbunden och även individuella faktorer påverkas av kulturen. Fastän kulturen har gemensamma normer och värden, uppfattar varje individ dem på sitt eget sätt. (Valtari 2005 s. 83) Olika kulturer ser den ideala kroppsbilden på olika sätt. I fattiga kulturer kan en smal kropp vara ett tecken på undernäring, fattigdom och infektionssjukdom, medan övervikt ses som hälsa, välfärd och framgång. (Grogan 2008 s. 46)

I förmögna västerländska kulturer är slankhet kopplat ihop med lycka, ungdomlighet och att bli accepterad i samhället, medan övervikt ses som lathet och brist på kontroll. Idealet för kvinnor är att vara smala, medan män ska vara slanka och muskulösa. (Grogan 2008 s. 24-25) Thomas Cash menar att överviktiga människor blir behandlade på ett annat sätt redan från barndomen. Barn leker helst inte med sina överviktiga kompisar och associerar överviktiga människor med negativa adjektiv. Fördomarna fortsätter upp i vuxenålder, då överviktiga personer ses som mindre aktiva, intelligenta, framgångsrika och populära än slanka människor. (Grogan 2008 s. 24-25)

I de västerländska kulturerna har den attraktiva och hälsosamma kroppsmodellen och -storleken varierat genom tiderna, speciellt hos kvinnor. Från och med medelåldern har kvinnan avbildats som mullig, med fylliga bröst och höfter, vilket ansågs vara en symbol för fertilitet. Ända fram till 1920-talet eftersträvades en rundare kropp, varefter den slanka kroppen tog över, som ett resultat av en framgångsrik marknadsföring inom modebranschen. Handmålade tavlor ändrades till fotografier, som publicerades i modetidningar och presenterade en bild av hur kvinnor borde se ut. (Grogan 2008 s. 31-32, 34) Vid den här tiden var idealet att vara trådsml, kvinnorna skulle inte ha bröst eller rumpa. På 1930–40-talet gick idealet mot en kurvigare kropp och på 1950-talet var det modernt att ha stora bröst och höfter, men liten midja och smala ben. Först var det

bara kvinnorna i de högre samhällsklasserna som följde idealet, men på 1960-talet blev den smala kroppen något som kvinnor i alla samhällsklasser strävade efter. Under 1960–80-talet växte modellerna i längd, men de blev smalare och smalare. På 2000-talet uppfanns möjligheten att redigera bilderna som publicerades i tidningar, vilket betyder att så gott som alla bilder vi ser i tidningarna idag är digitalt behandlade på något sätt. (Grogan 2008 s. 34, 36-38, 40)

Även människorna i de fattiga kulturerna har börjat gå mot ett slankare kroppsideal, speciellt de individer som är i kontakt med medierna från de västerländska länderna. En del författare har till och med påstått att västerländska medier är orsaken till ätstörningar och missnöje med den egna kroppen. (Grogan 2008 s. 46-47)

1.3 Mediernas inverkan på barn och unga i allmänhet

Medierna är nuförtiden en stor del av barnens liv. Barnen använder allt från TV till sociala medier, mobiltelefoner och tabletter. Barnens ökade användning av medier kan medföra risker och hälsoproblem, eftersom de tar lärdom av och kan bli negativt påverkade av dem. Användning av media kan också ha positiva effekter, som att förbättra kunskapen, samhörigheten och hälsan. (Strasburger & Hogan 2013 s. 958)

Enligt tidigare studier tillbringar 8-10-åringar i medeltal närmare 8 timmar per dag med olika slags medier. Äldre barn och ungdomar använder medier över 11 timmar per dag. Detta beteende förstärks om barnen har en egen TV i sitt rum. De flesta barn och ungdomar har också tillgång till internet och 75 % av 12-17-åringarna har en egen mobiltelefon. Många ungdomar brukar hålla på med multitasking, det vill säga att de använder flera olika tekniska apparater samtidigt. (Strasburger & Hogan 2013 s. 958-959)

Det finns både fördelar och nackdelar med att barn och ungdomar använder sociala medier. Fördelar är till exempel socialisering, kommunikation, tillfälle att lära sig och tillgång till information om hälsa. De sociala medierna ger ungdomar en möjlighet att hålla kontakt med vänner och familj, träffa nya vänner och dela fotografier, utan att behöva träffa sina anhöriga personligen. De sociala medierna kan också öka

kännedomen om sig själv, samhället och världen. De sociala medierna erbjuder skolelever ett sätt att hålla kontakt, till exempel för att göra hemläxor eller grupparbeten. Vissa skolor använder också bloggar som ett verktyg för undervisningen. Ungdomar kan enkelt och anonymt hitta information på internet om sina hälsobekymmer. Ungdomar med någon kronisk sjukdom kan hitta nätsidor, där de får stöd av andra ungdomar i en liknande situation. Ungdomarna kan också komma åt felaktig information på nätet och då måste föräldrarna hjälpa dem med vad som är tillförlitligt och otillförlitligt. Att uppmuntra föräldrarna att fråga sina barn och ungdomar om internetsökningar de gjort, kan leda till diskussion om ämnet, vilket även är positivt. (Schurgin O’Keeffe & Clarke-Pearson 2011 s. 801)

De sociala medierna medför också risker, som till exempel mobbning och trakasserier på nätet. Via internet eller telefonen kan man skicka meddelanden eller bilder som har ett sexuellt innehåll. En del ungdomar kan även få depression av att de inte blir accepterade i de sociala medierna, till exempel Facebook. (Schurgin O’Keeffe & Clarke-Pearson 2011 s. 801-802)

1.4 Mediernas historia

Redan under 1700-talet har den första formen av media, tidningen varit en del av befolkningen. I samband med industrialiseringen på 1800-talet fick allt fler bli bekanta med tidningen då tillverkningsmetoderna utvecklades och möjligheter för spridning av nyheter utvecklades. På 1950-talet fick man reda på nyheter via tidningar, radio och telefon. (Ahlberg & De Vries, 2015) Redan i början av 1900-talet kom de första televisionerna. (Suominen et al. 2013 s. 24)

Gemensamt med dagens sociala medier och medierna förut är att informationen ges via bildrutor. Från och med mitten av 1900- talet har bildrutorna blivit allt mer centrala i mobiltelefoner. I slutet av 1980-talet och i början av 1990-talet blev datorer mer bekanta för befolkningen och då började datorer utvecklas till mer multimediaenheter. (Suominen et al. 2013 s. 24) Från och med början av 2000-talet har de sociala medierna utvecklats drastiskt runtom i världen. Då började det bli allt vanligare att ha dator och mobiltelefon i hushållen. Enligt Finlands officiella statistik gjord år 2012 använder 90

% av Finlands befolkning internet hela tiden eller har använt det inom de tre senaste månaderna. (Suominen et al. 2013 s. 10)

Idag bor vi i ett mediasamhälle som också kan kallas för informationssamhället. Från att ha gått från tidningen som den enda informationskanalen till ett samhälle med minst åtta olika informationskanaler har behövts flera århundranden. Idag är de vanligaste medierna internet, tv, video, CD, DVD, tidningar, böcker och radio. (Ahlberg & de Vries 2015)

2 SYFTE OCH FRÅGESTÄLLNINGAR

I arbetet utreddes hur flickors kroppsbild blir påverkad av medier. I arbetet utgick skribenterna från tesen att flickors syn på sin kroppsbild blir påverkad av medier. Skribenterna baserade sitt antagande på litteratur som presenteras i bakgrunden under rubriken 1.2 Kroppsbild. Enligt Valtari (2005) försöker människan uppfylla omgivningens krav, eftersom hon är beroende av andra individer och vill vara accepterad. Skribenterna antog att människan blir påverkad av medier, eftersom medierna är en del av omgivningen.

Syftet med detta examensarbete var att jämföra hur flickor i åldern 4-12 år och flickor i åldern 13-19 år ser på sin egen kropp och hur deras kroppsbild blir påverkad av medier. Arbetet utgick från flickornas perspektiv.

Frågeställningar

Vad i medierna inverkar på flickors syn på sin kroppsbild?

Hur inverkar åldern på flickors sätt att se på sin kropp (4-12 år respektive 13-19 år)?

3 TEORETISK REFERENS RAM

Som teoretisk referensram valdes vårdvetenskapens beskrivning på människobilden. Katie Eriksson (1988) beskriver människan utgående från tre perspektiv; kroppen, själen och anden. Människan ses alltid som en helhet och kan inte delas upp i

dimensioner. (Eriksson 1988 s. 28) I arbetet användes Lena Wiklunds (2003) tolkning av Katie Erikssons teori. Wiklund har utvecklat teorin och tagit inflytande av andra vårdvetare och filosofer.

I arbetet var kroppsbilden en central term och därför har teorin valts ut. Mest fokus sattes på kroppen, men eftersom människan ses som en helhet var det viktigt att även ta upp själen och anden.

3.1 Kroppen

Kroppen är inte enbart vår fysiska karaktär, utan den innehåller känslor och är ett verktyg att kommunicera med omvärlden. Därför måste kroppen betraktas som en större helhet. Det betyder att en vårdare måste betrakta hela människan och inte bara skadan. (Wiklund 2003 s. 47)

Enligt den franska filosofen Merleau-Ponty (1997) är det genom kroppen som människan förhåller sig till omvärlden och varje människa har ett unikt förhållande till sin kropp. Merleau-Ponty menar att kroppen är ett subjekt och talar om den subjektiva kroppen. Människan får tillgång till världen genom kroppen. Med hjälp av syn, hörsel och känsel skapar människan en bild av sig själv och omgivningen. Det leder till att kroppsuppfattningen och världsbilden ändras, om kroppen förändras på grund av exempelvis sjukdom eller skada. En förändring i kroppen påverkar inte enbart den drabbade individen, utan andra människor kan börja behandla henne på ett annat sätt. (Wiklund 2003 s. 48-49)

Identiteten utformas med hjälp av kroppen och människan kommunicerar med omvärlden genom kroppen. Talet, gester, hållningen och olika ansiktsuttryck hjälper andra människor att uppfatta våra tankar, känslor och avsikter. Enligt Stern (1991) börjar vi genast från födseln småningom bli medvetna om vår kropp genom fysiska upplevelser, som till exempel hunger och rörelse. Desto äldre vi blir börjar vi sammankoppla våra fysiologiska upplevelser med tankar och minnen. Det betyder att vi erfar vår kropp i relation till omgivningen. (Wiklund 2003 s. 50-51)

3.2 Själén

Människans självmedvetenhet, förmågan att känna, tänka och fatta beslut är en beskrivning på själen ur ett vårdvetenskapligt perspektiv (Wiklund 2003 s. 51). Varje människa tänker olika och har ett unikt sätt att tänka och alla har sina egna sätt att uppfatta verkligheten. Uppfattningen och förståelsen människan har av något beskrivs på basen av hennes tidigare erfarenheter och kunskaper. Det som hon förväntar sig att skall hända i stunden och framtiden formas enligt tidigare erfarenheter och ett samspel med omvärlden. (Wiklund 2003 s. 52)

För att kunna beskriva människans själsliga förmågor måste man använda mer konkreta begrepp och uttryck. Man använder sig då av kognitiva funktioner som slutledningsförmåga, minne och känslor. Människans minnen, känslor och emotioner utvecklas främst av erfarenheter och människan har en förmåga att skapa helheter och mening tillsammans av kognitiva komponenter och erfarenheter. (Wiklund 2003 s. 52)

Wiklund beskriver självmedvetenheten utgående från Sterns (1990, 1991) teori. Stern integrerar begreppen kropp och själ. Människans självmedvetenhet börjar redan när hon är ett barn. Självmedvetenhet uppkommer genom att människan upplever sig själv genom sin kropp, sina tankar och sina känslor i relation till världen. Barnet får en upplevelse av vad ett föremål är när hon undersöker det. Barnet skapar en inre, symbolisk bild av föremålet som väcker olika känslor i samband med upplevelser av föremålet. Barnet upplever människor på samma sätt, först det yttre med miner och gester och sedan upptäcker hon att det finns ett inre. I samband med vår självmedvetenhet skapas livsregler, som är personliga erfarenheter och tolkningar av möten med andra människor. Livsreglerna hjälper oss att förstå hur vi får kärlek, bekräftelse och uppskattning. De är ett redskap, som klargör innehållet i vad som sker för oss. (Wiklund 2003 s. 53-55)

3.3 Anden

Anden kan förklaras genom att fråga Varför finns jag? Vad är livets mening? eller Vad händer efter döden? Det centrala med människans andlighet är att ställa existentiella frågor och återspegla sin existens på ett unikt sätt. (Wiklund 2003 s. 55)

Enligt Wiklund menar Eriksson att människan har en längtan och ett hopp efter Gud eller en annan abstrakt. Alla människor har en möjlighet till ett religiöst liv, men alla väljer inte att använda denna möjlighet. Till andligheten hör också estetiken och etiken. Estetiken kan komma till uttryck genom till exempel en vacker solnedgång eller ett musikstycke. Etiken handlar om vad människan anser är rätt och fel eller gott och ont. (Wiklund 2003 s. 56)

Wiklund tar upp Sivonens teori om andlighet. (Wiklund 2003 s. 56) Sivonen (2000) beskriver hur andliga problem, behov och begär, oberoende av ålder eller kultur, kommer tydligare fram vid lidande och ohälsa. Det kan vara svårt för patienten att förklara hur hon tänker, eftersom det upplevs intimt. (Sivonen 2000)

4 METOD

Examensarbetet gjordes som en systematisk litteraturstudie, enligt uppdragsgivarens önskan. En systematisk litteraturstudie går ut på att först systematiskt söka litteraturen, sedan kritiskt granska den och till slut sammanställa litteraturen inom ett specifikt område. I en litteraturstudie används data från aktuella tidigare forskning och syftet är att komma till en slutsats, som man kan ha nytta av i praktiken. (Forsberg & Wengström 2013 s. 30)

En systematisk litteraturstudie utförs i flera steg. Processen börjar med problemformulering och att bilda frågor som det går att svara på. Det måste finnas en klar plan för hur litteraturstudien kommer att utföras och vilka sökord och -strategier som kommer att användas. Sedan ska litteraturen väljas ut, granskas kritiskt, kvalitetsbedömas och analyseras. Slutligen ska resultaten sammanställas och diskuteras. (Forsberg & Wengström 2013 s. 31-32)

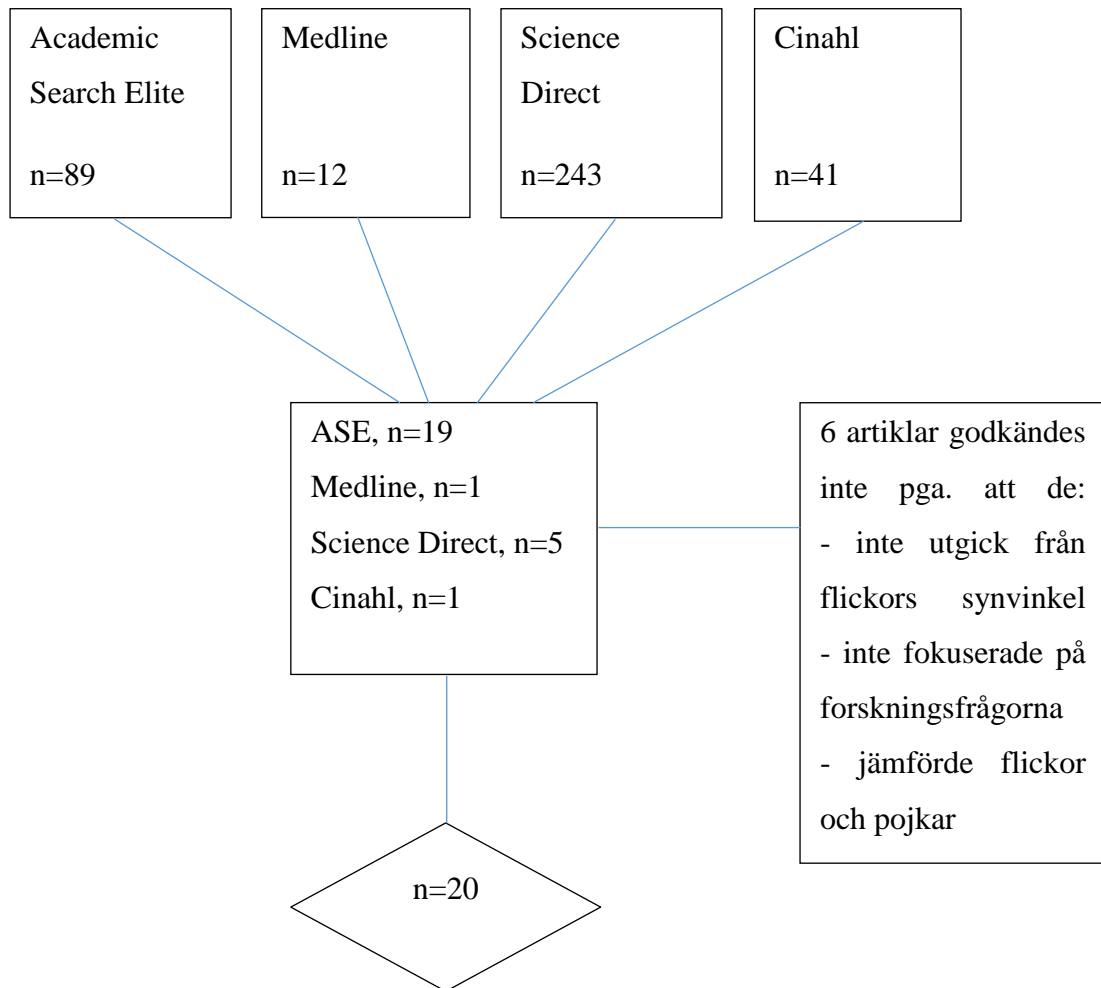
Eftersom tidigare forskningar redan gjorts inom ämnet *hur flickors kroppsbild blir påverkad av media*, var målet med det här examensarbetet att sammanställa resultaten av de tidigare forskningarna.

4.1 Datainsamling

För att avgränsa problemområdet används sökord. Med sökorden får man en slags grund i sökning av litteraturen. Litteratur kan sökas via många olika databaser både gratis och avgiftsbelagt. Databaserna hittas på internet och på biblioteks hemsidor. Exempel på användbara databaser är Cinahl, Medline, Pubmed och Google Scholar. (Forsberg & Wengström 2013 s. 74, 78)

Inklusionskriterierna för artiklarna som använts i examensarbetet var att de skulle vara skrivna ur flickornas synvinkel och de skulle undersöka hur flickorna blir påverkade av olika slags medier. Flickorna, som undersöktes, skulle vara i åldern 4-19 år. Dessutom skulle artiklarna vara tillräckligt färska. Artiklarna fick vara på svenska, finska eller engelska, men i sökningarna som gav resultat, användes enbart sökord på engelska. Alla artiklar som valdes ut var skrivna på engelska. Ett kriterie var också att undersökningarna skulle vara gjorda i de västerländska länderna.

Datainsamlingen gjordes under våren 2015. Alla artiklar söktes via databaser. Databaserna valdes ut via Nelliportalen, som är Arcadas egna sökmotor. Databaser som användes var Academic Search Elite (EBSCO), Cinahl (EBSCO), Medline (Ovid) och Science Direct. Antalet träffar i de olika databaserna presenteras i figur 1 nedan.



Figur 1. Resultatet av databassökningarna.

De flesta sökningar gjordes på Academic Search Elite. Sammanlagt gjordes 8 sökningar med olika sökord. I den första sökningen användes sökorden *body image* och *young children* och *girls* och *media*. Sökningen begränsades till åren 2005-2013 och peer reviewed för att materialet skulle vara tillförlitligt. Sökningen gav 6 resultat, varav fem artiklar valdes ut, först på basen av titeln och sedan sammanfattningen. Fyra av artiklarna fanns i full text på Academic Search Elite och en söktes från den ursprungliga journalen via Nelliportalen.

Den andra sökningen på Academic Search Elite gjordes med sökorden *body image* och *media* och *preadolescent* och avgränsades till åren 2006-2014 och peer reviewed.

Sökningen gav 8 resultat varav en del artiklar var de samma som i den första sökningen. Två nya artiklar valdes ut på basen av titeln och sammanfattningen.

I den tredje sökningen hittades tre artiklar där sökorden *media* och *body image* och *adolescent or teenagers* och *influence or impact* och *influence of media* och *girls or women or females* användes. Sökningen begränsades till full text och peer reviewed och sökningen gav 13 resultat. Tre artiklar valdes ut.

Den fjärde sökningen gjordes med sökorden *mass media* och *body weight* och *girls*. Sökningen begränsades till full text och peer reviewed och sökningen gav 4 resultat. En artikel valdes ut.

Den femte sökningen på Academic Search Elite gjordes med sökorden *impact of the media on adolescent body image*. Sökningen gav 5 resultat varav en artikel valdes för arbetet.

Den sjätte sökningen på Academic Search Elite gjordes med sökorden *television advertising* och *body image* och *teenagers*. Sökningen gav två resultat och en artikel valdes. Artikeln var inte tillgänglig i PDF-format på Academic Search Elite och är därför hämtad från den ursprungliga journalen via Nelliportalen.

Den sjunde sökningen i Academic Search Elite gjordes med sökorden *body image* och *teenagers* och *media* och *influence*. Sökningen gav 44 resultat och en artikel valdes. Artikeln var inte tillgänglig i PDF-format och är hämtad från den ursprungliga journalen via Nelliportalen.

Den åttonde sökningen gav 7 resultat med sökorden *adolescent girls* och *body image* och *internet*. Sökningen är begränsad till peer reviewed och till åren 2007-2014. Artikeln som valdes hittades i Google i full text.

En sökning gjordes i databasen Medline. Sökorden som användes var *body image* och *media* och *young girls*. Sökningen gav 12 resultat, varav en artikel valdes ut på basen av titeln och sammanfattningen.

I Science Direct gjordes allt som allt tre sökningar. I den första sökningen användes sökorden *body image* och *media* och *young girls*. Sökningen gav 23 resultat och en artikel valdes ut på basen av titeln och sammanfattningen.

Den andra sökningen gjordes med sökorden *body image and young girls* och *television or media* och begränsades till journaler och åren 2004-2015. Sökningen gav 10 resultat. En artikel valdes ut på basen av titeln och sammanfattningen.

Den tredje sökningen gjordes genom att infoga meningen "*The direct effect of thin ideal focused adult television on young girls' ideal body figure*", som är namnet på en artikel som används i arbetet, i Science Direct. Sökningen gav 210 resultat. Artikeln som valdes hittades på det första resultatbladet.

En sökning gjordes i databasen Cinahl. Sökorden som användes var *body image or body shape* och *media or television or TV* och *girls*. Sökningen gav 41 resultat och begränsades till 2004-2015. Artikeln som valdes var inte tillgänglig i PDF-format och är hämtad via den ursprungliga journalen via Nelliportalen.

4.2 Innehållsanalys

Med innehållsanalys menas ett arbetssätt där skribenten bygger upp en logisk struktur av det använda data för att lättare kunna beskriva, identifiera och analysera innehållet. (Forsberg & Wengström 2013 s.151-152) Man bildar kategorier av de olika teman som förekommer i texten. Kategorierna hjälper att samla ihop data, som har liknande drag eller skiljer sig från varandra. Kategoriseringen gör det enklare att förstå och hitta det väsentliga i data och det är viktigt att fokusera på just den informationen som svarar på forskningsfrågorna och ta till vara all information inom det ämnet. Kategoriseringen gör det också möjligt att jämföra olika texter med varandra. (Jacobsen 2007 s. 139-140, Tuomi & Sarajarvi 2003 s. 94)

En innehållsanalys är i huvudsak induktiv. (Jacobsen 2007 s. 140) Med induktiv ansats menas att data ska samlas in på ett så öppet sätt som möjligt. Texten eller den person

som man talar med skull få uttrycka sig som den vill. Den som undersöker skall så lite som möjligt försöka påverka informationen. Det är också viktigt att inte på förhand skapa en färdig tanke av forskningsämnet, eftersom den kan leda till ett behov av bekräftande av den färdigt skapade tanken. (Jacobsen 2007 s. 49)

De valda artiklarna lästes noga igenom flera gånger och därefter började de bearbetas. För att hitta svar på forskningsfrågorna och kunna urskilja relevant information, markerades resultaten med olika färgkoder. Den teoretiska referensramen har varit med i analysen av artiklarna med fokus på kroppen. Eftersom artiklarna handlar om kroppsbilden var det möjligt att förknippa innehållet av artiklarna med den teoretiska referensramen. Forskningsfrågorna var formulerade och begränsade på ett så tydligt sätt att det var lätt att hitta och fokusera på den relevanta informationen. Följande steg var att kombinera innehållet till olika kategorier för att bilda en tydligare helhet av det insamlade data. Materialet delades in i kategorier enligt den typ av media som artikeln fokuserade på. I arbetet sammanställdes informationen ur artiklarna i en tabell med information om författare, årtal, titel, sampel, syfte, resultat och kvalitet. Artiklarna presenteras i bilaga 2.

4.3 Kvalitetsgranskning

Det är viktigt att göra en kvalitetsgranskning på de artiklar som använts i examensarbetet. Kvalitetsgranskningen ska innehålla syfte, frågeställningar, design, urval, mätinstrument, analys och tolkning. Publiceringsåret ger också relevant information om hur färsk forskningen är. (Forsberg & Wengström 2013 s. 115-116)

I kvalitetsgranskningen ingår begreppen reliabilitet och validitet. Reliabiliteten mäter forskningens tillförlitlighet, genom att mäta i vilken grad resultaten blir lika om upprepade studier görs. Validiteten undersöker förmågan att mäta det som ska mätas. (Forsberg & Wengström 2013 s. 104, 106) Validitet kan delas in i intern och extern validitet. Intern validitet betyder att man har förstått ett fenomen på rätt sätt. Extern validitet handlar i sin tur om generalisering av iakttagelser från en undersökning. (Jacobsen 2007 s. 166)

Artiklarna söktes via vetenskapliga databaser. I de databaser där det var möjligt begränsades sökningarna till peer reviewed, för att garantera kvaliteten på forskningarna. Artiklarna har också granskats manuellt. I examensarbetet användes en modifierad version av Forsberg & Wengströms (2013) *Checklista för kvantitativa artiklar*. Frågorna ändrades så att det gick att svara ja, nej eller oklart på dem. Ett *ja* svar bedömdes med 1 poäng, medan svaren *nej* och *oklart* gav 0 poäng. Maximala antalet poäng var 11. Skribenterna delade upp poängskalan i tre kategorier enligt hur många poäng artiklarna fick. Enligt skalan var en forskning med 0-4 poäng av låg kvalitet, en forskning med 5-8 poäng av medelhög kvalitet och en forskning med 9-11 poäng av hög kvalitet. Skribenterna gjorde poängindelningen, eftersom den inte ingick i Forsberg & Wengströms checklista. (Forsberg & Wengström 2013 s. 197-201) Se bilaga 1 för att se kvalitetsgranskningens frågor och poängsättningen av artiklarna.

5 FORSKNINGSETIK

I alla forskningar är det viktigt att göra en etisk reflektion. I en systematisk litteraturstudie bör man välja tidigare studier, där etiska överväganden har gjorts noggrant. Alla artiklar som används i arbetet skall presenteras oberoende av skribentens egen åsikt. (Forsberg & Wengström 2013 s. 69-70)

Forskningsetiska delegationen har i broschyren ”God vetenskaplig praxis och handläggning av misstankar om avvikelser från den i Finland” listat centrala utgångspunkter för god vetenskaplig praxis ur ett forskningsetiskt perspektiv. I forskningen skall användas omsorgsfullhet och noggrannhet när artiklarna väljs ut, i dokumentationen och i presentationen av resultaten. Datainsamlings-, undersöknings- och bedömningsmetoderna ska fylla kriterierna för vetenskaplig forskning och vara etiskt hållbara. Forskaren ska ta hänsyn till andra forskare och hänvisa till deras arbeten på ett korrekt och respektfullt sätt. Forskningen ska planeras, genomföras och rapporteras på ett vetenskapligt sätt och forskaren ska ha ett forskningstillstånd. Inom forskningsprojektet ska ett avtal skrivas mellan uppdragsgivaren och forskarna. (Varantola et al. 2013 s. 18)

Studierna som använts i examensarbetet har fått ett etiskt godkännande. Alla studier i ålderskategorin 4-12 år och de yngsta deltagarna i ålderskategorin 13-19 år har fått ett godkännande av föräldrarna för att delta i forskningarna. Oberoende tesen har alla artiklar och resultat presenterats ärligt och korrekt.

6 RESULTATREDOVISNING

Redan i databassökningsskedet valdes artiklarna ganska noggrant ut. Sammanlagt valdes 26 artiklar. När artiklarna lästes med eftertanke, var det sex artiklar som inte fyllde inklusionskriterierna. En artikel valdes bort på grund av att den studerade mediernas inverkan utgående från medier, inte flickors synvinkel. Fyra av artiklarna fokuserade inte på forskningsfrågorna och kunde därför inte användas. I den sista bortvalda artikeln undersöktes fler pojkar än flickor och resultaten jämförde könen. Slutligen var det 20 artiklar som fyllde inklusionskriterierna och användes i examensarbetet.

Resultaten kommer att presenteras enligt forskningsfrågorna. Den första forskningsfrågan delades in i två åldersgrupper (4-12 år respektive 13-19 år). Den andra forskningsfrågan blev besvarad genom jämförelse av ålderskillnader i ett tredje stycke.

6.1 Flickor i åldern 4-12 år

Resultatet av den första forskningsfrågan av flickor i åldern 4-12 år delades in i tre kategorier. Dessutom fick den första kategorin, slankt ideal, underrubriker enligt den typ av medier som presenterades i artiklarna.

6.1.1 Slankt ideal

Television

Resultaten visar en skillnad beroende på flickornas anammande av ett slankt kroppsideal. De flickor som anammade ett slankt ideal i högre grad, visade mera tillfredsställelse med sin egen kropp efter att de sett videoklippen med den smala seriefiguren än när de sett videoklippen med den neutrala seriefiguren. Hos flickor med

lågt anammande av ett slankt kroppsideal syntes ingen skillnad efter att de sett de två videoklippen. Det slanka idealet hade alltså en positiv effekt på flickor som anammar ett slankt ideal. (Anschutz et al. 2011) Liknande resultat visade artikeln *Am I too fat to be a princess? Examining the effects of popular children's media on young girls' body image*, som inte kunde bevisa att utseenderelaterade filmerna skulle ha en negativ inverkan på flickornas kroppsbild. (Hayes & Tantleff-Dunn 2010)

I sex artiklar var resultaten det motsatta, flickorna blev alltså negativt påverkade av att titta på TV. Resultaten av två artiklar visade att utseenderelaterade program inverkar negativt på flickornas kroppsbild. Ett samband hittades mellan att titta på musikvideor och såpoperor och anammande av ett slankt ideal, som i sin tur ledde till kroppsmisshälsa och kontrollerat ätande. Det kan förklaras på två sätt; musikvideor och såpoperor innehåller många attraktiva och slanka kvinnor, som gör att de flickor som tittar på dessa program är mera utsatta för det slanka idealet, än de flickor som inte tittar på dessa program. För det andra kan det vara att flickorna anammar skönhetsbudskapet som finns i såpoperorna. Att vara attraktiv kopplas ofta ihop med lycka. Flickorna kan därmed känna press att de måste vara attraktiva för att klara sig i livet. Att titta på musikvideor och såpoperor var alltså indirekt kopplat till kroppsmisshälsa. Det är troligt att flickorna blir missnöjda med sin kropp, när de inte kan uppnå det slanka idealet i media. (Anschutz et al. 2008) I undersökningen av Dohnt & Tiggemann (2006) fann man också att de flickor som tittade mera på utseenderelaterade TV-program var mindre nöjda med sitt utseende. (Dohnt & Tiggemann 2006)

Två artiklar undersökte inte en viss typ av program, utan fokuserade på TV tittande i allmänhet. Resultat visar att TV tittande var starkare kopplat till kroppsideal och stort ätande, än tidningsläsning. De flickor, som tittade mera på TV vid det första tillfället förutsågs ha ett slankare kroppsideal vid det andra tillfället. Det finns ett litet bevis i det insamlade data, på att flickor börjar med ett ätstörningsbeteende för att få mediernas slanka kroppsideal. (Harrison & Hefner 2005). TV tittande bidrog också till anammande av ett slankt ideal. (Tiggemann & Slater 2014)

Två artiklar tog upp resultat som visade att vännerna påverkar flickors sätt att relatera till medierna. Ett flertal flickor uppgav som sin favoritkändis en typisk skådespelare

eller sångare, som uttryckte ett slankt kroppsideal. Andra studier har bevisat att mediernas påverkan förstärks av vänner. Till exempel enligt Milkie (1999) blev flickorna inte direkt påverkade av media, men de kände en press att de måste uppfylla ett slankt ideal för att vännerna trodde på idealet. (Tatangelo & Ricciadelli 2013) Flickor, som hade tittat på barnprogram, musikvideor, såpoperor eller utseenderelaterade program, diskuterade mera utseendet med sina vänner. (Dohnt & Tiggemann 2005)

Tidningar

Sammanlagt tre artiklar tog upp tidningars effekt på flickors kropps bild. Två av artiklarna kom fram till att tidningarna, som flickorna läser, innehåller ett slankt ideal. De fann också en negativ inverkan på flickornas kropps bild. Det visade sig att flickor som läser eller bläddrar i kvinnotidningar var mera missnöjda med sitt utseende. Av flickorna var det 69 % som uppgav att de bläddrar i tidningar fastän de flesta inte ännu kunde läsa. Många av tidningarna fokuserade på utseendet och framförde ett slankt ideal. (Dohnt & Tiggemann 2005) I Tiggemann & Slaters (2014) undersökning kom det fram att tidningar över lag bidrar till anammande av ett slankt ideal och ungdomstidningar leder till kroppskontroll. Den typ av tidningar som flickorna läser innehåller ett slankt ideal. (Tiggemann & Slater 2014)

Dohnt & Tiggemann (2006) hittade inget samband mellan utseendefixerade tidningar och kroppstillfredsställelse, vilket kan bero på att de flesta flickor var för unga för att kunna läsa. (Dohnt & Tiggemann 2006)

Internet

Endast en artikel presenterade internets och de sociala mediernas påverkan på kroppsbilden. Det största fyndet att internet var kopplat till anammande av ett slankt ideal, kroppskontroll, bantning och minskad självkänsla. De flickor som använde internet var mera oroliga över sin kropp än andra. Många flickor använde mycket tid på att kommentera andras profiler. Det kan leda till diskussion om utseendet, som Clark & Tiggemann (2006) har bevisat att har en koppling till sämre kroppsbild. Flickorna jämför också sig själva med andra och i någon mån även med bilder som uttrycker ett ideal. Det kan göra att oron för kroppen ökar. Ett annat resultat i artikeln var att allt

yngre flickor använder medier, som är avsedda för en högre åldersgrupp, vilket kan leda till att de inte alltid förstår materialet och kan tolka det på fel sätt. (Tiggemann & Slater 2014)

6.1.2 Positiv kroppsbild

I en artikel har kroppsbilden setts från ett annat perspektiv. Boken *Shapesville* är planerad så att den ska främja en positiv syn på kroppsbilden. Därför kan man också i resultaten se att flickorna var mera tillfredsställda efter att ha läst den boken, än kontrollboken. (Dohnt & Tiggemann 2008)

6.1.3 Åldern

Åldersskillnader syntes i tre artiklar. Ju äldre flickorna var desto mera blev de påverkade av media i en negativ riktning. Hayes & Tantleff-Dunns (2010) resultat tyder på att 5-6-åriga flickor väljer en smalare kropp, som sin uppfattade kroppsbild och som sitt ideal, jämfört med 3-4-åringar. Detta kan ses som det första utvecklingsskedet som bidrar till utvecklingen av kroppsmisnöje. Enligt tidigare studier av Dohnt & Tiggemann (2004, 2005) påverkar inte media kroppsmisnöjet hos barn under 6 år. Åldern påverkar alltså hur flickorna ser på sin kropp. (Hayes & Tantleff-Dunn 2010) Dohnt & Tiggemann (2005) tog också upp åldern 6 år. Efter det börjar flickor önska att de skulle vara smalare. Det fanns inget förhållande mellan media och kroppsbild. Det tyder på att medierna inte influerar yngre flickor på samma sätt som flickor i en äldre åldersgrupp. Det är möjligt att yngre flickor i själva verket är smala och därför noterar de ingen skillnad på sig själva och idealet som presenteras i media. När de kommer till puberteten börjar de märka skillnaden, när deras egen kropp förändras. (Dohnt & Tiggemann 2005)

Huvudresultatet i artikeln av Anschutz et al. (2011) var att kroppsmisnöjet varierade beroende på åldern. Flickorna i åldern 11-12 år blev mera missnöjda med sin kropp efter att de sett videoklippen med ett slankt ideal, än ett neutralt videoklipp. Flickorna i åldern 10-11 år visade motsatt resultat, det vill säga deras kroppsmisnöje sjönk efter att de sett videoklippen med ett slankt ideal, och flickorna i åldern 9-10 år visade ingen skillnad i

kroppsmissnöjet. Efter att ha sett videoklipppet som innehöll ett slankt ideal önskade de äldsta flickorna att de skulle ha en smalare kropp, medan flickorna i åldern 9-11 år önskade en smalare kropp efter att de sett det neutrala videoklipppet. Det har redan tidigare forskats inom ämnet och då har man kommit fram till att flickor som närmar sig tonåren oroar sig mera över sin kropps bild än yngre barn. Det kan bero på att deras egen kropp förändras och att de blir mera medvetna om sociala normer gällande utseendet. Bilder på vuxna blir också mera relevanta och de kan identifiera sig med dem. (Anschutz et al. 2011)

6.2 Flickor i åldern 13-19 år

Resultatet av den första forskningsfrågan av flickor i åldern 13-19 år delades in i två kategorier. Dessutom fick den första kategorin, slankt ideal, underrubriker enligt den typ av medier som presenterades i artiklarna.

6.2.1 Slankt ideal

Internet och de sociala medierna

Användning av internet och de sociala medierna har ökat drastiskt bland ungdomar. Enligt Greenfield and Yan (2006) som är en källa i artikeln *The internet and adolescent girls weight satisfaction and drive for thinness* kommer det fram att ungdomar använder internet för bland annat bloggar och sökning av information av hälsa och sexualitet. (Tiggemann & Miller 2010) Sociala nätverk som Facebook och Myspace är för tillfället de populäraste orsakerna till användning av dator för ungdomar i ålder 8-18 år menar Lenhart (2012) i Meier & Grays artikel. (Meier & Gray 2013)

Två av artiklarna i arbetet undersökte de sociala mediernas och internets inverkan på ungdomars kroppsuppfattning. Båda studierna fick som resultat att sociala medier påverkar strävan av att vara smal och ökar tonårsflickornas kroppsmissnöje. (Meier & Gray 2013, Tiggemann & Miller 2010). Meier & Gray (2013) kom i sin undersökning fram till att det inte är den totala mängden tid spenderad i Facebook som inverkar på kroppsmissnöjet utan den totala mängden tid i Facebook tittande på bilder som är associerade med ökat anammande av slank ideal. Dessa bilder ökar missnöjet med den

egna vikten, strävan efter att vara smal och anammandet av ett slankt ideal. (Meier & Gray 2013)

Tiggemann & Miller (2010) har i samband med internets inverkan på kroppsmisnöjet bland ungdomar kommit fram till att det inte är själva internet som har en negativ inverkan på kroppsuppfattningen utan det är särskilda besökta sidor, reklamer och budskap i form av meddelanden som beundrar smalhet som påverkar. I undersökningen anses det att internet är ”farligare” än andra medier då de ger möjlighet för besökaren att välja, dela med andra och kontrollera den information besökaren själv vill och är intresserad av. (Tiggemann & Miller 2010)

Televisionen

Två av de valda artiklarna undersöker televisionens inverkan på kroppsmisnöjet hos unga flickor. Studierna har använt olika undersökningsmetoder och har kommit fram till olika resultat.

Hargreaves & Tiggemann (2003) har undersökt specifikt reklamernas inverkan på tonårsflickors kroppsuppfattning. I studien skulle en del av deltagarna titta på 20 reklamer som innehöll bilder av kvinnor med smala kroppar som ses som ett slankt ideal och en del av deltagarna på 20 reklamer utan slankt ideal. Resultaten visar att de flickor som tittade på reklamer med bilder av kvinnor med slank ideal upplevde ett större missnöje med sin egen kropp än de flickor som tittade på reklamer som inte hade bilder av kvinnor med slankt ideal. (Hargreaves & Tiggemann 2003) I en del av undersökningen skulle flickorna delta i ett ordtest. De skulle slutföra 20 ord som bara hade de tre första bokstäverna färdigt utskrivna, till exempel ”PRE” kunde avslutas som ”pretty”. Resultatet av ordtestet visade att de flickor som tittade på reklamer med bilder av kvinnor med slankt ideal skrev betydligt mera kropps- och utseenderelaterade ord än de som tittade på reklamer utan slank ideal. (Hargreaves & Tiggemann 2003)

I den andra studien kom Ferguson et al. (2011) till det resultatet att modeller med smala kroppar i TV inte orsakade kroppsmisnöje hos deltagarna. Dock orsakade de känslor av underlägsenhet bland kamrater. (Ferguson et al. 2011)

Musikvideor

Roberts et al. (2004) menar i studien av Bell et al. (2007) att musikvideor är en relativt ny form av massmedier för ungdomar. I studien menar Dittman (2007) och Tiggemann (2005) att det i musikvideor ofta förekommer dansande modeller som framhäver formen, storleken och proportionerna på sina kroppar. Bland dessa modeller finns det unga extremt slanka flickor som fungerar som förebild för flickor i tonåren. (Bell et al. 2007)

Huvudresultatet i undersökningen är att flickorna som tittade på musikvideor med smala modeller är mycket missnöjdare med sina kroppar än de flickor som bara lyssnade på musikens ord utan visuell effekt. Redan 10 minuters tittande på musikvideor ökade betydligt flickornas kroppsmisnöje. Dåligt eller bra självförtroende bland deltagarna påverkade inte resultaten på något sätt. Resultatet av humörtestet som presenterats tidigare i samband med artikeln visade att flickorna oberoende av visuell effekt eller inte var mindre positiva i slutet än i början av testet och att kroppsmisnöje påverkar humöret. (Bell et al. 2007)

Tidningar

I artikeln av Field et al. (1999) undersöks specifikt tidningarnas inverkan på ungdomars kroppsbild. Huvudresultaten i undersökningen är att majoriteten av de undersökta ungdomarna är missnöjda med sin kroppsform och vikt och att missnöjet starkt hänger ihop med hur ofta deltagarna läser modetidningar. Modetidningarnas inverkan på kroppsmisnöjet är så stort som 69 % av alla flickor som deltog i studien. Till och med 60 % av de flickor som sällan läste modetidningar kände att medierna påverkar deras uppfattning av en perfekt kropp. (Field et al. 1999)

Hur ofta deltagarna läste modetidningar hade ett starkt samband med att försöka gå ner i vikt. Ju oftare deltagarna läste modetidningar, desto oftare hade de också provat på dieter eller börjat träna mera för att gå ner i vikt. Tipsen på hur man kan gå ner i vikt hade flickorna fått av artiklar i modetidningarna. Enligt studien lägger medierna en större tyngdpunkt på viktkontroll med hjälp av motion istället för att gå på dieter. (Field et al. 1999)

Medier

Tre artiklar undersökte allmänt mediernas inverkan på ungdomars kroppsuppfattning. I artiklarna har inte någon specifik form av medier valts. I alla studier används liknande metoder för att få resultat. Alla tre studier har kommit fram till resultatet att medierna inverkar negativt på tonårsflickors kroppsbild.

I artikeln skriven av Spurr et al. (2013) undersöktes 28 flickor och 18 pojkar varav skribenterna för detta arbete väljer att analysera bara flickornas resultat. Huvudresultaten i studiens båda delar (A) och (B) var att media inverkar negativt på ungdomars kroppsbild och att ungdomarna känner ett visst tryck inför det västerländska kroppsidealet. I studien har det tagits upp i resultatdelen citat som flickorna som deltagit i studien skrivit i samband med besvarandet av frågeformuläret. Av alla flickor som deltog var det bara en som inte blev påverkad av medierna: ”Jag vet några personer som bryr sig mycket om vad som sägs i media och de tycker att en stor del av andra människor ser konstiga ut eller gör något konstigt. Sedan berättar de detta för mig och jag kan inte sluta undra hur det är möjligt att de kan finna så mycket negativt i så många människor, jag bara inte förstår det”, säger flickan i undersökningen. I resultaten visas det att flickorna i undersökningen förstår att bilderna som medierna presenterar med kvinnor med slank ideal är manipulerade och inte äkta men ändå har det en effekt på hur flickorna ser på sina egna kroppar. Två av flickorna svarade att modellernas kroppar är ”äckliga”, men ändå konstaterade deltagarna att flickor i tonåren inte kan vara helt nöjda med sina kroppar så länge de inte ser ut som modellerna som media presenterar. En kvinna anses enligt deltagarna ”konstig” om hon inte hatar sig själv eller någon del av sin kropp. Kommentarer som flickorna skrev i samband med undersökningen berättar att flickorna försöker sträva efter ett ideal som är ouppnåeligt. (Spurr et al. 2013)

Champion & Furnham (1999) undersökte i sin studie flickornas tänkande genom att man visade dem bilder på smala, normalviktiga och överviktiga kvinnor. Frågor relaterade till bilderna ställdes. Resultatet av undersökningen var att flickorna uppfattade sig själv som större än vad de egentligen är. Av alla flickor önskade 54,1 % att de hade en smalare kropp och 53,8 % önskade att de hade en smalare kropp än den som ansågs normal. De flickor som var relativt nöjda med sina kroppar fortsatte att vara nöjda med sina kroppar efter att de sett bilderna med överviktiga kvinnor. De flickor

som var relativt missnöjda med sina kroppar tyckte att bilderna på de överviktiga kvinnorna fick dem att tänka mera på sin kropp än vad bilderna av de smala kvinnorna gjorde. Studien drar en slutsats av resultaten att ungdomar upplever att de är tjocka och känner press på att vara smalare. (Champion & Furnham 1999)

Att medierna får flickorna att vilja gå ner i vikt och vara smalare är resultatet som Lawrie et al. (2006) också kom fram till. I studien svarade flickorna antingen att de inte är av samma åsikt eller att de inte riktigt vet om de är av samma åsikt då det frågades om mediernas inverkar på att man vill vara mer muskulös. Det som deltagarna var eniga om var att media inte påverkar dem att vilja gå upp i vikt. Samhället uppmuntrar inte viktökning och viktökning anses inte som något positivt. (Lawrie et al. 2006)

Etikett med viktinformation

Studien av Veldhuis et al (2010) undersöker om en etikett med viktinformation på modeller med olika storlekar ändrar på tonårsflickors uppfattning om sin kropp och hur de jämför sig med modellerna i medierna.

En etikett med ordet ”normal” representerade en bild av en orealistiskt och ohälsosamt smal modell. Resultatet visade att etiketten hade en normaliserande effekt och att flickorna ansåg att modellen var av normal storlek fastän hon inte i verkligheten var det. De deltagarna som tittade på bilderna av den smala modellen med etiketten ”normal” var mest missnöjda med sina egna kroppar och de jämförde sig själva mest med modellerna i medierna.

Bilden på en modell som anses ha en normal kroppsstorlek hade en etikett med ”normal” på. Deltagarna som såg denna bild hade minst behov av att jämföra sig med modellerna i media och var betydligt mindre missnöjda med sina kroppar än de som såg den smala modellen med etiketten ”normal”. Ett oförväntat resultat i undersökningen är att bilden på en underviktig modell med etiketten ”6 kg underviktig” orsakade bland deltagarna en ökad självmedvetenhet och ett större behov av jämförelse med modellernas kroppar jämfört med än med etiketten ”normal”.

Enligt studien skulle etiketter vara bra att använda i media. Etiketterna skulle möjligtvis få människor att tänka kritiskt och få dem att förstå att flera av modellerna är underviktiga och att de inte presenterar en realistisk kropps bild. En etikett som säger att bilden på modellen är redigerad skulle få människor att förstå att bilden är konstgjord, vilket skulle minska behovet av jämförelse. (Veldhuis et al. 2012)

6.2.2 Åldern

I alla tre artiklar, som presenteras nedan, var resultatet liknande. Ju äldre deltagarna är, desto mer tänker de på och är missnöjda med sin kropp.

I artikeln av Champion & Furnham (1999) förekommer det åldersmässigt en betydlig skillnad i resultaten. Flickorna i den äldre åldersgruppen 16 år, var mycket mer missnöjda med sin kroppsvikt och sin allmänna kropps bild än flickorna i de yngre åldersgrupperna. De äldre visade sig också vara betydligt mer missnöjda med specifika kroppsdelar på sin kropp än de yngre. De äldre öder mer tid på att motionera för att gå ner i vikt än de yngre flickorna. Ingen skillnad fanns mellan åldersgrupperna när det gällde dieter eller kontroll över vad man äter. (Champion & Furnham 1999)

Studien av Lawrie et al. (2006) undersökte flickor i ålder 9-13 år. I undersökningen visade det sig att 13-åringarna bli mycket mer påverkade av media än de yngre flickorna, då de svarade på frågan att vilja vara smalare. Åldern förklarade 14,5% av resultaten att medierna påverkar flickorna att vilja vara smalare. (Lawrie et al. 2006)

I Studien av Veldhuis et al. (2012) gav resultaten också skillnader mellan åldersgrupperna och att den äldsta undersökta gruppen med 15- 16-åringar visade sig ha större kroppsmissnöje och de tänkte mer på sitt utseende än grupperna med yngre deltagare. Dock skilde sig den yngsta gruppens, 12-13 åringarnas, resultat bara lite från de äldre gruppernas resultat, vilket enligt studien bevisar att ungdomen är en kritisk tid för att börja utveckla kroppsmissnöje. (Veldhuis et al. 2012)

6.3 Hur skiljer sig flickors syn på sin kropp beroende på åldern?

Liknande undersökningar gjordes på flickor i båda åldersgrupperna. Gemensamt för alla artiklar, utom en, var att de kom fram till att det är det slanka idealet i media som påverkar flickornas kroppsbild. I artikeln *Promoting Positive Body Image in Young Girls: An Evaluation of 'Shapesville'* undersöktes om flickors kroppsbild kan bli påverkad på ett positivt sätt, om boken är designad så att den ska främja kroppstillfredsställelse.

I två artiklar togs 6 års ålder upp som en vändpunkt. Medierna påverkade inte flickor under 6 år och enligt Dohnt & Tiggemann (2005) kan orsaken vara att unga flickor redan är så smala att de inte noterar skillnaden mellan sin egen kropp och mediemodellernas slanka kropp. (Hayes & Tanleff-Dunn 2010, Dohnt & Tiggemann 2005)

I artikeln av Anschutz et al. (2011) var huvudresultatet att kroppsmissnöjet varierade beroende på åldern. De äldre flickorna (11-12 år) var mera missnöjda med sin kropp och önskade att de skulle vara smalare, efter att de sett ett videoklipp med slankt ideal. Yngre flickor (9-10 år) visade däremot ingen skillnad i kroppsmissnöjet efter att de sett ett videoklipp med slankt ideal och ett neutralt videoklipp. (Anschutz et al. 2011) Liknande resultat kom fram i artikeln av Lawrie et al. (2006), där de äldsta flickorna (13 år) blev mera påverkade av media, så att de ville vara smalare, jämfört med de yngre. (Lawrie et al. 2006)

Resultatet i artikeln *Weight information labels on media models reduce body dissatisfaction in adolescent girls* visar att flickor i åldern 15-16 år var mera missnöjda med sin kropp och tänkte mera på sitt utseende än 12-13-åringar. Skillnaden var dock ganska liten. (Veldhuis et al 2012)

Resultaten var eniga om att desto äldre flickorna är, desto mera blir de påverkade av media och utvecklar ett missnöje till sin kropp. Åldern före tonåren är en kritisk tid för flickor, eftersom det börjar ske märkbara förändringar i kroppen. Flickorna börjar

jämföra sig med det slanka idealet i medierna och utvecklar ett missnöje till sin kropp. (Dohnt & Tiggemann 2005, Anschutz et al. 2011, Veldhuis et al. 2012)

7 DISKUSSION

Syftet med studien var att ta reda på hur flickors kroppsbild blir påverkad av medier och i arbetet utgicks från tesen att flickors syn på sin kroppsbild blir påverkad av medier. Resultaten var eniga med tesen. Majoriteten av artiklarna undersökte det slanka idealet som presenteras i medier och kom fram till att flickors kroppsbild blir negativt påverkad. Som det i bakgrunden tas upp har idealkroppen varierat genom tiderna. Idealet har gått från en mullig kropp till ett slant ideal (Grogan 2008). Enligt resultaten i examensarbetet är det fortfarande det slanka idealet som dominerar.

Den teoretiska referensramen stöder resultaten, eftersom medier är en del av omgivningen. Som Wicklund beskriver Merleau-Pontys (1997) filosofi, har varje människa ett unikt förhållningssätt till sin kropp och omvärlden. Människan skapar en bild av omgivningen och sig själv med hjälp av syn, hörsel och känsel. Wicklund menar att identiteten skapas med hjälp av kroppen och människan kommunicerar med omgivningen genom kroppen. (Wicklund 2003)

Wicklund skriver också om Stern (1991), som menar att vi genast från födseln blir medvetna om vår kropp genom fysiska upplevelser och desto äldre vi blir börjar vi koppla ihop dessa upplevelser med tankar och minnen. (Wicklund 2003) Som resultatdelen visar har åldern en inverkan på hur flickor tar inflytande av medier. Ju äldre flickorna är, desto mera blir de påverkade. Orsaken till att yngre flickor inte blir påverkade i samma grad, förklarades i Dohnt & Tiggemanns (2005) artikel. Enligt artikeln är det möjligt att yngre flickor redan är smala och märker därför ingen skillnad på sig själv och idealet som presenteras i medier. När de kommer till puberteten börjar kroppen förändras och flickorna kan märka en skillnad mellan den egna kroppen och de smala modellerna i medierna. (Dohnt & Tiggemann 2005)

Mediernas utveckling, som beskrivs i bakgrunden, är antagligen också en orsak till att flickor tar så starkt inflytande. På 1700-talet var tidningen den ända

informationskanalen, medan vi idag redan har internet, TV, video, CD, DVD och radio. (Ahlberg & de Vries 2015) Barnen använder också nuförtiden medier på ett helt annat sätt än förut. Medierna är en stor del av barnens liv. (Strasburger & Hogan 2013)

Ämnet för examensarbetet är aktuellt. Flickorna utsätts ständigt för olika slags medier och kommer därmed också i kontakt med det slanka idealet. Det är till flickorna själva att avgöra om de låter sig bli påverkade eller inte. Det kan ändå vara svårt att inte låta sig påverkas, då det ständigt finns press från mediernas sida att se ut på ett visst sätt. Det skulle vara viktigt att flickorna skulle förstå att alla inte behöver se lika ut och att det är tillåtet att se annorlunda ut. Något konkret man kunde göra, är att ta upp ämnet i skolan och ordna samtalsgrupper för att göra flickorna medvetna om mediernas inverkan.

Ett annat resultat, som kom fram i tre av artiklarna, var att vännerna påverkar flickornas kroppsbild. I artikeln *Body Image Concerns in Young Girls: The Role of Peers and Media Prior to Adolescence* var vännernas kroppsmisnöje kopplat till flickornas eget kroppsmisnöje. De flickor som trodde att deras vänner önskade en smalare kropp ville också själv ha en smalare kropp. (Dohnt & Tiggemann 2005) Studien av Tatangelo & Ricciadelli visar att vänner påverkar barns sätt att relatera till medier. I 8 års ålder har barnen redan ett komplext kroppsideal som kommer från vänner och könsideal. I studien beskrivs också att flickor lever i en utseendefixerad kultur. (Tatangelo & Ricciadelli 2013)

Ferguson et al. (2011) menar att det förekommer tävling mellan flickorna i samma ålder och mellan vänner. Flickorna får en bild på den ideala kroppen ur medier och sedan jämför de sig med sina vänner och andra jämnåriga flickor. Studien kom också fram till att missnöjet med den egna kroppen ökar då en attraktiv man är i närheten och att missnöjet inte är så starkt då männen inte är i närheten. Ferguson et al. (2011) fick som resultat att vänner har en större påverkan på kroppsmisnöjet än medier, dock undersökte de bara televisionens inverkan på kroppsmisnöjet. (Ferguson 2011) Vännernas påverkan kan också förklaras utgående från den teoretiska referensramen, eftersom vännerna är en del av omgivningen.

En artikel hade fått som resultat att flickorna anammade ett slankt ideal i högre grad om de upplevde press från modernas sida att vara smal. Moderns uppmuntran att vara smal var direkt kopplat till kroppsmissnöje och bantning. (Doeschka et al. 2008)

Resultaten av undersökningen visar tydligt att medierna, som de är idag, inverkar på hur flickor ser på den egna kroppen. Medierna ger unga flickor ett orealistiskt ideal på hur en kvinna skall se ut för att bli accepterad av samhället. Unga flickor jämför sin egen kropp med idealet och utvecklar en negativ syn på sin kropp ifall den inte ser ut som idealet.

Enligt skribenterna borde det ske ändring på det slanka idealet, som medierna presenterar. Istället för att ha orealistiskt slanka kvinnor, borde medierna visa upp kvinnor som har kroppar som är närmare den normala kroppsmodellen.

8 KRITISK GRANSKNING

Examensarbetets titel formades i slutet av skrivprocessen och den motsvarar innehållet bra. Forskningsfrågorna ändrades lite under skrivprocessen, eftersom materialet som hittades via datainsamlingen inte svarade på de ursprungliga frågorna så bra. Slutligen var nog frågorna sådana som skribenterna hade tänkt från början, men formulerade på ett annat sätt. Båda forskningsfrågorna blev besvarade.

Arbetet delades in i två åldersgrupper, flickor i åldern 4-12 år respektive 13-19 år. Att dela in flickorna i åldersgrupper var utmanande. Det var svårt att veta vid vilken ålder gränsen skulle dras. Eftersom det inte var gjort lika mycket forskning på yngre flickor, måste den yngre åldersgruppens åldersgräns höjas en aning. Det i sin tur leder till att några artiklar går in på båda åldersgrupperna. Indelningen i åldersgrupperna är alltså inte så entydig som den ser ut. Jämförelsen av åldersgrupperna gick bra att utföra, trots att indelningen inte var så tydlig.

Den teoretiska referensramen är med i hela examensarbetet. Examensarbetet fokuserar på kropps bilden och därför var det viktigt att hitta en referensram som har med kroppen att göra. Som referensram valdes vårdvetenskapens beskrivning på människobilden,

tolkad av Lena Wiklund. Människan tolkas som en helhet av kropp, själ och ande. Fastän enbart kroppen var den del som var viktig för examensarbetet, var vi tvungna att ta med även själen och anden, eftersom människan ses som en helhet.

Med tanken att bilda en klarare struktur av materialet, som används i arbetet, analyserades artiklarna under rubriken ”presentation av artiklarna”. Varje enskild artikels syfte, metod, resultat och kritisk granskning presenterades. Också en presentation av artiklarna gjordes i tabellform med litet annan information. Tillsammans med handledaren kom skribenterna överens om att två skilda analyser av artiklarna inte är nödvändig. Istället för att behålla presentationerna av artiklarna i textform valde skribenterna att presentera dem endast i tabellform.

I examensarbetet undersöktes alla former av media och resultaten av artiklarna delades in i kategorier enligt de medier som de representerar. I vissa kategorier presenterades resultatet av flera artiklar då de representerade samma medier, medan det i en annan kategori presenterades endast en artikel. Eftersom alla former av medier undersöktes i arbetet blev resultatet av en del medietyper begränsade och knappa. För att få exaktare resultat, kunde arbetet ha begränsats att undersöka en eller två olika media typer.

Under datainsamlingsprocessen visade det sig finnas flera artiklar, som jämförde flickor och pojkar och mediernas inverkan på kroppsbilden. Det skulle vara intressant att i kommande studier undersöka skillnaden mellan flickor och pojkar.

Resultatdelen blev lite onödigt tung att läsa, eftersom texten är så lång. Tabeller eller figurer kunde ha gjort det lättare att förstå resultatet, men skribenterna kunde inte åstadkomma en tabell som skulle ha hjälpt att förstå resultaten.

9 AVSLUTNING

Examensarbetet har två skribenter. Arbetsuppgifterna har fördelats jämnt mellan skribenterna så att båda två har skrivit egna delar, men mycket har också gjorts tillsammans. Bakgrunden har delats upp så att Mikaela har skrivit rubrikerna *Flickors sexuella utveckling* och *Mediernas historia* och Lene om *Kroppsbild* och *Mediernas påverkan på barn unga i allmänhet*. Den första forskningsfrågan delades upp så att Lene sökte artiklar, analyserade dem och skrev resultat i ålderskategorin 4-12 år och Mikaela i ålderskategorin 13-19 år. I den andra forskningsfrågan har resultaten från den första forskningsfrågan jämförts med varandra. Kvalitetsgranskningen har båda skribenterna gjort för sina egna artiklar. Abstrakten, inledningen, syftet, frågeställningarna, teoretiska referensramen, metoden, forskningsetiken, diskussionen och kritiska granskningen har skrivits tillsammans. Skribenterna har suttit och diskuterat innehållet tillsammans och kommit med olika förslag. De har tillsammans kommit överens om vilka föreslag som ska tas med i examensarbetet.

Examenarbetet har gjorts under en kort tid och skribenterna har skrivit aktivt under hela processen. Ämnet intresserade skribenterna redan från början, men intresset och kunskapen ökade under arbetets gång. Skribenterna utgick från tesen att flickor blir påverkade av media och svaren de fick var sådana, som de hade förväntat sig.

KÄLLOR

Aalberg, Veikko & Siimes, Martti. 1999, *Lapsesta aikuiseksi*, Nuoren kypsyminen naiseksi tai mieheksi, Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy, 247 s.

Ahlberg, Jonas & de Vries, Robert. 2015, *Medierna och mediesamhället*, SO-rummet, uppdaterad 8.1.2015. Tillgänglig:

<http://www.sorummet.se/kategorier/samhallskunskap/mediekunskap-massmedier-och-journalistik/medierna-och-mediesamhallet#> Hämtad 27.2.2015

Anschutz Doeschka, Engels Rutger, Van Leeuwe Jan & van Strien Tatjana. 2008, *Watching your weight? The relations between watching soaps and music television and body dissatisfaction and restrained eating in young girls*, Psychology and Health, Vol. 24, No. 9, November 2009, s. 1035-1050

Anschutz Doeschka, Engels Rutger & van Strien Tatjana. 2011, *Increased body satisfaction after exposure to thin ideal children's television in young girls showing thin ideal internalization*, Psychology and Health, Vol. 27, No. 5, May, s. 603-617

Anschutz Doeschka, Spruijt-Metz Donna, van Strien Tatjana & Engels Rutger. 2011, *The direct effect of thin ideal focused adult television on young girls ideal body figure*, Body Image

Bell Beth, Lawton Rebecca & Dittmar Helga. 2007, *The impact of thin models in music videos on adolescent girls' body dissatisfaction*, *Body image* 4, s. 137-145

Champion, Helen & Furnham, Adrian. 1999, *The Effect of the Media on Body Satisfaction in Adolescent Girls*, *European Eating Disorders Review* 7, s. 213-228

Dohnt, Hayley & Tiggemann, Marika. 2005, *Body Image Concerns in Young Girls: The Role of Peers and Media Prior to Adolescence*, *Journal of Youth and Adolescence*, Vol. 35, No. 2, April 2006, s. 141-151

Dohnt, Hayley & Tiggemann, Marika. 2006, *The Contribution of Peer and Media Influences to the Development of Body Satisfaction and Self-Esteem in Young Girls: A Prospective Study*, *Developmental Psychology* 2006, Vol. 42, No. 5, s. 929-936

Dohnt, Hayley & Tiggemann, Marika. 2008, *Promoting positive body image in young girls: An evaluation of 'Shapesville'*, *European Eating Disorders Review* 16, s. 222-233

Eriksson, Katie. 1988, *Vårdprocessen*, fjärde upplagan, andra tryckningen, Stockholm: Norstedts Förlag AB, 133 s.

Ferguson Christopher, Munoz Monica, Contreras Sandra & Velasquez Kristina. 2011, *Mirror, mirror on the wall: Peer competition, television influence, and body image dissatisfaction*, *Journal of Social and Clinical Psychology*, Vol. 30, No. 5, s. 458-483

Field Alison, Cheung Lilian, Wolf Anne, Herzog David & Gortmaker Steven. 1999, *Exposure to the Mass Media and Weight Concerns Among Girls*, *Pediatrics* 103

Forsberg, Christina & Wengström, Yvonne. 2013, *Att göra systematiska litteraturstudier*, Värdering, analys och presentation av omvårdnadsforskning, tredje utgåvan, Stockholm: Natur och Kultur, 219 s.

Grogan, Sarah. 2008, *Body image: understanding body dissatisfaction in men, women, and children*, London: Routledge, 250 s.

Hargreaves Duane & Tiggemann Marika. 2003, *The Effect of "thin ideal" television commercials on body dissatisfaction and schema activation during early adolescence*, Journal of youth and adolescence. Vol. 32, No. 5. October, s. 367-373

Harrison, Kristen & Hefner, Veronica. 2005, *Media Exposure, Current and Future Body Ideals, and Disordered Eating Among Preadolescent Girls: A Longitudinal Panel Study*, Journal of Youth and Adolescence, Vol. 35, No. 2, April 2006, s. 153-163

Hayes, Sharon & Tantleff- Dunn, Stacey. 2010, *Am I too fat to be a princess? Examining the effects of popular children's media on young girls' body image*, British Journal of Developmental Psychology 28, s. 413-426

Jacobsen, Dag Ingvar. 2007, *Förståelse, beskrivning och förklaring*, Introduktion till samhällsvetenskaplig metod för hälsovård och socialt arbete, Lund: Studentlitteratur AB, 316 s.

Mannerheimin Lastensuojeluliitto. 2015a, *12-15-vuotias*. Tillgänglig: http://www.mll.fi/vanhempainnetti/tietokulma/kasvu_ja_kehitys/12_15-vuotias/
Hämtad: 24.4.2015

Mannerheimin Lastensuojeluliitto. 2015b, *15-18-vuotias*. Tillgänglig: http://www.mll.fi/vanhempainnetti/tietokulma/kasvu_ja_kehitys/15_18-vuotias/seksuaalinen_kehitys/
Hämtad: 24.4.2015

Meier, Eveleyn & Gray, James. 2013, *Facebook Photo Activity Associated with Body Image Disturbance in Adolescent Girl*, Cyberpsychology

Lawrie Z., Sullivan E.A, Davies P.S.W & Hill R.J. 2006, *Media influence on the body image of children and adolescent*, Eating Disorders 14, s. 355-364

Patel, Runa & Davidson, Bo. 2011, *Forskningsmetodikens grunder*, Att planera, genomföra och rapportera en undersökning, Lund: Studentlitteratur AB, 149 s.

Riksförbundet för sexuell upplysning. 2015, *Barns sexualitet- en vägledning kring barns beteenden*, Stockholm

Schurgin O'Keeffe, Gwenn & Clarke-Pearson, Kathleen. 2011, *Clinical Report - The Impact of Social Media on Children, Adolescents, and Families*, American Academy of Pediatrics, s. 800-804

Sivonen, Kerstin. 2000, *Vården och det andliga: en bestämning av begreppet 'andlig' ur ett vårdvetenskapligt perspektiv*, Åbo: Åbo Akademi, 364s

Spurr Shelley, Berry Lois & Walker Keith. 2013, *Exploring adolescent views of body image: the influence of media*, Issues in Comprehensive Nursing 36, s. 17-36

Storvik-Sydänmaa Stina, Talvensaari Helena, Kaisvuori Terhi & Uotila Niina. 2012, *Lapsen ja nuoren hoitotyö*, Helsinki: Sanoma Pro OY, 1.painos, 375 s.

Strasburger, Victor & Hogan, Marjorie. 2013, *Children, Adolescents, and the Media*, Policy statement, PEDIATRICS Volume 132, Number 5, November 2013, s. 958-961.

Suominen Jaakko, Östman Sari, Saarikoski Petri & Turtiainen Riikka. 2013, *Sosiaalisen median lyhyt historia*, Helsinki: Gaudeamus Oy, 343 s.

Tatangelo, Gemma & Ricciadelli, Lina. 2013, *A qualitative study of preadolescent boys' and girls' body image: Gendered ideals and sociocultural influences*, Body Image 10

Tiggemann, Marika & Miller, Jessica. 2010, *The Internet and Adolescent Girls' Weight Satisfaction and Drive for Thinness*, Sex roles 63, s. 591-598

Tiggemann, Marika & Slater, Amy. 2014, *NetTweens: The Internet and Body Image Concerns in Preteenage Girls*, Journal of Early Adolescence

Valtari, Maarit. 2005, *Ulkonäön merkitys, elämän tavoitteet ja niiden yhteydet kulutukseen*, Erilaiset ja samanlaiset, Nuorisobarometri 2005, s. 82-97

Varantola Krista, Launis Veikko, Helin Markku, Spoof Sanna Kaisa & Jäppinen Sanna. 2013, *God vetenskaplig praxis och handläggning av misstankar om avvikelser från den i Finland – Forskningsetiska delegationens anvisningar 2012*, 40 s.

Veldhuis Jolanda, Konijn Elly & Seidell Jacob. 2012, *Weight information labels on Media Models Reduce Body Dissatisfaction in Adolescent Girls*, Journal of adolescent health 50, s. 600-606

Väestöliitto. 2015a, *Mitä väestöliitto tekee?* Publicerad: http://www.vaestoliitto.fi/vaestoliitto/mita_vaestoliitto_tekee/ Hämtad: 18.5.2015

Väestöliitto. 2015b, *Väestöliitto*, Publicerad: <http://www.vaestoliitto.fi/vaestoliitto/> Hämtad: 18.5.2015

Wiklund, Lena. 2003, *Vårdvetenskap i klinisk praxis*, Stockholm: Bokförlaget Natur och Kultur, 293 s.

BILAGOR

Bilaga 1 Kvalitetsgranskning av artiklarna

Artikel 1: Increased body satisfaction after exposure to thin ideal children's television in young girls showing thin ideal internalization (Anschutz et al. 2011)

Är frågeställningarna tydligt beskrivna? **Ja**

Finns det inklusions- och exklusionskriterier? **Nej**

Är undersökningsgruppen representativ? **Oklart**

Beskrivs det var undersökningen genomfördes? **Ja**

Beskrivs det när undersökningen genomfördes? **Ja**

Kommer det fram hur många som deltog i undersökningen? **Ja**

Beskrivs det hur interventionerna är genomförda? **Ja**

Beskrivs det vilka mätmetoder som används? **Ja**

Är huvudresultaten beskrivna? **Ja**

Är författarens slutsatser beskrivna? **Ja**

Kan resultaten generaliseras till annan population? **Ja**

Totalt: 9p

Artikel 2: Am I too fat to be a princess? Examining the effects of popular children's media on young girls' body image (Hayes & Tantleff- Dunn 2010)

Är frågeställningarna tydligt beskrivna? **Ja**

Finns det inklusions- och exklusionskriterier? **Ja**

Är undersökningsgruppen representativ? **Ja**

Beskrivs det var undersökningen genomfördes? **Ja**

Beskrivs det när undersökningen genomfördes? **Ja**

Kommer det fram hur många som deltog i undersökningen? **Ja**

Beskrivs det hur interventionerna är genomförda? **Ja**

Beskrivs det vilka mätmetoder som används? **Ja**

Är huvudresultaten beskrivna? **Ja**

Är författarens slutsatser beskrivna? **Ja**

Kan resultaten generaliseras till annan population? **Ja**

Totalt: 11p

Artikel 3: Watching your weight? The relations between watching soaps and music television and body dissatisfaction and restrained eating in young girls (Anschutz et al. 2008)

Är frågeställningarna tydligt beskrivna? **Ja**

Finns det inklusions- och exklusionskriterier? **Ja**

Är undersökningsgruppen representativ? **Ja**

Beskrivs det var undersökningen genomfördes? **Ja**

Beskrivs det när undersökningen genomfördes? **Ja**

Kommer det fram hur många som deltog i undersökningen? **Ja**

Beskrivs det hur interventionerna är genomförda? **Ja**

Beskrivs det vilka mätmetoder som används? **Ja**

Är huvudresultaten beskrivna? **Ja**

Är författarens slutsatser beskrivna? **Ja**

Kan resultaten generaliseras till annan population? **Ja**

Totalt: 11p

Artikel 4: Promoting positive body image in young girls: An evaluation of 'Shapesville' (Dohnt & Tiggemann 2008)

Är frågeställningarna tydligt beskrivna? **Ja**

Finns det inklusions- och exklusionskriterier? **Ja**

Är undersökningsgruppen representativ? **Oklart**

Beskrivs det var undersökningen genomfördes? **Ja**

Beskrivs det när undersökningen genomfördes? **Ja**
Kommer det fram hur många som deltog i undersökningen? **Ja**
Beskrivs det hur interventionerna är genomförda? **Ja**
Beskrivs det vilka mätmetoder som används? **Ja**
Är huvudresultaten beskrivna? **Ja**
Är författarens slutsatser beskrivna? **Oklart**
Kan resultaten generaliseras till annan population? **Ja**

Totalt: 9p

Artikel 5: Body Image Concerns in Young Girls: The Role of Peers and Media Prior to Adolescence (Dohnt & Tiggemann 2005)

Är frågeställningarna tydligt beskrivna? **Ja**
Finns det inklusions- och exklusionskriterier? **Oklart**
Är undersökningsgruppen representativ? **Ja**
Beskrivs det var undersökningen genomfördes? **Ja**
Beskrivs det när undersökningen genomfördes? **Ja**
Kommer det fram hur många som deltog i undersökningen? **Ja**
Beskrivs det hur interventionerna är genomförda? **Ja**
Beskrivs det vilka mätmetoder som används? **Ja**
Är huvudresultaten beskrivna? **Ja**
Är författarens slutsatser beskrivna? **Ja**
Kan resultaten generaliseras till annan population? **Ja**

Totalt: 10p

Artikel 6: Media Exposure, Current and Future Body Ideals, and Disordered Eating Among Preadolescent Girls: A Longitudinal Panel Study (Harrison & Hefner 2005)

Är frågeställningarna tydligt beskrivna? **Ja**
Finns det inklusions- och exklusionskriterier? **Ja**
Är undersökningsgruppen representativ? **Ja**

Beskrivs det var undersökningen genomfördes? **Ja**
Beskrivs det när undersökningen genomfördes? **Ja**
Kommer det fram hur många som deltog i undersökningen? **Ja**
Beskrivs det hur interventionerna är genomförda? **Ja**
Beskrivs det vilka mätmetoder som används? **Ja**
Är huvudresultaten beskrivna? **Ja**
Är författarens slutsatser beskrivna? **Ja**
Kan resultaten generaliseras till annan population? **Ja**

Totalt: 11p

Artikel 7: NetTweens: The Internet and Body Image Concerns in Preteenage Girls
(Tiggemann & Slater 2014)

Är frågeställningarna tydligt beskrivna? **Ja**
Finns det inklusions- och exklusionskriterier? **Ja**
Är undersökningsgruppen representativ? **Ja**
Beskrivs det var undersökningen genomfördes? **Ja**
Beskrivs det när undersökningen genomfördes? **Ja**
Kommer det fram hur många som deltog i undersökningen? **Ja**
Beskrivs det hur interventionerna är genomförda? **Ja**
Beskrivs det vilka mätmetoder som används? **Ja**
Är huvudresultaten beskrivna? **Ja**
Är författarens slutsatser beskrivna? **Ja**
Kan resultaten generaliseras till annan population? **Ja**

Totalt: 11p

Artikel 8: The Contribution of Peer and Media Influences to the Development of Body Satisfaction and Self-Esteem in Young Girls: A Prospective Study (Dohnt & Tiggemann 2006)

Är frågeställningarna tydligt beskrivna? **Ja**

Finns det inklusions- och exklusionskriterier? **Oklart**

Är undersökningsgruppen representativ? **Ja**

Beskrivs det var undersökningen genomfördes? **Ja**

Beskrivs det när undersökningen genomfördes? **Ja**

Kommer det fram hur många som deltog i undersökningen? **Ja**

Beskrivs det hur interventionerna är genomförda? **Ja**

Beskrivs det vilka mätmetoder som används? **Ja**

Är huvudresultaten beskrivna? **Ja**

Är författarens slutsatser beskrivna? **Ja**

Kan resultaten generaliseras till annan population? **Ja**

Totalt: 10p

Artikel 9: A qualitative study of preadolescent boys' and girls' body image: Gendered ideals and sociocultural influences (Tatangelo & Ricciadelli 2013)

Är frågeställningarna tydligt beskrivna? **Ja**

Finns det inklusions- och exklusionskriterier? **Ja**

Är undersökningsgruppen representativ? **Nej**

Beskrivs det var undersökningen genomfördes? **Ja**

Beskrivs det när undersökningen genomfördes? **Ja**

Kommer det fram hur många som deltog i undersökningen? **Ja**

Beskrivs det hur interventionerna är genomförda? **Ja**

Beskrivs det vilka mätmetoder som används? **Ja**

Är huvudresultaten beskrivna? **Ja**

Är författarens slutsatser beskrivna? **Ja**

Kan resultaten generaliseras till annan population? **Ja**

Totalt: 10p

Artikel 10: The direct effect of thin ideal focused adult television on young girls ideal body figure (Anschutz et al. 2011)

Är frågeställningarna tydligt beskrivna? **Ja**
Finns det inklusions- och exklusionskriterier? **Oklart**
Är undersökningsgruppen representativ? **Ja**
Beskrivs det var undersökningen genomfördes? **Ja**
Beskrivs det när undersökningen genomfördes? **Ja**
Kommer det fram hur många som deltog i undersökningen? **Ja**
Beskrivs det hur interventionerna är genomförda? **Ja**
Beskrivs det vilka mätmetoder som används? **Ja**
Är huvudresultaten beskrivna? **Ja**
Är författarens slutsatser beskrivna? **Ja**
Kan resultaten generaliseras till annan population? **Ja**

Totalt: 10p

Artikel 11: Mirror, mirror on the wall: Peer competition, television influence, and body image (Ferguson et al. 2011)

Är frågeställningarna tydligt beskrivna? **Ja**
Finns det inklusions- och exklusionskriterier? **Nej**
Är undersökningsgruppen representativ? **Ja**
Beskrivs det var undersökningen genomfördes? **Ja**
Beskrivs det när undersökningen genomfördes? **Ja**
Kommer det fram hur många som deltog i undersökningen? **Ja**
Beskrivs det hur interventionerna är genomförda? **Ja**
Beskrivs det vilka mätmetoder som används? **Ja**
Är huvudresultaten beskrivna? **Ja**
Är författarens slutsatser beskrivna? **Ja**
Kan resultaten generaliseras till annan population? **Ja**

Totalt: 10 poäng

Artikel 12: The Effect of the Media on Body satisfaction in adolescent (Champion & Furnham 1999)

Är frågeställningarna tydligt beskrivna? **Nej**
Finns det inklusions- och exklusionskriterier? **Nej**
Är undersökningsgruppen representativ? **ja**
Beskrivs det var undersökningen genomfördes? **Ja**
Beskrivs det när undersökningen genomfördes? **Ja**
Kommer det fram hur många som deltog i undersökningen? **Ja**
Beskrivs det hur interventionerna är genomförda? **Ja**
Beskrivs det vilka mätmetoder som används? **Ja**
Är huvudresultaten beskrivna? **Ja**
Är författarens slutsatser beskrivna? **Ja**
Kan resultaten generaliseras till annan population? **Ja**

Totalt: 9 poäng

Artikel 13: Media influence on the body image of Children and Adolescent (Lawrie et al. 2006)

Är frågeställningarna tydligt beskrivna? **Ja**
Finns det inklusions- och exklusionskriterier? **Ja**
Är undersökningsgruppen representativ? **ja**
Beskrivs det var undersökningen genomfördes? **Ja**
Beskrivs det när undersökningen genomfördes? **Ja**
Kommer det fram hur många som deltog i undersökningen? **Ja**
Beskrivs det hur interventionerna är genomförda? **Ja**
Beskrivs det vilka mätmetoder som används? **Ja**
Är huvudresultaten beskrivna? **Ja**
Är författarens slutsatser beskrivna? **Nej**
Kan resultaten generaliseras till annan population? **Ja**

Totalt: 10 poäng

Artikel 14: Exposture to the mass media and weight concerns among girls (Field et al. 1999)

Är frågeställningarna tydligt beskrivna? **Ja**

Finns det inklusions- och exklusionskriterier? **Ja**

Är undersökningsgruppen representativ? **ja**

Beskrivs det var undersökningen genomfördes? **Ja**

Beskrivs det när undersökningen genomfördes? **Ja**

Kommer det fram hur många som deltog i undersökningen? **Ja**

Beskrivs det hur interventionerna är genomförda? **Ja**

Beskrivs det vilka mätmetoder som används? **oklart**

Är huvudresultaten beskrivna? **Ja**

Är författarens slutsatser beskrivna? **Ja**

Kan resultaten generaliseras till annan population? **Ja**

Totalt: 10 poäng

Artikel 15: Exploring adolescent views of body image: the influence of media (Spurr et al. 2013)

Är frågeställningarna tydligt beskrivna? **Ja**

Finns det inklusions- och exklusionskriterier? **Ja**

Är undersökningsgruppen representativ? **ja**

Beskrivs det var undersökningen genomfördes? **Ja**

Beskrivs det när undersökningen genomfördes? **Ja**

Kommer det fram hur många som deltog i undersökningen? **Ja**

Beskrivs det hur interventionerna är genomförda? **Ja**

Beskrivs det vilka mätmetoder som används? **Ja**

Är huvudresultaten beskrivna? **Ja**

Är författarens slutsatser beskrivna? **Ja**

Kan resultaten generaliseras till annan population? **Ja**

Totalt: 11 poäng

Artikel 16: The Effect of “thin ideal” television commercials on body dissatisfaction and schema activation during early adolescence (Hargreaves & Tiggemann 2003)

Är frågeställningarna tydligt beskrivna? **Ja**

Finns det inklusions- och exklusionskriterier? **Ja**

Är undersökningsgruppen representativ? **Ja**

Beskrivs det var undersökningen genomfördes? **Ja**

Beskrivs det när undersökningen genomfördes? **Ja**

Kommer det fram hur många som deltog i undersökningen? **Ja**

Beskrivs det hur interventionerna är genomförda? **Ja**

Beskrivs det vilka mätmetoder som används? **Ja**

Är huvudresultaten beskrivna? **Ja**

Är författarens slutsatser beskrivna? **Oklart**

Kan resultaten generaliseras till annan population? **Ja**

Totalt: 10 poäng

Artikel 17: The internet and adolescent girls weight satisfaction and drive for thinness (Tiggemann & Miller 2010)

Är frågeställningarna tydligt beskrivna? **Ja**

Finns det inklusions- och exklusionskriterier? **Ja**

Är undersökningsgruppen representativ? **Ja**

Beskrivs det var undersökningen genomfördes? **Ja**

Beskrivs det när undersökningen genomfördes? **Ja**

Kommer det fram hur många som deltog i undersökningen? **Ja**

Beskrivs det hur interventionerna är genomförda? **Ja**

Beskrivs det vilka mätmetoder som används? **Ja**

Är huvudresultaten beskrivna? **Ja**

Är författarens slutsatser beskrivna? **Ja**

Kan resultaten generaliseras till annan population? **Ja**

Totalt: 11 poäng

Artikel 18: Facebook Photo Activity Associated with Body Image Disturbance in Adolescent Girls

(Meier & Gray 2013)

Är frågeställningarna tydligt beskrivna? **Ja**

Finns det inklusions- och exklusionskriterier? **Ja**

Är undersökningsgruppen representativ? **Ja**

Beskrivs det var undersökningen genomfördes? **Ja**

Beskrivs det när undersökningen genomfördes? **Ja**

Kommer det fram hur många som deltog i undersökningen? **Ja**

Beskrivs det hur interventionerna är genomförda? **Ja**

Beskrivs det vilka mätmetoder som används? **Ja**

Är huvudresultaten beskrivna? **Ja**

Är författarens slutsatser beskrivna? **Oklart**

Kan resultaten generaliseras till annan population? **Oklart**

Totalt: 9 poäng

Artikel 19: The impact of thin models in music videos on adolescent girls' body dissatisfaction

(Bell et al. 2007)

Är frågeställningarna tydligt beskrivna? **Ja**

Finns det inklusions- och exklusionskriterier? **Nej**

Är undersökningsgruppen representativ? **Oklart**

Beskrivs det var undersökningen genomfördes? **Ja**

Beskrivs det när undersökningen genomfördes? **Ja**

Kommer det fram hur många som deltog i undersökningen? **Ja**

Beskrivs det hur interventionerna är genomförda? **Ja**

Beskrivs det vilka mätmetoder som används? **Ja**

Är huvudresultaten beskrivna? **Ja**

Är författarens slutsatser beskrivna? **Ja**

Kan resultaten generaliseras till annan population? **Oklart**

Totalt: 8 poäng

Artikel 20: Weight information labels on Media Models Reduce Body Dissatisfaction in Adolescent Girls (Veldhuis et al.2012)

Är frågeställningarna tydligt beskrivna? **Ja**

Finns det inklusions- och exklusionskriterier? **Oklart**

Är undersökningsgruppen representativ? **Oklart**

Beskrivs det var undersökningen genomfördes? **Ja**

Beskrivs det när undersökningen genomfördes? **Ja**

Kommer det fram hur många som deltog i undersökningen? **Ja**

Beskrivs det hur interventionerna är genomförda? **Ja**

Beskrivs det vilka mätmetoder som används? **Ja**

Är huvudresultaten beskrivna? **Ja**

Är författarens slutsatser beskrivna? **Ja**

Kan resultaten generaliseras till annan population? **Ja**

Totalt: 9 poäng

Bilaga 2

Tabell 1. *Presentation av artiklarna*

Författare, år & titel	Sampel	Syfte	Resultat	Kvalitet
Anschutz et al. 2011 Increased body satisfaction after exposure to thin ideal children's television in young girls showing thin ideal internalization	51 flickor i åldern 6-8 år	Att utforska om barnprogram, som innehåller ett slankt kroppsideal, har en omedelbar effekt på flickors kroppstillfredsställelse.	Flickor med ett högre anammande fick mera tillfredsställelse efter att ha sett videoklippen med den smala seriefiguren jämfört med den neutrala seriefiguren. Hos flickor med lågt anammande märktes ingen skillnad efter att de tittat de två videoklippen med seriefigurer. Likadana resultat visade jämförelsen mellan videoklippen med den smala seriefiguren och filmklippet med de normalviktiga riktiga människorna.	Hög kvalitet (9p)
Hayes & Tantleff- Dunn 2010 Am I too fat to be a princess? Examining the effects of popular children's	121 flickor i åldern 3-6 år	Att undersöka effekterna av utseendefixerad media på flickors kroppsbild.	Undersökningen visade inga resultat på att utseenderelaterade filmerna skulle påverka flickornas kroppsbild negativt. I allmänhet väljer 5-6 åringar en smalare figur, som sin egen kroppsbild och som sitt ideal, än 3-4 åringar.	Hög kvalitet (11p)

media on young girls' body image			Det kan bidra till utvecklingen av missnöje till sin kropp.	
Anschutz et al. 2008 Watching your weight? The relations between watching soaps and music television and body dissatisfaction and restrained eating in young girls	245 flickor i åldern 7-9 år	Att undersöka den direkta effekten av att titta på musikvideon och såpoperor på kroppsmisnöje och behärskat ätande samt den indirekta effekten av anammande av ett slankt ideal.	Resultaten visar att det finns en koppling mellan att titta på musikvideor och såpoperor och anammande av ett slankt ideal. Anammandet i sin tur leder till en försämrad kroppsbild och ett kontrollerat ätande. Att titta på musikvideor och såpoperor var direkt kopplat till kontrollerat ätande och indirekt relaterat till ökat kroppsmisnöje. Att titta på TV i allmänhet var också kopplat till anammande av ett slankt ideal, men inte till kontrollerat ätande. Att titta på neutrala program var inte kopplat till anammande av ett slankt ideal eller kontrollerat ätande, utan istället sänkte det kroppsmisnöjet.	Hög kvalitet (11p)
Dohnt & Tiggemann 2008	84 flickor i åldern 5-9 år	Att utvärdera boken Shapesville, en	Efter att ha läst boken Shapesville var flickorna mera tillfredsställda till sitt	Hög kvalitet (9p)

Promoting positive body image in young girls: An evaluation of 'Shapesville'		barnbok som syftar till att främja en positiv kroppsuppfattning hos barn.	utseende. Shapesville främjade också flickornas attityder mot oacceptabel mobbning och orealistiska bilder i media. Shapesville minskade flickornas anammande av kroppsideal i media.	
Dohnt & Tiggemann 2005 Body Image Concerns in Young Girls: The Role of Peers and Media Prior to Adolescence	128 flickor i åldern 5-8 år	Att undersöka hur vänner och media påverkar unga flickors bekymmer till sin kroppsbild och kunskap om bantning.	De flickor som tittade på utseenderelaterade TV-program diskuterade mera med sina vänner om utseendet. De flickor som tittade på barnprogram trodde att deras vänner skulle önska att ha en större kropp. De flickor som tittade mera på musikvideor och läste ungdoms-, kvinno- och utseendefixerade tidningar hade mera kunskap om bantning, medan de som tittade på barnprogram hade mindre kunskap om bantning. Flickor som läste kvinnotidningar var mera missnöjda med sitt utseende.	Hög kvalitet (10p)
Harrison &	257 flickor	Att undersöka i	TV tittande var starkare	Hög

<p>Hefner 2005</p> <p>Media Exposure, Current and Future Body Ideals, and Disordered Eating Among Preadolescent Girls: A Longitudinal Panel Study</p>	<p>med en medelålder på 8.72 år</p>	<p>vilken grad flickor blir utsatta för TV och tidningar och hur det påverkar deras kroppsideal och stört ätande ett år senare.</p>	<p>bundet till kroppsideal och stört ätande, än tidningsläsning. De som tittade mera på TV vid det första tillfället förutsågs ha ett smalare kroppsideal vid det andra tillfället. TV tittande har en koppling till stört ätande. I den insamlade datan finns bevis på att flickor börjar med ett ätstörningsbeteende för att få en kropp enligt det smala kroppsidealet som syns i media.</p>	<p>kvalitet (11p)</p>
<p>Tiggemann & Slater 2014</p> <p>NetTweens: The Internet and Body Image Concerns in Preteenage Girls</p>	<p>189 flickor i åldern 10-12 år</p>	<p>Att undersöka förhållandet mellan hur mycket flickorna blir utsatta för media och bekymmer med kropps bilden. Undersökningen fokuserade i synnerhet på internet.</p>	<p>Resultaten visar att användandet av alla medieformer hade en koppling till oro av kropps bilden. Tidningar och TV bidrog till ett anammande av det slanka idealet och ungdomstidningar ledde till kroppskontroll. Det största fyndet var att användning av internet var kopplat till anammande av ett slankt ideal, kroppskontroll, bantning och minskad självkänsla.</p>	<p>Hög kvalitet (11p)</p>

Dohnt & Tiggemann 2006	97 flickor i åldern 5-8 år	Att undersöka vänners och medias påverkan på utvecklingen av kroppsmisnöje hos unga flickor samt förhållandet mellan kroppsmisnöje och självkänsla.	Flickor som tittade på utseendefixerade TV-program vid det första tillfället hade en sämre tillfredsställelse till sitt utseende vid det andra tillfället. Om flickorna tittade på utseendefixerade program, kunde man alltså förvänta sig en lägre tillfredsställelse till utseendet. I denna undersökning hade inte utseendefixerade tidningar något samband med kroppstillfredsställelse.	Hög kvalitet (10p)
Tatangelo & Ricciadelli 2013	68 barn i åldern 8-10 år (33 av dem var flickor, som kommer att beaktas i detta arbete)	Att undersöka flickors och pojkars kroppsideal och hur vänner och media medverkar i utvecklingen av dessa ideal.	En stor del av flickorna uppgav som sin favoritkändis en typisk skådespelare eller sångare, som uttryckte ett slant kroppsideal. De uppgav också att deras vänner försöker kopiera kändisars egenskaper, så som hår, klädsel, manérer och sång. Studien visar även resultat på att vänner påverkar barnens sätt att relatera till media.	Hög kvalitet (10p)
The Contribution of Peer and Media Influences to the Development of Body Satisfaction and Self-Esteem in Young Girls: A Prospective Study				
A qualitative study of pre-adolescent boys' and girls' body image: Gendered ideals and sociocultural influences				

Anschutz et al. 2011	60 flickor i åldern 9-12 år	Att studera effekten av hur TV- program, som fokuserar på ett slankt ideal, påverkar på ungdomars kroppsmissnöje .	Det viktigaste resultatet som hittades i studien var att mediernas effekt på kroppsmissnöje varierade beroende på åldern. Flickor i åldern 11-12 år visade ett ökat kroppsmissnöje efter att ha sett videoklippen med ett slankt ideal. Flickor i åldern 10-11 år visade ett lägre kroppsmissnöje efter att ha sett videoklippen med ett slankt ideal och flickor i 9-10 år visade ingen skillnad.	Hög kvalitet (10p)
Ferguson et al. 2011	Två ålderskategori er undersöktes och skribenten valde att välja bara en ålderskategori d.v.s. studie 2. I studie 2 undersöktes 383 flickor i åldern 12-16 år	I artikeln görs en undersökning om vilka riskfaktorer som är de mest kritiska och influerar mest kroppsmissnöje t bland tonåriga flickor.	Resultaten av undersökningen är att mest förutsägbara påverkan på kroppsmissnöjet är BMI- värdet och då det förekom symptom på depression eller ångest. Attraktiva skådespelerskor i TV eller kompisar påverkar enligt resultaten inte på kroppsmissnöjet. Däremot påverkade kompisarnas sätt att klä sig och närvaron av en attraktiv man på kroppsmissnöjet.	Hög kvalitet (10p)

Champion & Furnham 1999	I undersökningen undersöktes 203 flickor i ålderskategorierna 12, 14 och 16 år	En studie som undersöker om bilder med människor med stereotypiskt vackra kroppar orsakar kroppsmisnöje bland ungdomar och ifall bilder på överviktiga individer minskar misnöjet.	I resultaten kom det fram att flera flickor ansåg att de är större än vad de egentligen är och känner tryck för att vara smalare. Åldern hade en stor påverkan på resultaten. 54,1 % av alla undersökta flickorna önskade att de hade en smalare kroppsform och 53,8 % önskade att de hade en smalare kroppsform än vad de själva ansåg som normalt.	Hög kvalitet (9p)
Lawrie et al. 2006	I undersökningen deltog både pojkar och flickor men skribenterna valde att använda sig av bara flickornas resultat. I studien deltog 925 individer varav 634 var flickor i ålder	I studien undersöktes medias påverkan på ungdomars kroppsbild.	I resultaten kommer det fram att flickor som spenderar mer tid i sociala medier som Myspace och Facebook hade en större strävan av att villas vara smala. I undersökningen kom det också fram att inte själva internet påverkar negativt på kropps bilden, men specifika sidor gör det. I undersökningen kommer det inte fram vilka specifika faktorer i internet, som påverkar på flickornas	Hög kvalitet (10p)

	9-14 år. Flickornas andel var 68,5%.		behov av att bli smalare och deras kroppsmissnöje.	
Field et al. 1999 Exposure to the Mass Media and Weight Concerns Among Girls	548 flickor i ålder 12-16 år	Studien bedömer medias påverkan på flickors oro om sin kropp, vikt kontrolls beteende och flickornas uppfattningar om kroppens vikt och form.	Resultaten i undersökningen var att majoriteten av flickorna som undersöktes var missnöjda med sin vikt och kroppsform. Resultatet hade en stark förbindelse med läsandet av modetidningar då 69 % av deltagarna konstaterade att mode tidningar påverkar deras syn på sin vikt och kroppsform. Till och med de 60 % som bara läste sällan mode tidningar påverkades av dem.	Hög kvalitet (10p)
Spurr et al. 2013 Exploring adolescent views of body image: the influence of media	Undersökningen gjordes på 28 flickor i åldern 16-19 år	I artikeln undersöktes ungdomars syn på sin kropps bild och medias påverkan på kropps bilden.	Resultaten av undersökningen var att median påverkar kropps bilden och hur flickor ser på sin egen kropp. Enligt studien hade media en negativ påverkan på kropps bilden och deltagarna kände utseende relaterad press. Det visade sig att deltagarna i studien	Hög kvalitet (11p)

			blev negativt påverkade av just de stereotypa smala modellerna som representeras i media.	
Hargreaves & Tiggemann 2003 The Effect of “thin ideal” television commercials on body dissatisfaction and schema activation during early adolescence.	I undersökningen undersöktes både flickor och pojkar och till detta arbete valdes att analysera bara flickors resultat. I studien deltog 160 flickor i ålder 13-15 år	Syftet med studien var att undersöka hurdan effekt bilder på attraktiva kvinnor i TV-program har på ungdomars kroppsmisnöje .	Resultaten visade att flickorna som hade tittat på reklamerna med kvinnor med slankt ideal rapporterade ett ökat kroppsmisnöje till skillnad från de flickor som inte hade kvinnor med slankt ideal i reklamerna. Åldern påverkade inte resultaten.	Hög kvalitet (10p)
Tiggemann & Miller 2010 The Internet and Adolescent Girls’ Weight Satisfaction and Drive for Thinness	I undersökningen deltog 156 Australienska flickor i åldern 13-18 år.	Studien undersökte förhållandet mellan kroppsbilden och hur mycket flickorna blir utsatta för media.	I resultaten kommer det fram att flickor som spenderade mer tid i sociala medier som Myspace och Facebook hade en större strävan av att vilja vara smala. I undersökningen kom det också fram att inte själva internet påverkar negativt på kroppsbilden men specifika sidor gör det. I undersökningen kommer det inte fram vilka	Hög kvalitet (11p)

			specifika faktorer i internet som påverkar flickornas behov av att bli smalare och deras kroppsmissnöje.	
Meier & Gray 2013 Facebook Photo Activity Associated with Body Image Disturbance in Adolescent Girls	I undersökningen deltog 103 flickor i åldern 12-18 år och föräldrarnas lov behövdes för att de minderåriga skulle kunna delta.	Studien undersökte förhållandet mellan kroppsbilden och flickors användning av den sociala median Facebook.	Resultat visar att faktorer i Facebook som påverkar utseendet har en koppling till anammande av ett slankt ideal, självobjektivitet och strävan efter att vara smal. Det fanns ingen koppling med tillfredsställelsen till vikten. Resultatet tyder på att det är tiden som använts på att behandla bilder som är ansluten till ett anammande av ett slankt ideal, självobjektivitet, viktmissnöje och strävan efter att vara smal, inte tiden som totalt spenderades på internet.	Hög kvalitet (9p)
Bell et al. 2007 The impact of thin models in music videos on adolescent girls' body dis-	Ungdomar i ålder 16-19 år	Studien undersöker påverkan av smala modeller i musikvideon på kroppsmissnöje.	I resultaten av undersökningen kom det fram att flickor i tonåren som tittade på musikvideon med kvinnor med slankt ideal hade ett ökat kroppsmissnöje. Flickorna	Medelhög kvalitet (8p)

satisfaction			som enbart lyssnade på musik och lärde sig ord blev jämförbart inte lika påverkade på det egna kroppsmissnöjet.	
Veldhuis et al. 2012 Weight information labels on Media Models Reduce Body Dissatisfaction in Adolescent Girls	I undersökningen deltog 184 flickor i ålder 9-16 år	Målet med studien var att undersöka hur modeller i media i olika storlekar påverkar på ungdomars kropps uppfattningar och hur de jämför sig med modellerna i media	Resultaten visar att bilderna som ges med en etikett påverkar hur flickorna tänker. Bilden som var kategoriserad som ”normal” hade en bild på en modell som var orealistiskt och ohälsosamt smal men eftersom bilden hade etiketten ”normal vikt”, ansåg flickorna att modellen var i normal vikt. Jämförelsen flickorna gör med sin egen kropp och modellernas kropp orsakar att flickorna vill ändra på sina kroppar.	Hög kvalitet (9p)