

Skönhetsideal 2013

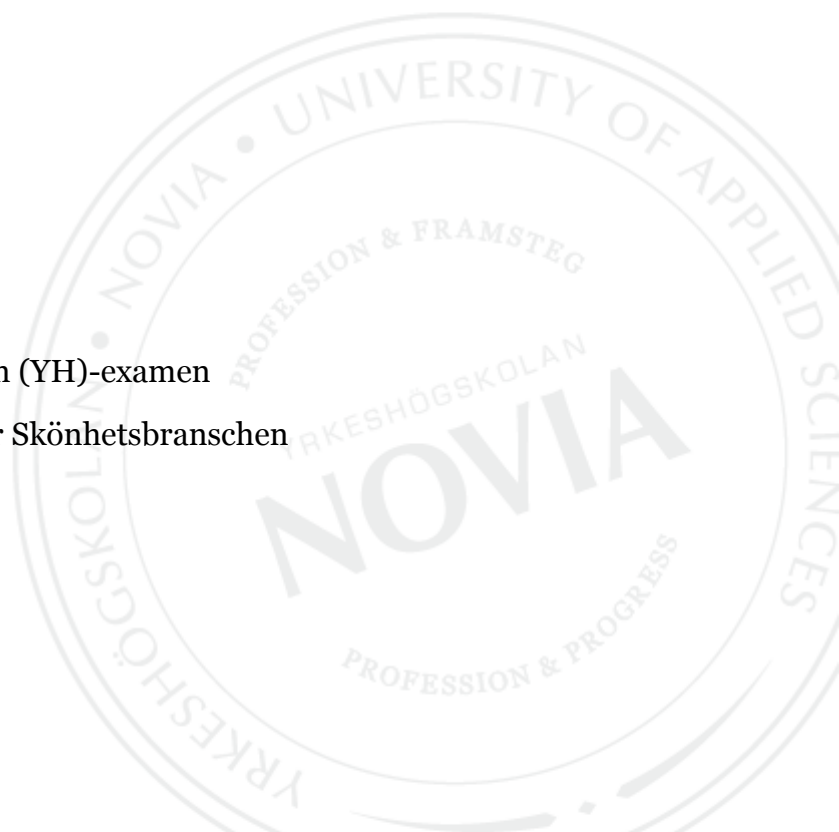
- **en kvalitativ undersökning om några unga flickors upplevelser kring skönhetsideal**

Heidi Staffans

Examensarbete för Estenom (YH)-examen

Utbildningsprogrammet för Skönhetsbranschen

Vasa 2013



EXAMENSARBETE

Författare: Heidi Staffans
Utbildningsprogram och ort: Skönhetsbranschen, Vasa
Handledare: Jaana Ylimartimo-Nybäck, Anna-Lotta Mörk

Titel: Skönhetsideal 2013
- en kvalitativ undersökning om några unga flickors upplevelser kring skönhetsideal

Hösten 2013

Sidantal 48

Bilagor 1

Sammanfattning

Syftet med detta arbete är att undersöka unga flickors upplevelser kring skönhetsideal och att ta reda på om det rådande skönhetsidealet har någon påverkan i deras dagliga liv, eftersom allt fler ungdomar mår dåligt i dagens samhälle. Jag hoppas att vi får en ökad förståelse kring ämnet och att vi kan prata med ungdomar om skönhetsideal enligt deras synsätt.

De teoretiska utgångspunkterna behandlar begreppen ideal, skönhet och skönhetsideal, skönhetsidealet från 1960-talet fram till dagens skönhetsideal, tonårsflickan samt självkänsla, självförtroende och självbild. Den teoretiska bakgrunden innehåller fakta om kvinnans roll och skönhetsidealet från 1800-talet till 1950-talet. Detta är en kvalitativ studie där datainsamlingsmetoden är halvstrukturerade intervjuer och dataanalysmetoden är innehållsanalys.

Resultatet visar att inre och yttre skönhet går hand i hand. De yttre egenskaperna som återspeglar dagens skönhetsideal är en smal och vältränad kropp samt ett naturligt utseende. Dagens skönhetsideal styrs även av massmedia, som till en stor del handlar om kändistrender, botox och kläder. Resultatet visar att ovannämnda ideal är svåra att uppnå. I resultatet framkommer att dagens skönhetsideal påverkar omedvetet och det är till största delen en negativ påverkan, men man kan även bli positivt påverkad genom att få motivation att ta hand om sig själv och sin hälsa. Den negativa påverkan handlar om att man blir negativ och kritisk till sitt eget utseende, vilket kan leda till att man känner press, jämför sig med andra och känner att man borde se ut på ett visst sätt. I studien framkommer att största delen av tonåringarna inte försöker se ut som skönhetsidealet och de anser att varken utseende eller att se ut som skönhetsidealet är viktigt. Resultatet visar även att tankar kring utseendet ofta bottenar sig i osäkerhet angående det egna utseendet samt att självkänslan hos unga flickor är ganska varierande.

Språk: Svenska Nyckelord: Skönhetsideal, ideal, tonår, utseende, självkänsla, inre skönhet, yttre skönhet

BACHELOR'S THESIS

Author: Heidi Staffans
Degree Programme: Beauty and Cosmetics, Vaasa
Supervisors: Jaana Ylimartimo-Nybäck, Anna-Lotta Mörk

Title: Beauty ideals 2013
- a qualitative study of some young girls' experiences about beauty ideals

Autumn 2013

Pages 48

Appendices 1

Summary

The purpose of this thesis is to examine young girls' experiences of beauty ideals and to find out if the current beauty ideal has any impact in their daily lives, since more and more teenagers feel bad in today's society. I hope we will get a better understanding of the subject and that we will be able to talk to teenagers' about beauty ideals according to their own view of the subject.

The theoretical starting points describe the notions ideal, beauty and beauty ideals, the beauty ideals from the 1960's to today's beauty ideals, the teenage girl and self-esteem, self-confidence and self-image. The theoretical background contains facts about the role of women and the beauty ideals from the 1800's to the 1950's. This is a qualitative study conducted using semi-structured interviews, which have been analyzed through content analysis.

The result of the study shows that inner beauty goes together with outer beauty. The outer traits that reflect today's beauty ideals are a slim and fit body and a natural look. The current beauty ideal is also controlled by the mass media, which shows celebrity trends, botox and clothing. The result shows that this ideal is hard to achieve. The result also shows that the current beauty ideal mostly has a negative, unconscious influence on teenagers. However, the impact can also be positive since they can get motivated to take care of themselves and their health. The negative impact is about becoming negative and critical regarding their own appearance, which can lead to pressure, comparison with other people and feeling like they should look a certain way. The study shows that the majority of teenagers don't try to look like the current beauty ideal. In their opinion neither appearance nor trying to look like the beauty ideal is important. The study also reveals that thoughts about appearance often are based on uncertainty about their own appearance and that young girls' self-esteem is quite diverse.

Language: Swedish Keywords: Beauty ideals, ideal, teenage, appearance, self-esteem, inner beauty, outer beauty

Innehållsförteckning

| | | |
|-----|--|----|
| 1 | Inledning | 1 |
| 2 | Syfte och problemprecisering | 3 |
| 3 | Teoretiska utgångspunkter | 4 |
| 3.1 | Ideal, skönhet och skönhetsideal | 4 |
| 3.2 | Skönhetsideal från 1960-1990-talet | 6 |
| 3.3 | Dagens skönhetsideal | 9 |
| 3.4 | Tonårsflickan | 11 |
| 3.5 | Självkänsla, självförtroende och självbild | 13 |
| 4 | Teoretisk bakgrund | 15 |
| 4.1 | Kvinnans roll och kroppsidealet under 1800- och 1900-talet | 15 |
| 4.2 | Skönhetsideal från 1900-1950-talet | 17 |
| 5 | Tidigare forskning | 19 |
| 6 | Undersökningens genomförande | 22 |
| 6.1 | Halvstrukturerad intervju | 23 |
| 6.2 | Innehållsanalys | 24 |
| 6.3 | Undersökningens praktiska genomförande | 25 |
| 7 | Resultatredovisning | 26 |
| 7.1 | Känslan av att vara vacker | 26 |
| 7.2 | Begreppen skönhet och ideal | 27 |
| 7.3 | Dagens skönhetsideal | 28 |
| 7.4 | Det egna skönhetsidealet | 30 |
| 7.5 | Skönhetsidealets påverkan | 32 |
| 7.6 | Utseendets betydelse | 34 |
| 7.7 | Tonår och självkänsla | 36 |
| 7.8 | Sammanfattning | 38 |
| 8 | Tolkning | 39 |
| 8.1 | Känslan att vara vacker | 39 |
| 8.2 | Begreppen skönhet och ideal | 40 |
| 8.3 | Dagens skönhetsideal | 40 |
| 8.4 | Det egna skönhetsidealet | 42 |

| | |
|-------------------------------------|----|
| 8.5 Skönhetsidealets påverkan | 42 |
| 8.6 Utseendets betydelse | 43 |
| 8.7 Tonår och självkänsla | 44 |
| 9 Kritisk granskning | 45 |
| 10 Diskussion | 47 |

Litteraturlösteckning

Bilaga

1 Inledning

Skönhetsideal är ett ord som kan väcka många känslor och tankar. Skönhetsbranschen har aldrig varit så stor som den är idag, och branschen växer ständigt. Vi lever i en värld där utseendet ger oss makt och det leder till att man ständigt vill förbättra utseendet. Studier har visat att vackra barn får mera uppmärksamhet och mindre bestraffningar i skolan. I vuxen ålder har en vacker person större chanser att få jobb än en mindre attraktiv person, trots att båda har samma kvalifikationer för jobbet.

Utseende kan vara ett väldigt känsligt ämne för många. Massmedia målar upp ett skönhetsideal som skapar enorm press på ungdomar att se ut på ett visst sätt för att bli accepterade, vilket leder till att många ungdomar mår dåligt på grund av pressen. Jag tror att de flesta känner igen sig och har mått dåligt på grund av sitt utseende någon gång i livet; även jag hör till den kategorin. Jag har kämpat mycket med min självkänsla under tonåren och känt mig ful och dålig med mera. Jag har även som äldre upplevt flera dilemman angående skönhet. Ett exempel; *"Utseende är inte viktigt"*, säger jag, samtidigt som jag sminkar mig dagligen och skulle inte kunna tänka mig att gå ut genom dörren osminkad. Jag är med andra ord väldigt medveten om mitt utseende, men ändå tycker jag att det inte är så viktigt innerst inne. Varför gör jag det? Är det på grund av skönhetsidealet; att det förväntas att man som kvinna ska vara sminkad?

Skönhet, ideal, skönhetsideal och utseende är skilda begrepp, men alla hänger ihop. Jag är mycket intresserad av dessa ämnen och främst ungdomars tankar kring skönhetsideal och eventuella påverkningar av det. Självt började jag fundera mycket på utseende i 15-16-årsåldern, och därför har jag valt att undersöka unga flickors tankar kring skönhetsideal. Det var ett tag sedan jag var tonåring, men redan då skulle man sminka sig, vara modemedveten och bli vuxen snabbt. Hur ser det ut idag? Har skönhetsidealet förändrats? Upplever unga liknande dilemman som jag beskrev tidigare?

Syftet med detta arbete är att undersöka några unga flickors upplevelser kring skönhetsideal och att ta reda på om det rådande skönhetsidealet har någon påverkan i deras dagliga liv, eftersom allt fler ungdomar mår dåligt i dagens samhälle.

Denna studie görs främst för mitt eget intresse. Men jag hoppas även att andra estenomer har nytta av mitt arbete i och med att vi är i kontakt med yngre kunder. Därför bör vi även förstå vad unga genomgår i tonåren och att utseende kan vara ett väldigt känsligt ämne för dem. Jag hoppas att vi får en ökad förståelse kring ämnet och att vi kan prata med ungdomar om skönhetsideal enligt deras synsätt.

2 Syfte och problemprecisering

Syftet med detta arbete är att undersöka några unga flickors upplevelser kring skönhetsideal och att ta reda på om det rådande skönhetsidealet har någon påverkan i deras dagliga liv, eftersom allt fler ungdomar mår dåligt i dagens samhälle.

Denna studie görs främst för mitt eget intresse. Men jag hoppas även att andra estenomer har nytta av mitt arbete i och med att vi är i kontakt med yngre kunder. Därför bör vi även förstå vad unga genomgår i tonåren och att utseende kan vara ett väldigt känsligt ämne för dem. Jag hoppas att vi får en ökad förståelse kring ämnet och att vi kan prata med ungdomar om skönhetsideal enligt deras synsätt.

Utgående från syftet har jag formulerat följande forskningsfrågor:

1. Hur upplever ungdomar det rådande skönhetsidealet?
2. Hur påverkar det rådande skönhetsidealet ungdomar?

3 Teoretiska utgångspunkter

Respondenten har valt att definiera vad begreppen ideal, skönhet och skönhetsideal betyder, eftersom det är viktigt att förstå dessa begrepp för arbetes syfte. Dessutom redovisas skönhetsidealet från 1960-talet fram till dagens skönhetsideal, eftersom tidigare ideal har påverkat hur dagens ideal ser ut. Respondenten har även valt att beskriva vad som händer under tonåren, eftersom arbetet handlar om unga flickor.

3.1 Ideal, skönhet och skönhetsideal

Det finns olika typer av ideal, i detta arbete kommer fokus att läggas på dagens allmänna skönhetsideal för kvinnor. I detta arbete handlar skönhetsideal främst om kroppsideal och utseende.

Ideal

Enligt Nationalencyklopedin (2013) är ideal något önskvärt och ofta ouppnåeligt. Ideal definieras även som en föreställning om något som är perfekt. Ideal kan också betraktas som något som endast existerar som en idé. Det har alltid funnits kroppsideal i alla kulturer och det överensstämmer inte ofta med ens egen kropp. Kroppsideal orsakar press på både kvinnor och män att se ut på ett visst sätt, speciellt ungdomar. Idealkroppen och idealutseendet är egentligen ouppnåeliga; man kan förändra sitt utseende på många sätt, men trots alla åtgärder man genomför blir människan ändå aldrig nöjd. (Meurling, 2003, s. 43-44; Cullberg Weston, 2005, s. 53; Johansson, 2006, s. 111-112; Nationalencyklopedin, 2013)

Skönhet

Skönhet och ideal är två skilda begrepp, men blandas ofta ihop eftersom skönhet oftast är ett ideal. Skönhet är subjektivt och därmed ett svårdefinierbart ord. Enligt Nationalencyklopedin (2013) är skönhet ett *”värdeladdat begrepp som använts i skiftande betydelser.”* Eco (2002) beskriver ordet skön som något som faller oss i smaken. Det sköna

har även förknippats med det goda genom historien. (Eco, 2002, s. 9-12; Nationalencyklopedin 2013)

Trots att skönhet inte går att mäta finns det ändå vissa mått och proportioner som anses vara ideala. Leonardo da Vincis lära om ”de gudomliga proportionerna” lärs fortfarande ut på konstskolor idag. I denna lära beskrivs de ideala avstånden i människans kropp, till exempel avståndet mellan ögonen och var munnen ska sitta i proportion till ögonen. (Hedén, 1996, s. 27)

Forskning har visat att ett genomsnittligt utseende anses vara det mest vackra, vilket man kanske inte skulle tro. Detta har bevisats genom att man har ”blandat” ihop flera olika ansikten via dataprogram; ju fler ansikten som är inblandade, desto vackrare anses det konstgjorda resultatet (ansiktet) vara. Lite asymmetri är också vackrare än total symmetri, eftersom total symmetri kan bli tråkigt för människoögat. En viss asymmetri ger däremot karaktär och charm. Dock anses en symmetrisk ansiktsform vara attraktivt hos kvinnor, samt fylliga läppar, stora ögon och en jämn, hårfri hy. (Hedén, 1996, s. 25, 32-33)

Skönhetsideal

Skönhet har alltid intresserat människan. Utseendefixering kan tyckas vara onödig och ytlig, men det ligger i människans natur att bry sig om utseende och form. Forskning har till exempel visat att spädbarn hellre ser på bilder av människor som anses vara vackra än ”vanliga” människor. (Hedén, 1996, s. 17-18)

Redan under den klassiska grekiska tiden dyrkades skönhet och enligt filosofen Plato borde varje människa önska sig dessa tre saker; ”Att vara frisk, att bli rik på ett hederligt sätt och att vara vacker.” Tidigare var det främst konstnärer och författare som skapade kriterier för skönhet och kungligheter var ofta skönhetsidealet eftersom de syntes offentligt. Idag blir man fortfarande påverkad av offentliga människor och skönhetsidealen skapas till en viss del från mode- och filmvärlden. Skönhetsidealen beskriver den rådande tidsandan och ändras i ganska snabb takt i och med samhällsförändringar, ekonomi och politik. (Hedén, 1996, s. 17-18, 23-24, Mulvey&Richards, 2001, s. 6-7)

Skönhetsidealet skiljer sig beroende på kultur, men man kan se tydliga tendenser på att det västerländska skönhetsidealet håller på och tar över. Detta märks på näs- och bröstoperationer; man eftersträvar en rak, liten näsa och stora bröst. Exponeringen av

dagens skönhetsideal går inte att undvika, retuscherade kroppar syns överallt, något som symboliserar orealistiska ideal. Detta kan leda till att människor blir missnöja med sig själva och i värsta fall kan det leda till ätstörningar. Ätstörning innebär att man får ett osunt sätt att förhålla sig till mat. Man tänker ständigt på mat och vad man ska äta, eller om man ska äta överhuvudtaget. I och med en ätstörning förändras även bilden av den egna kroppen, man tänker ofta mycket på sin vikt och hur man ser ut. Oftast har man en förvrängd kroppsuppfattning, som inte överensstämmer med verkligheten. En människa som lider av ätstörningar mår ofta psykiskt mycket dåligt och har en låg självkänsla. Ätstörningar har en djup, psykologisk orsak, men skönhetsidealet kan vara en bidragande faktor till ätstörningar. (Hedén, 1996, s. 33, 36; Lindholm, (u.å.))

3.2 Skönhetsideal från 1960-1990-talet

Skönhetidealet har aldrig haft så radikala förändringar som under 1900-talet. 60-talet var på många sätt ett viktigt årtionde med tanke på hur dagens skönhetsideal ser ut. Under 60-talet bröt besattheten av smalhet ut, och ända sedan det har en smal kropp varit ett ideal, dock i olika former.

1960-talet

1960-talet var på många sätt en revolutionerande tid; den eleganta kvinnan som under de senaste årtiondena hade varit skönhetsidealet ersattes av en ungdomlig flicka utan former. Twiggy var den första toppmodellen i världen och skapade ett trådsamt skönhetsideal. Hon var inte feminin, snarare en pojkflicka med kortklippt, grafisk frisyr; i och med detta började ordet androgynt även användas. Kläderna skulle inte framhäva kvinnans former, snarare skulle de dölja midjan. Den så kallade trapetslinjen (smal upptill och bred nedtill), skapad av Yves Saint Laurent blev en stor trend inom klänningar och kappor och linjerna var raka och enkla. Kläderna var inte längre eleganta och prydliga; de var nästan barnsliga och lekfulla med sina grafiska eller blommiga mönster i en stark färg. Samtidigt som man skulle vara ung, smal och androgyn var även sexighet ett ideal, vilket syns i och med att minikjolen slog igenom under mitten av 60-talet. Tidigare var det viktigt att täcka knäna, men nu skulle klänningar och kjolar vara så korta som möjligt och man var inte rädd för det vågade modet. (Lehnert, 2000, s. 56-61)

I kosmetikavärlden fokuserade man på ett ungt, barnsligt utseende med stora, markerade ögon. Eyeliner, maskara och lösögonfransar användes flitigt. Lösögonfransar var en stor nyhet och lanserades ca 1964. Huden skulle vara blek och även läpparna skulle gå i ljusa toner i kontrast till de markerade ögonen. (Mulvey&Richards, 2001, s. 146)

60-talet var definitivt ungdomens tid; kläderna blev ungdomligare och ungdomsavdelningar började skapas i varuhusen samt specialbutiker för ungdomar. Man ville inte längre ha "haute couture", utan man ville ha billiga, lättillgängliga kläder som kunde köpas av vem som helst. Modet skulle med andra ord spegla ungdomarnas livsstil. Därför skapade modehusen "prêt-à-porter" kollektioner, som fortfarande var dyra, men producerades i stora mängder. Modehusen hade inte längre lika stor inverkan som tidigare, i stället bidrog samhället, speciellt ungdomsgrupperna, till olika modefenomen och tillgängligheten till TV:n inverkade även mycket. Nu följde man popstjärnor och offentliga personer i stället. Till exempel soulgruppen The Supremes's huvudsångerska Diana Ross samt Jacqueline Kennedy blev stilikoner tack vare massmedia. (Lehnert, 2000, s. 64-65)

1970-talet

Skönhetsidealet ändrades ganska mycket under 70-talet. Man förespråkade ett naturligt utseende i och med hippie-kulturen som kom i slutet av 60-talet och blomstrade upp under 70-talet. Håret fick växa ut och fick gärna vara lite lockigt, utan att se fixat ut. Ofta lät man håret självtorka, vilket skapade ett naturligt fall. I motsats till 60-talets minikjol blev långa klänningar och kjolar de vanligaste klädesplaggerna och till det bar man romantiska blusar och sjalar. Klädseln var ledig och bekväm och kvinnorna slängde bh:n. Färgmässigt ersattes de starka färgerna men jordnära färger. (Lehnert, 2000, s. 74-75)

I makeupvärlden dominerade däremot starka färger som var inspirerade från discokulturen. Det fanns nagellack i alla tänkbara färger, till och med glittrande och självlysande. Kindbenen skulle markeras kraftigt med skugga, ögonbrynen var tunna och läpparna var mörka. Highlighter var också typiskt på 70-talet. Läppglans användes av kvinnor i alla åldrar. Om man däremot förespråkade en mera naturlig look idealiserades den så kallade Kalifornienlooken. Den innebar solbränd hy och neutrala färger på läppglans och nagellack. Företag ägnade även mycket tid till att forska i brun-utan-sol-produkter. (Mulvey&Richards, 2001, s. 165)

Kroppsidealet förblev smalt, Twiggy ersattes dock med modeller som Lauren Hutton som var mera naturlig till utseendet och hade glugg mellan tänderna. Skönhetstävlingar blev allt vanligare och man skulle givetvis vara lång och smal. Anorexia kom också upp på tapeten och uppmärksammades i media. Unga flickor hade enorm press på sig att vara smala och många svälte nästan ihjäl sig. Media uppmärksammade även celluliter och hur man kunde bli av med dem. Trots den fria, ”flower-power” kulturen hade kvinnorna en stor press på sig själva. (Mulvey&Richards, 2001, s. 166-167)

1980-talet

Kvinnans roll förändrades drastiskt under 80-talet. Man kämpade inte längre för jämlikhet och kvinnorörelsen, för nu var kvinnan stark, karriärsinriktad och sportig. Aerobic blev årtiondets modesport och kvinnan klädde sig därefter, vilket innebar tigha trikåer, lycra, starka neonfärger, svettband och träningskor – till alla tillfällen. Man var inte blyg att visa upp sin tränade, muskulösa kropp, och därför bar man åtsittande träningskläder. Samtidigt gjorde den ”nya silhuetten” entré. Kvinnan var inte lika feminin längre och i arbetslivet användes kavajer med vadderade axlar och en smal kjol, vilket bidrog till en maskulin kroppsfigur, dvs breda axlar och smala höfter. I kosmetikavärlden eftersträvades en solbränd och fräkning hy. Man skulle se naturlig ut men markera ögonbrynen och läpparna, gärna med en chockrosa färg. (Lehnert, 2000, s. 85, 86-87, 91; Mulvey&Richards, 2001, s. 182)

Madonna var den främsta stilikonen under 80-talet och hon representerade den moderna kvinnan. Madonna hade en vältränad, hälsosam kropp som alla kunde uppnå genom träning och diet. Kvinnor började bygga muskler, vilket inte tidigare hade varit accepterat och det trådsmala idealet ersattes med ett betydligt hälsosammare sportideal. Kvinnan hade inte längre samma press av männen i samhället, för nu var kvinnan självständig och fri och hade goda chanser att uppnå sina mål i livet. (Lehnert, 2000, s. 85, 86-87)

1990-talet

90-talet är toppmodellernas tid och en person med stort inflytande var Kate Moss med sitt speciella utseende. I slutet av 90-talet står anspråkslösheten på tapeten; modellerna såg bleka och trötta ut och även kläderna var enkla och dystra i färgen. Claudia Shiffer och Cindy Crawford var också kända ansikten under denna tid. De representerade däremot den typiska glamourmodellen, som var lång och smal och hade vackert hår. Med andra ord var

de väldigt feminina till skillnad från Kate Moss, som bröt mot den klassiska skönheten. 90-talet präglades av många olika stilar och man kunde inte längre se olika modedefenomen lika tydligt som under tidigare årtionden. Dock utmärkte sig grungestilen, som var ungdomlig och väldigt individualistisk. Grungestilen förknippades även med droger och president Clinton ville förbjuda den. (Lehnert, 2000, s. 102, 104-105)

Inom skönhetsvärlden ökade kvinnornas intresse för makeup och makeupartisterna fick mera publicitet. 90-talskvinnan ville ha bra kvalité och var rädd om sin hy. Information om växthuseffekten och ozonlagret fick människor att föredra produkter med solskyddsfaktor och blekhet blev accepterat. Vad beträffar frisyrer under 90-talet blev Jennifer Anistons "Rachel-frisyr", som kännetecknas av en uppklippt frisyr i axellängd med mycket volym, i serien "Vänner" en succé. Den blonda hårfärgen ersattes med rött och mörkt hår. På 90-talet blev plastikkirurgi och tatueringar vanligare och det var längre ingen tabu att förändra sitt utseende på kirurgiska sätt. Bröstförstoringar, ansiktslyftning och fettsugning blev vardag, vilket leder oss in på dagens skönhetsideal. (Mulvey&Richards, 2001, s. 198, 200-201)

3.3 Dagens skönhetsideal

Idag är det accepterat att man bryr sig om sitt utseendet och genom olika medel, bland annat estetisk plastikkirurgi, kan förändra sitt yttre. Fitnesskulturen har ökat och genom den har ett nytt kroppsideal uppstått. Människan vill ta hand om sin hälsa och eftersträvar en frisk, slank och vältränad kropp. Kroppen har blivit ett investeringsobjekt och det märks genom ett ökat intresse av kost och diet. (Hedén, 1996, s. 23; Meurling, 2003, s.71-72)

Dagens kroppsideal präglas av en fitnesskultur. Fitness innebär en hälsosam livsstil, vilket handlar om att bekämpa åldrandets negativa effekter samt att hålla ungdomlighet och attraktivitet vid liv. Fitness handlar inte enbart om att träna, utan det är en livsstil man uppmuntras att följa, till exempel genom att äta rätt. Fitnesskulturen har inget att göra med ätstörningar, träningsberoende eller en överdriven kroppsfixeringen, i stället betonas hälsa och välbefinnande. Det ideal vi har idag består av en ung, vacker, sund, vältränad och glad kvinna, som man också ser på olika livsstilstidningars omslag. Det är främst unga människor i 20-30-årsåldern som står för denna typ av livsstil. (Johansson, 2006, s. 129-130; 136)

Idag finns det ett stort intresse för kost, hälsa och träning. Människor är mycket medvetna om vilka risker det finns med en ohälsosam livsstil. Människor idag är överens om att motion är viktigt för att uppnå hälsa och en sund livsstil. Det medvetna hälsotänkandet kan ofta leda till att man drabbas av "hälsopaniik". Det vill säga rädsla över att handla fel mat. Rädsla för fetma är heller inte ovanligt idag och fett överhuvudet ses som ett hot, vilket inte är ett sunt tankesätt. (Meurling, 2003, s. 71-72; Johansson, 2006, s. 107-108; 120; 126)

Jakten på evig ungdom är även nutidens fenomen. Johansson (2006) nämner en bok som handlar om att vidhålla ungdomlighet. I boken talar man om åldrandet som en sjukdomsprocess. Enligt författaren kan man bli tiotals år yngre med hjälp av rätt kost och träning. Detta illustrerar hur man i dagens samhälle vill bromsa åldrandet. (Johansson, 2006, s. 126)

När träning och dieter inte längre räcker till, kommer plastikkirurgin in i bilden. Idag accepterar allt fler människor estetisk plastikkirurgi i syfte att förbättra sitt yttre och att behålla ett ungdomligt utseende. Skönhetskliniker har ökat i antal och det finns många "gör-om-mig" program som sänds i TV. Dessa program handlar om människor som mår dåligt på grund av sitt utseende och med hjälp av plastikkirurgi får ett "nytt" utseende. Statistik från *The American Society For Aesthetic Plastic Surgery* visar att plastikkirurgi är ett sätt att uppnå en perfekt kropp. De populäraste ingreppen är bröst- och läppförstoringar samt fettsugning. Botox som motverkar rynkor är det populäraste icke-kirurgiska ingreppet. Plastikkirurger anpassar sig snabbt till förändrade skönhetsideal, men är också idag med och skapar nya skönhetsideal. (Johansson, 2006, s. 145-146; 157)

Ända sedan 60-talet när Twiggys trådmala kropp var idealet, har smalhet varit ett ideal, dock i olika former. En smal kropp och ett vackert utseende förknippas med lycka, framgång och skönhet, vilket modeindustrin och massmedia stöder. Det är inte enbart i västvärlden vi har detta ideal, utan även till exempel i Sydafrika förekommer samma smala ideal, trots att kvinnorna oftare är kurvigare och fylligare till kroppsbyggnaden. Redan barn i lågstadieåldern förknippar övervikt med negativa egenskaper. Dagens ideal överförs till barn bland annat via Barbiedockan, som är onaturligt smal och har onaturliga proportioner. Unga flickor och kvinnor exponeras av retuscherade reklamkroppar och förväntas på så sätt att vara smala. Detta skapar en konflikt eftersom övervikt har ökat i vårt samhälle och flickor börjar därför oroa sig över sin kropp och vikt redan i ung ålder, vilket ökar risken för att utveckla ätstörningar. (Meurling, 2003, s. 111-113)

Idag är vi omgivna av reklambilder där unga, smala, vackra och vältränade kvinnor syns. Samhället är besatt av den kvinnliga kroppen och kvinnlig skönhet, vilket syns i kvinnotidningar där det ges skönhetstips och klädreportage i överflöd. Detta leder till att kvinnor får bilden av att deras värde mäts i utseende. Samma fenomen förekommer även bland dagens förebilder (popstjärnor, filmstjärnor, idrottare med mera) som har kroppar som idealiseras, och ofta mäts framgång och status utgående från yttre egenskaper. Därmed lär sig ungdomar att utseendet är ett sätt att få uppskattning. Tonåringars kroppsmisnöje förstärks av reklamen och tonåringar är som mest utsatta för medias utseendefixerade värld på grund av sökandet efter bekräftelse. Kvinnan förväntas vara slank men kurvig och mannen atletisk. (Bunkholdt, 1995, s. 84-85; Cullberg Weston, 2005, s. 47-48; 54; Johansson, 2006, s.139)

3.4 Tonårsflickan

Tonåren är händelserik tid i individens utveckling eftersom det är en fas när man övergår från barndom till vuxenliv. Det är en tid när man ska hitta sin plats i samhället och göra val som kan påverka en hela livet, till exempel val av utbildning och yrke. Tonåren är även en tid då det händer mycket i kroppen, både fysiskt och psykiskt. En ”ny” vuxen kropp börjar bildas i och med puberteten och hormonerna svallar i kroppen, vilket kan ge rejäla humörsvängningar. Förutom de fysiska förändringarna formas identiteten och många unga experimenterar med sin stil för att hitta sin identitet. Tonåren är också en tid då det är dags att bli självständig och frigöra sig från föräldrarna, vilket kan vara utmanande både för föräldrarna och tonåringen. Även relationen till vännerna förändras och kompisarna blir en mycket viktig del av tonåringen liv. (Cullberg Weston, 2005, s. 47; Teztchner, 2005, s.597; Gråberg, 2009)

Fysiska förändringar

Den kroppsliga, fysiska förändringen som sker under tonåren kallas puberteten. Puberteten infaller oftast i 11-13-årsåldern, men det är självklart individuellt. Flickorna får en kvinnligare form och det syns i och med att bröstet börjar utvecklas, höfterna blir bredare och midjan blir mer markerad. Även kroppsbehåringen ökar i armhålorna och kring könsorganen. I och med att flickan får sin första mens blir hon könsmogen. Flickor växer snabbt och når ofta sin fulla längd under tonåren, vilket kan leda till att man känner sig

obekvämt med alla förändringar och en helt ny kropp. Olika kroppsdelar växer även i olik takt; till exempel benen växer snabbare än bålarna, vilket kan göra att kläder inte passar. Många unga får problem med hyn under puberteten, eftersom hormonerna stimulerar talgkörtlarna, vilket kan leda till täppta porer och resultera i finnar. (Ganetz&Lövgren, 1991, s. 22; Bunkholdt, 1995, s. 82-84)

Psykiska förändringar

Under tonåren ökar ungdomars abstrakta tänkande, vilket leder till att de bland annat börjar fundera mera på framtiden och på sig själva. Det är vanligt att tonåringen känner sig vilse på grund av alla nya känslor som uppstår under tonåren. Många ungdomar är utseendefixerade och hittar oftast något de är missnöjda med. Den egna kroppen blir mycket viktig i tonåren. Det är vanligt att man stör sig på vissa detaljer i utseendet och betraktar sig länge framför spegeln. Det är typiskt tonåringar att välja ut vissa bitar från bekantas utseende, till exempel skulle man vilja ha Lenas hår, Saras mun, Annas ben och så vidare. Eftersom det är ingen som har alla dessa egenskaper kommer man ofta fram till att man inte duger. Tonåringen börjar jämföra sitt yttre med andra och är mycket kritisk till sig själv, dels beror detta på den kroppscentrerade värld vi lever i idag. Ungdomars bild av sig själva förändras och många ungdomar beskriver sig själva utgående från yttre egenskaper i stället för sina inre egenskaper. De ungdomar som är missnöjda med sin kropp under tonåren har ofta problem med kroppen även i det vuxna livet. (Ganetz&Lövgren, 1991, s. 22; Bunkholdt, 1995, s. 84-85; Cullberg Weston, 2005, s.47; 53-54)

Identitet

Under tonåren utvecklas en "jagidentitet", vilket är en stor process. Tonåringen passar inte längre in i den barnliga rollen som man tidigare haft och måste knyta samman den tidigare identiteten som barn till den nya vuxna identiteten, vilket leder till identitetssökande. Tonåringen ifrågasätter tidigare värderingar och tankar om framtiden väcks. (Evenshaug & Dallen, 2001, s. 306-307)

Identitet betyder att man upplever sig vara samma person, trots förändringar i kroppen eller olika livsskeden. Identitet handlar också om vilka grupper man tillhör, samt vilken roll och position man har i det vuxna livet. Under tonåren är det viktigt att man får bekräftelse att

identiteten som håller på att skapas överensstämmer med omgivningens uppfattning. Bekräftelsen kan också skapas genom att man tillhör en grupp, klär sig likadant, har samma åsikter och så vidare. Kläder är ofta mycket viktiga för tonåringar, eftersom det definierar dem och dessutom visar vilken grupp de tillhör. En person som däremot går sin egen väg kan anses som ett hot eftersom tillhörighet leder till identitet. Under identitetssökandet är det viktigt att ungdomarna känner att de gör något meningsfullt och är delaktiga i till exempel en organisation, ett arbete eller en utbildning. Om man däremot inte hittar en klar roll kan det medföra svårigheter att hitta sin identitet. Dock bör man komma ihåg att identitetssökandet kan vara en lång process – ända upp till vuxen ålder. (Bunkholdt 1995, s. 191-192; Cullberg Weston, 2005, s.47; Teztchner, 2005, s. 600)

Identitetssökandet och att bli en självständig individ kan vara problematiskt för tonåringar. Ofta måste tonåringen pröva olika vägar och experimentera med sin stil och personlighet för att hitta sig själv och sin egen plats. Det finns även tonåringar som redan i ett tidigt skede vet vem de är och behöver därför inte experimentera eller göra något radikalt. (Gråberg, 2009)

3.5 Självkänsla, självförtroende och självbild

Tonåren är en intensiv självutvecklingsprocess eftersom tonåringen sakta men säkert frigör sig från föräldrarna och deras värderingar. De flesta känner sig vilslna på vägen till vuxenlivet samtidigt som både självkänslan och självförtroendet ofta är mycket lågt. Tonåringar har en tendens att ständigt oroa sig över om de duger, är omtyckta, ser bra ut och är duktiga samt en oro över framtiden och livet. (Cullberg Weston, 2005, s. 47)

Självkänsla

Psykologen Nathaniel Branden beskriver självkänsla på följande sätt; *”Självkänslan är det rykte vi har inom oss själva”*. (Cullberg Weston, 2005, s. 26)

Självkänsla och självförtroende blandas ofta ihop, trots att det är två helt skilda begrepp. Enkelt sagt handlar självkänsla om att man är medveten om sitt eget värde. Det vill säga, att man duger som är, och detta har inget med prestationer att göra. Om man har bra självkänsla inser man sitt eget värde. Bra självkänsla leder till välmående och man vågar

vara sig själv och bryr sig inte så mycket om andras åsikter. Man är medveten om sina goda och svaga sidor och behöver inte vara bäst på allt för att duga. Man duger som man är. En god självkänsla leder också till att man vågar göra saker som är bra för en och som man vill göra. Personer med god självkänsla upplever också motgångar och kriser, men en god självkänsla hjälper en människa att hantera motgångar bättre. (Bång, (u.å.); Cullberg Weston, 2005, s. 26-27)

En låg självkänsla kan både vara situationsbetingad eller en grundläggande låg självkänsla. En situationsbetingad låg självkänsla handlar om att man i vissa situationer kan känna sig rädd eller osäker, vilket är lättare att ändra på än en grundläggande låg självkänsla. Grundläggande låg självkänsla medför osäkerhet och depressiva tankar. Man tänker mycket på vad andra tänker och tycker om en, kan inte hantera kritik och är ofta avundsjuk på andra. Låg självkänsla kan också orsaka självupptagenhet, eftersom man blir så upptagen av sina fel och brister att man glömmet eller inte orkar med omvärlden. Man kan även dra sig bort från omgivningen i och med att man ofta är missunnsam och avundsjuk på personer som lyckas. Låg självkänsla har ofta en grund i händelser under barndomen. Det kan till exempel bero på att föräldrarna varit mycket kritiska, frånvarande eller endast gett beröm när man har presterat. (Bång, (u.å.); Cullberg Weston, 2005, s. 90-91; Törnblom, 2006, s. 21)

Självförtroende

Självförtroende handlar om prestationer, det vill säga förmågan att utföra saker. Man kan ha ett bra självförtroende men en dålig självkänsla. Törnblom (2005) beskriver ett bra exempel på detta; om man har dålig självkänsla kan man ändå anse sig vara en bra föreläsare, men genast om en annan föreläsare är på plats som är bra och dessutom vacker, börjar man jämföra sig och försöker hitta fel hos den andra föreläsaren. Dessutom nedvärderar man sin förmåga som föreläsare, fast man nyss tyckte att man var bra. En person med bra självkänsla hade inte alls tänkt i dessa tankebanor. Självförtroende kan basera sig på att man är duktig inom ett område, men det kan även basera sig på att man ser bra ut eller är omtyckt. Tonåringar kan till exempel försöka förstärka sitt självförtroende genom att köpa märkeskläder för att visa sin status. Man blir ofta mycket sårbar om självförtroendet baserar sig på yttre saker. (Cullberg Weston, 2005, s. 28-29; Törnblom, 2005, s.11-12)

Självbild

Självkänsla och självbild är nära förknippade med varandra. Bilden av sig själv utvecklas under uppväxten i samspel med de personer som man umgås mest med och har att göra med erfarenheter och minnen. Dessa inre självbilder påverkar människan i det dagliga livet, till exempel genom handlingar och hur man uppfattar känslor, tankar och vad andra människor säger. En negativ självbild kan till exempel leda till att man tolkar något en person säger på ett negativt sätt, trots att personen inte menade det så. Om man däremot får höra något positivt förstärks den positiva självbild. Det finns med andra ord olika typer av självbilder hos varje människa; de flesta har en viss självbild i arbetslivet och en annan självbild i privatlivet. Ofta har man självbilder som man själv inte är medvetna om och blir omedvetet påverkade av. En positivt självbild leder till att man är mindre beroende av omgivningens åsikter, eftersom man har byggt upp en inre trygghet och en bra självkänsla. (Cullberg Weston, 2005, s. 17-18; 76)

4 Teoretisk bakgrund

I den teoretiska bakgrunden har respondenten valt att redogöra hur kvinnans roll och kroppsidealet har varit under 1800- och 1900-talet, eftersom det har bidragit till kvinnans roll i dagens samhälle. Respondenten redogör även hur skönhetsidealet har sett ut under 1900-1950-talet, för att få en inblick i hur det har sett ut under de senaste årtiondena.

4.1 Kvinnans roll och kroppsidealet under 1800- och 1900-talet

1800-talet präglar en tid då klyftan mellan män och kvinnor var stor. Kvinnan beskrevs som svag, annorlunda, ologisk och obegriplig. Männerna förknippades däremot med styrka, logik, kreativitet och skapande. Kvinnans underlägsenhet och svaghet grundade sig på Darwin's teori om att den starkaste överlever. Enligt det synsättet var kvinnans och mannens natur olika, både till kroppsbygganden och intellektuellt, vilket gjorde att kvinnor och män var lämpliga för olika arbetsuppgifter. (Wikander & Manns, 2001, s.13-16)

På 1800-talet uppfostrades flickor till att bli lugna, ordentliga flickor och deras naturliga plats var i köket, medan pojkar fick leva ett friare liv. Flickornas klädsel bestod av hårtsittande korsetter, tunga och snäva klänningar, vilket inte möjliggjorde samma

rörelsefrihet som pojkar hade. Man ansåg att pojkar var i större behov av motion och var starkare än svaga flickor. Flickornas fick inte synas och tala som de ville, de fick heller inte röra på sig och hade strika måltider. Flickor uppfostrades med andra ord till att ha en stark självkontroll. (Meurling, 2003, s. 43-44)

Mot slutet av 1800-talet blev en stor del av unga flickor sjuka och drabbades av bleksot. Symptom var blek hud, trötthet, blodbrist och ingen matlust. Läkare ansåg att orsaken till insjuknandet var flickornas miljö. Det var inte hälsosamt att inte röra på sig och ha hårtsittande, trånga korsetter. Samtidigt ansågs den sjuka flickan vara ett ideal av vissa; hon var blek, mager och vacker. Det var oftast de attraktivaste flickorna som insjuknade. Idealet ändrades trots allt eftersom hälsan kom i första hand. I början av 1900-talet fick kvinnorna mera frihet, deras klädsel blev friare och de fick även röra på sig till en viss mån. Dock nedvärderades kvinnan; skolarbete ansågs vara för tungt för kvinnan både psykiskt och fysiskt, eftersom hon kunde inte tänka logiskt eller teoretiskt. Kvinnan skulle uppfostras enligt sitt "biologiska kall" – det vill säga, kvinnan var känslig och duktig på att iaktta. Speciellt i överklassen betoandes den kroppsliga svagheten, eftersom en kvinna kunde vara sängliggandes i en hel vecka under menstruationen. Kvinnor skulle inte kämpa om makt och skulle veta sin plats i samhället. Dessutom varnades unga flickor för att spegla sig eftersom det orsakade fåfänga. (Wikander & Manns, 2001, s. 17; Meurling, 2003, s. 45-48; 52-54)

Under första världskriget förändrades synen om kvinnorna ytterligare, kvinnor hade övertagit fysiska arbeten eftersom männen var i kriget och småningom fick kvinnor rösträtt. Kvinnor fick ett friare liv och deras kroppsideal förändrades. Samhället ville ha friska, starka kvinnor och modet var löst och ledigt. Kvinnorna var gladare, mera utåtriktade och de tvingades inte ständigt använda kjol, eftersom byxor var accepterade nu. I och med att kvinnan ägnade sig åt fysiska aktiviteter började det publiceras skönhetsartiklar om bantning. Det sjuka, bleka idealet som tidigare hade eftersträvat var inte aktuellt längre, i stället skulle man vara hälsosamt smal och bekämpa övervikt. Nu skulle kvinnor granska sig nakna framför spegeln, vilket tidigare hade varit förbjudet. Tankar om kost och bantning var aktuella på 1920-talet eftersom korta kjolar och ärmlösa klänningar var modernt. Under 1900-talets gång blev ett vackert yttre kvinnornas mål. (Meurling, 2003, s. 58-60)

Kvinnokroppen har med andra ord alltid varit under kontroll, först genom en yttre kontroll (kvinnor fick inte röra på sig och skulle bära korsetter) och sedan en inre kontroll (kvinnor

skulle tänka på sin vikt och uppnå en snygg kropp). Den inre kontrollen lever kvar ännu idag och visar att maktförhållandena mellan män och kvinnor är ojämlika. Kvinnor förväntas bära vissa typer av smycken, kläder och smink, vilket signalerar hjälplöshet. Männens har stora, kraftfulla kroppar som däremot signalerar makt. (Meurling, 2003, s. 9-11)

4.2 Skönhetsideal från 1900-1950-talet

I början av 1900-talet var kvinnorna mycket feminina och glamourösa och ett moget utseende var idealet. Den så kallade "S-formen", vilket innebar en trådsml midja och en stor byst, ersattes småningom av en bekvämare silhuett. Det var konstären Paul Poiret som slutligen avskaffade korsetten och skapade en ny, ledigare stil för kvinnor. Han inspirerades av empireskärningen (där skärningen går under bysten och faller löst ner, utan att markera midjan) och hans kännetecknande plagg var tunikor, ballongkjolar och harembyxor. Frisyridealet var mjuka lockar som sedan sattes upp i enorma håruppsättningar med hjälp valkar och löshår. Till detta bar man en stor hatt, vilket var 1910-talets främsta accessoar. Inom skönhetsindustrin idealiserade man en ljus, eller snarare blek hy och det fanns flera olika puder och krämer till detta ändamål. (Lehnert, 2000, s. 14; Mulvey&Richards, 2001, s. 34; 36; 39)

1920-talet var på många sätt en revolutionerande tid för kvinnan; hon vistades inte lika mycket i hemmet, hon var friare och hade sluppit korsetten samt visade för första gången benen i historien. Kroppsidealet ändrades totalt i och med att korsetten försvann. Till skillnad från att kurvor hade hyllats skulle kvinnan nu vara lång och så platt som möjligt och bantning blev vanligt. Klänningen var det dominerande plagget och ofta var den ärmlös och kort. Olika sporter var populära eftersom kvinnor hade mera fritid. Idealet förändrades från det feminint glamourösa till ett mer ungdomligt och sportigt mode med fokus på makeup. Makeupen var stark i jämförelse till tidigare årtal; rött läppstift användes flitigt och man förstärkte amorvbågen. Ögonen förstärktes också med svart smink. Håret klipptes av till en kort, bob-frisyr, vilket var ett stort steg för många kvinnor. En stilikon under denna tid var filmstjärnan Clara Bow. (Mulvey&Richards, 2001, s. 64; 67; 70; 76; 78)

Det är inte ofta det är så skarp kontrast mellan två årtionden som det är mellan 1920- och 1930-talet. Kvinnorna återgick till "traditionella" uppgifter i hemmet igen, som att ta hand

om barn och hushållsuppgifter. Film och filmstjärnorna hade en stor inverkan på 1930-talets ideal. Filmstjärnor bar pälsar och eleganta aftonklänningar och lyxighet betonades, vilket kvinnor eftersträvade. Kurvor betonades igen på de ”rätta ställena”, men idealet förblev dock slankt. Tack vare att korsetterna hade utvecklats vad gäller material och bekvämlighet, började de användas igen för att få en önskad kroppsform. Kvinnorna var kvinnligare än tidigare, men trots att kurvor accepterades, bantade och motionerade allt fler kvinnor eftersom det ansågs vara hälsosamt och roligt. I och med att idealet återigen blev femininare ändrades även frisyren; håret fick vara långt igen, och lockar var viktigt. Blondt hår och definierade lockar avspeglade tidens ideal. Även intresset för kosmetika ökade eftersom man ville ha en filmstjärnelook, till exempel Greta Garbos utseende var eftertraktat. (Lehnert, 2000, s. 32; 34; Mulvey&Richards, 2001, s. 88; 91; 93-94; 96)

Andra världskriget påverkade hela 1940-talets skönhetsideal. Folk uppmanades att spara och återanvända plagg och därför var det svårt att följa modet under den tiden. Man kan säga att modet var strängt och praktiskt; man sparade på tyget och det växte fram ett sportmode från de vardagliga, praktiska kläderna. Man använde även kappor med vadderade axlar i militärstil. Dock markerades midjan och axlarna, vilket präglar 1940-talets silhuett. På grund av de förändrade förhållandena motionerade man mera. Man gick och cyklade eftersom det inte fanns transportmedel. Detta ledde till att man var i bättre form än någonsin. Idealet blev därmed ett naturligt och fräscht utseende. Håret fick växa ut och ofta satte man upp det i en knut, eftersom det var praktiskt. Kvinnor bar hatt och handskar i kombination med läppstift under hela årtiondet för att få en kvinnligare stil. Sminket blev mycket viktigt under kriget, trots att kvalitén var dålig och färgerna begränsade. Kvinnorna längtade helt enkelt efter kvinnlighet och något nytt efter kriget. (Lehnert, 2000, s. 41; Mulvey&Richards, 2001, s.100; 106-107; 108; 110; 112; 114)

På 1950-talet kom den efterlängtrade förändringen. Modeskaparen Christian Dior's kollektion ”New Look” införde lyx och elegans i kvinnornas liv efter kriget. ”New Look” bestod av vida tyger, smala midjor, sluttande axlar (de vadderade axlarna försvann helt), åtsittande överdelar och en ny mjukhet för kvinnor. Kvinnorna fick vara kvinnor igen; 1940-talets slanka ideal byttes återigen mot en kurvig kvinna med betoning på midja och bröst. Dessutom var hon mer muskulös och vältränad. Det fanns många skönheter som respresenterade skönhetsidealet. Till exempel Marilyn Monroe var den glamourösa idealkvinnan med sin timglasform, som även är ett ideal ännu idag. Audrey Hepburn, Elizabeth Taylor och Brigitte Bardot var också mycket eleganta, feminina kvinnor vars

utseende eftersträvades av många kvinnor. (Lehnert, 2000, s. 43; Mulvey&Richards, 2001, s. 120-121; 130)

Efter kriget ökade levnadsstandarden och man hade en positiv attityd till livet. Kvinnorna fick återgå till sina traditionella uppgifter som att ta hand om hemmet och barnen. Den nya idealkvinnan var en perfekt hemmafru och dessutom skulle hon se bra ut. Makeupen utvecklades i snabb takt och att sminka sig blev nästan ett heltidsjobb. Fokus låg vid ögonen som skulle markeras med eyeliner och även ögonbrynen markerades. Det mörka läppstiftet och den markerade amorvbågen byttes ut mot ljusa läppar. Överlag var färgerna starka. Platinablondt hår var den populäraste hårfärgen och frisyreerna ändrades flera gånger under årtiondet. Man experimenterade mycket med hårfärger och frisyreer och man kunde till exempel ha kort hår, tuperat hår, uppsatt hår, lugg eller löshår. Det märktes tydligt hur den förbättrade ekonomin ökade valmöjligheterna. (Mulvey&Richards, 2001, s. 118; 127; 129)

5 Tidigare forskning

Respondenten har sökt efter vetenskapliga artiklar på databaserna EBSCO, Google Scholar, ProQuest, ScienceDaily, DiVa samt Doves's hemsida. Respondentens sökord var beauty ideals, ideals, thin ideal, body, body image, mass media, women, students, self-esteem, adolescent, appearance. Artiklarna hittades via EBSCO, ProQuest, ScienceDaily, DivA och Dove's hemsida.

Champion och Furnham (1999) har forskat i medias effekt på tonårsflickors kroppstillfredsställelse. Det har påståtts att medias exponering av smala, attraktiva, stereotypiska kroppar ökar kroppsmissnöjet, som i sin tur kan vara en av orsakerna till att ätstörningar blir allt vanligare. Resultaten visade ingen större sannolikhet och stödde inte hypotesen om att ungdomar som exponerades av smala respektive överviktiga kvinnobilder hade någon inverkan på deras egen kroppsuppfattning. Däremot framkom något annat i resultatet; bilderna på smala och överviktiga kvinnor hade ett samband med hur mycket ungdomar tänker på sin egen vikt beroende på om de är nöjda eller missnöjda med sin kropp. En annan upptäckt var att åldern har en betydelse i kroppsmissnöje; äldre ungdomar är mera missnöjda än yngre ungdomar och det är mera sannolikt att de äldre försöker ändra kroppen genom dieter. Däremot fanns det inga betydelsefulla skillnader mellan årsgrupper

i vilken utsträckning de bantade eller åt mindre. Resultaten visar att många ungdomar tror sig vara överviktiga trots att de inte är det och önskar sig en smalare kropp. 53,8% önskade sig en smalare kroppsform än vad som anses vara normalt, vilket visar att många ungdomar känner press att vara smala, oavsett om det är påverkan från samhället eller från dem själva.

Engeln-Maddox (2006) har undersökt hur collegekvinnor tror att deras liv skulle förändras om de såg ut som mediafigurer som representerar det nuvarande skönhetsidealet. Kvinnors tendens att koppla ihop positiva och sannolika förväntingar av livet med att se ut som idealet associerades med utseenderelaterat missnöje. Resultatet visar att livet skulle bli bättre enligt deltagarna om de såg ut som mediafigurer (smal kropp, sött, symmetriskt ansikte, glänsande, vackert hår och så vidare) och att de själva skulle bli lyckligare. Till exempel skulle de må bättre (bland annat få bättre självförtroende och inte oroa sig för vikten), ha det lättare i sociala livet (både i romantiska och icke romantiska förhållanden) och deltagarna trodde även att de skulle vara mera framgångsrika i arbetslivet. Deltagarna skulle även nämna två negativa följder av att se ut som en mediafigur. Bland annat gavs följande svar; de skulle framstå som ointelligenta, mera materialistiska och ytliga.

Badmin och Furnham (2002) har undersökt ungdomars tankar kring matattityder, orsaker till motion och självkänsla samt deras ideala kroppsbyggnad och kroppsform i förhållande till deras egen kropp. Resultatet visar att pojkar önskar sig en tyngre kropp än deras nuvarande medan väldigt få flickor vill öka i vikt, vilket var förväntat. Men endast flickor associerade kroppsmissnöje med självkänsla medan pojkars självkänsla inte påverkades av kroppsmissnöje. Däremot visade resultatet att det fanns ett samband, både bland flickor och pojkar, mellan specifika orsaker till motion och låg självkänsla och ätstörningar.

Etcoff och Orbach (2004) har i samarbete med DOVE forskat i kvinnors syn på skönhet. DOVE's syfte med studien var att undersöka hur kvinnor definierar skönhet, hur nöjda kvinnor är med sitt eget utseende samt utseendets påverkan på välmåendet. I den globala undersökningen deltog 3200 kvinnor i åldern 18-64. Studien visar att kvinnor globalt sett har liknande syn på skönhet och att skönhet inte endast handlar om utseende utan har även att göra med personlighet. Över hälften av kvinnorna anser att samhället förväntar sig att kvinnor ska anstränga sig för att vara attraktiva och att det rådande skönhetsidealet är omöjligt att uppnå. Kvinnor är negativa till sitt utseende; endast 12% av kvinnorna är nöjda med sin vikt och sin kropp samtidigt som 9% beskriver sig som attraktiva. Över 40% av

kvinnorna tycker att det inte känns bra att beskriva sig som vacker och endast 2% anser sig själv vara vackra. Mest missnöjda med utseendet och kroppen är kvinnorna i Japan.

Syftet med Clay, Vignoles och Dittmar's (2005) undersökning var att bestämma sambandet mellan samhällets attityder, social jämförelse, kroppsuppfattning och självkänsla bland unga flickor i åldern 11-16. Flickorna delades i in tre grupper där den första gruppen fick se på bilder av mycket smala modeller, andra grupper fick se bilder på modeller i "normal" storlek och den sista gruppen såg inga bilder alls. Efteråt frågade man flickorna hur nöjda de var med sina egna kroppar. Resultatet visar att flickor som hade sett bilder på mycket smala modeller eller normalstora modeller tyckte mindre om sin kropp och påvisade lägre självkänsla än de flickor som inte hade fått se bilder. Om man jämför sig med andras kroppar och samtidigt är medveten om den smala kroppen som idealiseras i samhället, kan man bli mera missnöjd med sig egen kropp.

University of the West of England har i samarbete med The Succeed Foundation (2011) kommit fram till i deras undersökning att 30% av kvinnors skulle byta ut åtminstone ett år av deras liv för att uppnå deras ideala kroppsvikt och form. I undersökningen deltog studerande från olika kampus runt om i England. Undersökningen visar att kroppsmisnöje är ett problem även i vuxen ålder och inte bara i tonåren. Om pengar inte skulle vara ett hinder, skulle 39% av kvinnorna genomgå platikkirurgi för att förbättra utseendet. 93% av kvinnorna hade haft negativa tankar om sitt utseende under den senaste veckan och 79% av kvinnorna ville gå ner i vikt, trots att 78% av kvinnorna i fråga var normal- eller underviktiga. Undersökningen visar att en hälsosam kropp borde mera lyftas fram inom olika kampus. Som följd av detta har ett program skapats; "The Succeed Body Image Programm", som baserar sig på 8 års forskning och går ut på att minska uppkomsten av ätstörningar samt främja en god kroppsuppfattning bland kvinnor på universitet.

Bengs (2000) syfte med sin forskning var att ta reda på hur sociala och kulturella normer om kropp och utseende uppfattas av ungdomar. I forskningen framkommer även hur den egna kroppen uppfattas. I studien deltog 167 flickor och pojkar i åldern 13,15 och 17. Resultatet visar att kroppen är mycket viktig för ungdomar, både vad andra tycker och den egna uppfattningen om kroppen. Hur den egna kroppen uppfattas beror till en stor del på könet. Flickor har en tendens att visa större kroppsmisnöje än pojkar. Kroppens storlek och form är ofta ett problem för flickor och de föredrar en liten och smal kropp. Flickor försöker även kontrollera och förändra sina kroppar och är mera oroade för sin egen kropp och vad andra tycker om den än vad pojkar är. Pojkar visar däremot en större

tillfredsställelse med den egna kroppen, de oroar sig snarare för längd och vikt, vilket tyder på att de vill bli större och längre. Pojkar tänker inte lika mycket på den egna kroppen utan funderar mera på andras kroppar. Hur ungdomar uppfattar sin egen kropp beror främst på vänner och massmedias inflytande. Även åldern påverkar hur kroppen uppfattas; äldre flickor har en tendens att visa större kroppsmissnöje och vill förändra kroppen mera än yngre flickor. Hos pojkar var det däremot tvärtom.

Sammanfattningsvis kan man konstatera att kroppen är mycket viktig för ungdomar, både vad andra tycker och den egna uppfattningen om kroppen (Bengs 2000). Både Bengs (2000) och Champion och Furnham (1999) har konstaterat att ålder och massmedia har en stor betydelse hur ungdomar uppfattar sina kroppar. Det finns även skillnader i hur flickor och pojkar uppfattar den egna kroppen, vilket framkommer både i Bengs (2000) och Badmin och Furnham's (2002) studie. Etoff och Orbach's (2004) studie visar att skönhet inte endast handlar om utseende, utan det handlar även om personlighet. Dock visar Etoff och Orbach (2004) studie att många kvinnor anser att samhället förväntar sig att kvinnor ska anstränga sig för att vara attraktiva och att det rådande skönhetsidealet är omöjligt att uppnå. Clay, Vignoles och Dittmar's (2005) undersökning visar att man kan bli missnöjd med sin egen kropp om man jämför sig med andra och är medveten om det smala skönhetsidealet. Överlag är unga kvinnor negativa till den egna kroppen och utseendet, vilket framkommer i Etoff och Orbach's (2004) studie samt i undersökningen som University of the West of England gjorde i samarbete med The Succeed Foundation (2011). Resultatet av The Succeed Foundation (2011) visar att vissa kvinnor skulle vara beredda att genomgå plastikkirurgi och till och med byta ut ett år av deras liv för att uppnå deras ideala kroppsvikt och form. Engeln-Maddox (2006) undersökning visar dessutom ett intressant fenomen; unga kvinnor tror att deras liv skulle bli bättre och att de skulle bli lyckligare om de såg ut som mediafigurer.

6 Undersökningens genomförande

Respondenten har valt intervju som datainsamlingsmetod eftersom detta är en kvalitativ studie. Som dataanalysmetod valdes innehållsanalys, eftersom respondenten anser att denna metod lämpar sig bra för den här studien.

Syftet med studien bestämmer vilken metod som är mest lämplig. En kvalitativ studie handlar om att försöka förstå till exempel hur människor tycker och tänker samt att hitta mönster. En kvantitativ studie beskriver däremot hur mycket och hur ofta samt handlar om siffror. (Trost, 2007, s. 8; 13-14)

6.1 Halvstrukturerad intervju

De flesta intervjuer som görs är ett mellanting mellan strukturerade och ostrukturerade intervjuer. Med en strukturerad intervju menas fasta svarsalternativ, medan en ostrukturerad intervju är en öppen dialog. En halvstrukturerad intervju är därför varken ett öppet samtal eller ett strukturerat frågeformulär. En kvalitativ intervju har som mål att undersöka tankar och känslor hos den intervjuade samt dennes erfarenheter. Intervjuarens uppgift är att förstå innebörden av det som sägs samt att förstå den intervjuades livsvärld. Intervjuaren måste därför försöka sätta sig in i den intervjuades tankevärld och erfarenhet för att förstå den intervjuades syn på det som undersöks. Man söker djup i intervjun i stället för bredd, vilket betyder att forskaren inte är ute efter en allmän åsikt utan en individuell åsikt om en specifik situation. Därför koncentrerar man sig på några viktiga punkter/teman i intervjun. (Carlsson, 1995, s. 25; 31; Kvale, 1997, s. 32; 37; Bell, 2000, s. 122; Trost, 2007, s. 20; 23)

En kvalitativ intervju bygger på en intervjuguide. Med andra ord finns inga frågeformulär att följa under intervjuens gång. Tanken med intervjun är att den intervjuade ska få styra samtalet i viss mån och få vissa friheter. Men man bör dock ha fråge- eller temaområden som man ska behandla under intervjuens gång, eftersom man behöver en viss struktur i intervjun för att försäkra att alla temaområden behandlas. Därför är det även viktigt att ha ett klart och tydligt syfte. Fördelen med denna typ av intervjuer är att analysen blir enklare eftersom intervjun bygger på i förhand uppgjorda teman. (Bell, 2000, s. 122; Trost, 2007, s. 50)

Forskningsintervjun är ett samspel mellan två människor, där ett ämne diskuteras som är intressant för båda parterna. En forskningsintervju liknar ett samtal till strukturen och får gärna kännas som ett samtal från den intervjuades sida, men inte för den som intervjuar, eftersom man i ett samtal utbyter åsikter. I en intervjusituation ska den som intervjuar ställa frågor och ta reda på den intervjuades känslor och tankar, men inte själv avslöja personliga åsikter. Intervjun ska vara noggrant planerad, vilket inte ett samtal brukar vara. (Kvale, 1997, s. 32; 34; Trost, 2007, s. 34)

Intervjuaren ska lyssna och fråga men aldrig avbryta den intervjuade, trots att den intervjuade tvekar. Man kan då förlora viktig information. Det är även viktigt att se på den man talar med. Annars kan man uppfattas som generad eller ointresserad. Genom att se på den man intervjuar får man mycket tilläggsinformation genom kroppsspråk och miner. Intervjuaren ska tolka vad som sägs och på vilket sätt det sägs. Intervjuaren måste med andra ord ha förmågan att tolka tonfall och ansiktsuttryck. (Kvale, 1997, s. 36; Trost, 2007, s. 66; 74-75)

6.2 Innehållsanalys

Innehållsanalysen beskriver ett fenomen och genom innehållsanalys kan man på ett systematiskt och objektivt sätt analysera olika dokument. Ett dokument kan vara i form av både skrift och tal; till exempel böcker, rapporter, intervjuer, dialoger med mera. Syftet med innehållsanalysen är att få en sammanfattande och allmän bild av forskningsämnet. (Kyngäs & Vanhanen 1999, s. 4-5)

Grunden för innehållsanalysen är att skapa struktur och ordning. Informationen som forskaren har fått från intervjun måste analyseras och tolkas. Det insamlade materialet måste därför kategoriseras, vilket betyder att man bildar kategorier för uttryck som betyder samma sak. Informationen måste med andra ord vara hanterbar och därför delar man in informationen i kategorier för att se hur ofta ett visst tema nämns. Forskarens uppgift är att leta efter likheter, skillnader och mönster. Före analysprocessen måste forskaren dessutom bestämma om man ska analysera det som är uttryckt i dokumentet eller om man även ska analysera dolda budskap. (Carlsson 1995, s. 62; Kyngäs & Vanhanen 1999, s. 5; Bell, 2000, s. 153; Olsson & Sörensen, 2011, s. 209-210)

Innehållsanalysen går ut på att koda textens mening i kategorier. Kodning handlar om att koda uttryck som hänger ihop med forskningsfrågan/frågorna. Kategoriseringen handlar om att hitta likheter och olikheter. Med hjälp av detta ser man hur många gånger ett visst tema nämns. Resultatet av analysen delas slutligen in i beskrivande kategorier. (Kyngäs & Vanhanen 1999, s. 4-6; Kvale & Brinkman, 2009, s. 219)

6.3 Undersökningens praktiska genomförande

Undersökningen har begränsats till flickor i åldern 15-17 år som bor i städer. 15-17-åringar valdes därför att det kändes som en lämplig ålder för denna studie; de har varit tonåringar ett tag, men det är ännu fler år till vuxenlivet. Eftersom respondenten själv bor i en stad var det ekonomiskt och tidsmässigt sett enklast att utföra intervjuerna i samma stad. Studien begränsades till flickor eftersom studien annars hade blivit för omfattande. Intervju valdes som metod eftersom det ger djupare svar och förståelse till studien.

Respondenten började med att förbereda en intervjuguide och kontaktade därefter rektorn i en högstadieskola via e-post. Respondenten presenterade sig själv och skrev om studien och syftet med den. Före intervjuerna gjordes en pilotintervju med en 16-årig flicka som respondenten fick kontakt med via personliga kontakter. Intervjuguiden bearbetades en gång före pilotintervjun där frågornas innehåll justerades. Pilotintervjun utspelade sig på ett café och intervjun gick bra, men respondenten märkte att det är svårare att utföra en intervju än vad hon trodde. Speciellt följdfrågorna var svåra, eftersom de inte får vara ledande, ett påstående eller flera frågor i samma fråga. Det var även svårt att få ungdomar att öppna sig. Vissa frågor var svåra att förstå och omformulerades därför. Informanten gav bra kritik efter pilotintervjun, som tog 30 minuter.

Via högstadieskolan fick respondenten kontakt med en flicka som ville ställa upp i intervjun och via personliga kontakter fick hon kontakt med tre andra flickor som också ville delta i intervjun. Målet var att intervjua fyra personer, eftersom det kändes som en lämplig mängd.

Plats och datum för intervjuerna bokades med samtliga informanter. Intervjuerna tog plats vid en högstadieskola, på ett café, hemma hos en informant samt på en arbetsplats. Alla informanter hade målsmans godkännande att delta i intervjun samt att spela in intervjusvaren. Alla intervjuer bandades in med en diktafon, vilket var praktiskt, enkelt och snabbt eftersom respondenten kunde vara helt fokuserad på informanternas svar och kroppsspråk, i stället för att anteckna svar. Intervjufrågorna baserades på intervjuguiden, som var ett stort stöd vid intervjutillfällena. Intervjuerna räckte mellan 30 och 45 minuter. Efter intervjuerna transkriberades intervjuerna så snabbt som möjligt, för att analysen skulle bli enklare och för att säkerställa att informationen inte raderades från diktafonen.

När all information hade blivit transkriberad påbörjades själva analysen, vilket respondenten gjorde genom att läsa igenom alla intervjuer snabbt en gång. Efteråt läste hon

noga igenom en intervju i taget och skrev anteckningar under varje temaområde. Sedan gjorde respondenten en mindmap av varje temaområde och plockade ut nyckelord. Slutligen började man se samband och likheter. Svaren bildade olika kategorier och en helhet skapades.

7 Resultatredovisning

I detta kapitel redovisas studiens resultat. Resultatet har analyserats med hjälp av innehållsanalys utgående från intervju svaren. Respondenten har utgående från intervjuguidens tre olika teman knutit ihop vissa intervjufrågor under samma tema och bildat rubriker. Detta på grund av intervjumaterialets omfattande bredd. Kategorier markeras med **fet stil** och citat med *kursiverad stil*. Citaten har korrigerats för att undvika talspråk. Informanterna är anonyma och nämns därför varken i resultattexterna eller citaten.

7.1 Känslan av att vara vacker

Respondenten valde att börja intervjuerna med en inledande fråga som handlade om att informanterna skulle berätta om när de känner sig vackra. Denna fråga ställdes för att få en helhetsbild av hur informanterna ser på sig själva och för att få en bättre förståelse för hur de resonerar kring ämnet skönhetsideal. Resultatet visar att **inre välmående** påverkar hur man ser på sitt yttre.

Inre välmående

Tre av fyra informanter betonade vikten av att må bra inombords. När man utför aktiviteter som man själv tycker att är roliga att göra känner man sig glad och vacker. Om man däremot har en dålig dag känns utseendet heller inte bra. En informant kände sig däremot vacker när hon hade sminkat och klätt upp sig till exempelvis jul- eller vårfe스터. Majoriteten av informanterna ansåg att känslan att vara bekväm med sig själv bidrog till känslan att vara vacker. Att vara bekväm med sig själv kunde innebära att ha på sig bekväma kläder som man trivs i och att umgås med människor man tycker om samt att bara få vara sig själv utan dömande blickar.

”Mitt inre påverkar hur jag ser på mitt yttre.”

”Jag känner mig vacker när det har varit riktigt soligt, när jag har vaknat sent och varit i duschen, lyssnat på musik och bara varit. Och när jag gör saker som jag tycker att är jätteroliga att göra.”

7.2 Begreppen skönhet och ideal

Respondenten valde att ställa frågor om skönhet och ideal, eftersom dessa begrepp är grunden för arbetets syfte. Respondenten ville få reda på hur informanterna definierar begreppen. Tre informanter ansåg att skönhet innebär att vara **naturligt vacker**. En informant tolkade skönhet som **konstgjord skönhet**. Två av fyra informanter nämnde dessutom att **inre och yttre skönhet** går hand i hand. Ideal tolkades som **något eftersträvat**.

Naturligt vacker

Tre informanter var av den åsikten att skönhet innebär att vara naturligt vacker. Vidare definierades naturligt vacker som att man inte döljer sitt ansikte med för mycket smink och inte har en massa tatueringar och piercingar, helt enkelt att man inte ser tillgjord ut. En informant poängterade att en vacker människa inte behöver se perfekt ut, utan att man kan vara vacker utan att behöva kämpa så mycket för sitt utseende.

”Om jag tänker på ordet snygg så kan man vara snygg och ha tagit hjälpmedel, till exempel sminkat sig mycket. Men skönhet känns på något sätt mera som naturligt vacker.”

Konstgjord skönhet

En informant var av den åsikten att definitionen av ordet skönhet har förändrats genom åren. Informanten förknippade ordet skönhet i dagens samhälle med smink, reklam och retuschering. Tidigare ansåg hon att skönhet förknippades med att vara naturligt vacker.

”Vi ser ju inte redigerade människor i verkligheten. Att tänka ”Oj nu måste jag ha en sådär smal midja”, som är redigerad i Photoshop, det blir ju bara så fel tänkt.”

Inre och yttre skönhet

Tre informanter ansåg att inre och yttre skönhet går hand i hand. En inre skönhet innebär att man är glad, trivs med sig själv och vågar stå för den man är, vilket i sin tur utstrålar skönhet.

”Ofta är det så att jag tycker att de gladaste personerna är de mest vackra, samt de som är mest säkra och som inte är sura. Då kommer skönheten på köpet.”

”Jag kan tycka att en insida är vacker, fast man inte har det perfekta utseendet, men att man ändå är vacker eftersom man har en vacker insida.”

Något eftersträvat

Två informanter beskrev ett ideal som något man strävar efter och försöker uppnå. Det kan vara personer man skulle vilja se ut som eller en måttstock på hur man ska se ut. De två andra informanterna var osäkra på ordets betydelse och kunde inte ge någon klar definition. Den ena informanten förklarade att ideal inte är något hon kommer i kontakt med, och därför vet hon inte hur hon ska förklara ordet. Den andra informanten som även hade svårigheter att definiera ordet sade att ideal kanske är som en dröm och att ideal oftast inte är något man personligen tycker om, utan man fastar för det som syns runt omkring.

”Jag tänker på hur man ska se ut och vad alla strävar efter och försöker uppnå.”

7.3 Dagens skönhetsideal

Informanternas svar angående dagens skönhetsideal var väldigt varierande. Dagens skönhetsideal ansågs vara **svårt att uppnå**. Resultatet visar att **massmedia** återspeglar skönhetsidealet samt en **smal och vältränad** kropp och ett **naturligt utseende**.

Svårt att uppnå

Två informanter beskrev dagens skönhetsideal som något ouppnåeligt. Den ena informanten ansåg att dagens skönhetsideal kan beskrivas som en smal midja, stora bröst, små fötter, medelstora höfter, långt hår, sminkad samt bra hy. Informanten ansåg att ingen lever upp till detta ideal. Den andra informanten beskrev skönhetsidealet på följande sätt;

”...sådan som är svårt att uppnå. Det är få som lyckas med att få det där perfekta. Det är väl därför det anses vara vackert.”

Massmedia

Tre informanter tyckte att dagens skönhetsideal är det som visas i massmedia, det vill säga tidningar, filmer, internet, tv och reklam. Kändistrender, botox, märkeskläder, höga klackar, obekväma kläder som man inte känner sig bekväm i samt bilder hur man ska se ut,

är en informants beskrivning av hur skönhetsidealet framställs i massmedia. Samma informant tyckte att popstjärnan Nicki Minaj representerar detta ideal. Dessutom har hon kvinnliga former och är smal i midjan, enligt informanten. En annan informant sa att dagens skönhetsideal innebär att vara lång och smal och det ultimata är att ha långt hår, vilket massmedia stöder.

En informant beskriver massmedia på följande sätt;

”Dagens värld är ju styrd via media och media manipulerar jättemånga saker... det är reklamkropparna som sätter igång tankarna. Kanske man tror att man måste se ut så för att vara lycklig. Men om man har pressat sig till den punkt så att man är allt det där, så tror jag inte att man är lycklig. Jag tror inte att man ser lycklig ut.”

Smal och vältränad

Alla fyra informanter ansåg att dagens skönhetsideal är en smal kropp. En informant sa att man ska vara naturligt/normalt smal, inte sjukligt smal. Två informanter sa att en smal midja idealiseras. En informant lyfte fram att en vältränad och smal kropp är viktigt idag. Man ska ha muskler, vara fast och i form. Ytterligare en informant påpekade att kläder idag ska vara åtsittande för att visa figuren och att man tränar. Man visar också magen allt oftare. En informant gav exempel på att modebloggaren Kenza återspeglar dagens smala och vältränade ideal.

”Man ska vara lång och smal. Men det har mera blivit så att man ska ha muskler, man ska inte bara vara smal. Man ska vara i form helt enkelt.”

Naturligt utseende

Två informanter tyckte att ett naturligt utseende är ett ideal, vilket innebär att man inte ska vara för sminkad och att man ska vara naturligt smal. Modebloggaren Kenza var återigen ett exempel på detta naturliga ideal. Modellen Cara Delevingne nämndes också som ett skönhetsideal.

”Man ska vara helst vara naturligt vacker, inte behöva ha mycket smink och att man är smal, har långt hår.”

7.4 Det egna skönhetsidealet

Respondenten ville få reda på om informanterna har ett eget skönhetsideal som de följer, samt om deras skönhetsideal har förändrats under högstadietiden. Två informanter förklarade att de **inre egenskaperna** är viktiga vad gäller det egna skönhetsidealet. De två andra informanternas skönhetsideal baserade sig på **yttre egenskaper**. Inspiration av andra människor var ett skönhetsideal för en informant och personer hon hade inspirerats av under högstadietiden hade varierat. Den fjärde informantens skönhetsideal var hon själv, men i en mera vältränad version. Hennes skönhetsideal hade dock varit en smal figur tidigare, ej vältränad. En informants skönhetsideal hade inte förändrats under högstadietiden. Tre informanter berättade att deras **känsla för stil** hade vuxit fram under årskurs 9.

Inre egenskaper

Två informanter berättade att de inre egenskaperna är viktiga när det kommer till deras egna skönhetsideal. De inre egenskaper som uppskattades av en informant var artighet och ärlighet. Den andra informanten satte vikt vid en personlig stil och att man vågar vara sig själv samt att man vågar experimentera; sådant som visar lite karaktär. Skådespelerskan Emma Watson var ett exempel på detta.

”Det är de inre egenskaperna som spelar roll och det är också de som jag ser på. Jag har ingen skillnad om någon har storlek 46 i skostorlek, det är inte något jag stör mig på eller ens tänker på.”

Yttre egenskaper

En informant berättade att hon inte hade något speciellt skönhetsideal som hon själv följer, utan hon inspireras av olika människor i sin omgivning. Det handlar främst om kläder, men även håret och sminket är något hon hämtar sin inspiration från. Under hennes högstadietid hade hennes skönhetsideal varierat och hon kom ihåg en flicka vars utseende hon hade eftersträvat.

Den andra informantens skönhetsideal var hon själv, men i en mera vältränad form. Hon klargjorde dock att hon inte hade något behov av att vara pinnsmal, men ville jobba med det hon har. Vidare berättade informanten att hennes skönhetsideal alltid hade varit en smal kropp, men förr var betoningen inte på en vältränad kropp, vilket det är idag.

”Det fanns en i skolan som jag tyckte att hade jättefina kläder och att man borde se ut som henne.”

”Om någon har fina kläder, så tänker jag att jag vill köpa en likadan tröja till exempel.”

”Då jag var liten tränade ingen. Man kunde dansa eller någonting, men inte så att man for på gym.”

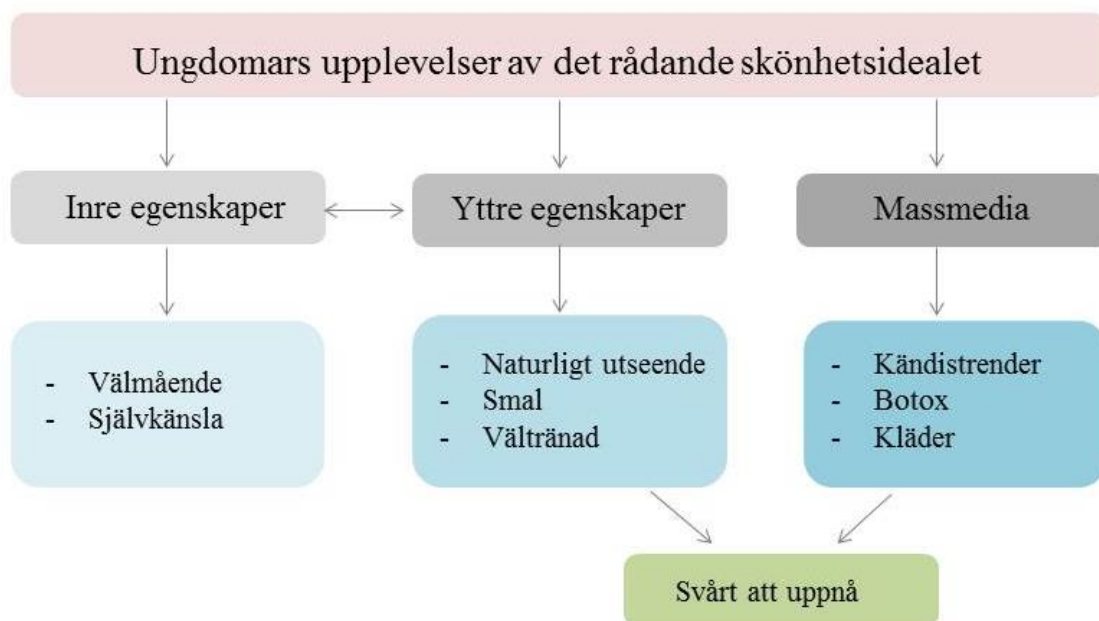
Känsla för stil

Tre informanter berättade att deras känsla för stil hade vuxit fram under årskurs 9. En informant förklarade att man inte tänkte eller brydde sig så mycket om kläderna i början av högstadiet, man bara slängde på sig något. Först i 9:an började hon reflektera över vad stil egentligen är. Den andra informanten hade liknande tankar och berättade att hon i 7:an inte hade så stor skillnad vad hon bar för kläder, utan bara tog på sig något och att det ändå såg bra ut. I 9:an började hon fundera vilka kläder hon lägger på sig, men följer ingen viss modestil. Idag mixar och experimenterar hon med stilen. Den tredje informanten förklarade att hon hade helt vanliga kläder i början på tonåren, för då var det hennes mamma som köpte allt till henne. Idag köper hon sina egna kläder som hennes mamma inte vill köpa till henne. Idag satsar hon mera på kläderna än tidigare.

”Nog har man ju haft en egen stil i lågstadiet också, men nu får man behärska allt själv och börjar köpa kläder utan föräldrar.”

”Då man var liten berodde det inte så mycket på kläderna om man var snygg eller inte.”

Följande figur visar hur informanterna upplever det rådande skönhetsidealet och figuren är sammankopplad till forskningsfråga 1.



Figur 1. Ungdomars upplevelser av det rådande skönhetsidealet.

7.5 Skönhetsidealets påverkan

Respondenten ville få reda på om skönhetsidealet påverkar informanterna och på vilka sätt i så fall. Tre informanter av fyra sade att skönhetsidealet påverkar dem, varav två sade att detta sker via en **omedveten påverkan**. En informant blev **ej påverkad** alls. De informanter som blev påverkade upplevde det som en **negativ påverkan**, men samtidigt förklarade en informant att det också kunde vara en **positiv påverkan**.

Omedveten påverkan

Två informanter sa att skönhetsidealet påverkar dem omedvetet. En informant funderade inte mycket på skönhetsidealet, men nämnde att det finns i bakhuvudet och att det händer undermedvetet. Den andra informanten berättar att det ibland dyker upp tankar i hennes huvud och hon undrar varifrån de har kommit. Det känns även jobbigt och sätter press för informanten när det är så mycket som kretsar kring skönhetsidealet.

”Jag tror det är ganska omedvetet, men att man alltid har det i bakhuvudet när man väljer kläder eller ska färga håret.”

Ej påverkad

En informant blev inte påverkad av skönhetsidealet.

”Själv blir jag inte påverkad av det, men när jag ser andra som blir det tycker jag att det är synd, för de kanske innerst inne inte själv vill ha det [en viss stil, kläder etc] utan köper det bara för att det var i tidningen. Men själv är jag inte så påverkad.”

Negativ påverkan

Samtliga informanter som blev påverkade av skönhetsidealet upplevde detta som något negativt. Ofta handlade det om negativa tankar kring sitt eget utseende. En informant blev kritisk mot sig själv och speciellt under en dålig dag kunde hon uppleva det som en röst som försöker trycka ner henne. Denna röst kunde till exempel säga att hon borde gå ner i vikt och se ut på ett visst sätt. Dock poängterade hon att det inte händer speciellt ofta och att hon inte låter de negativa tankarna ta över. En annan informant upplever att hon ibland jämför sig med andra och tänker att andra är vackrare än henne, eller snarare att hon är fulare än andra. Även den tredje informanten ansåg att man börjar jämföra sig med andra, vilket är mycket energikrävande. Skönhetsidealet skapar även en stor press bland ungdomar idag och informanten tycker att det är jobbigt när det är så mycket som kretsar kring skönhetsidealet. Informanten menar att man kan bli begränsad i sitt dagliga liv och inte till exempel vilja gå till stranden på grund av sin kropp.

”Ibland tänker jag att andra är bättre och så, men inte så att jag blir deprimerad och mår dåligt.”

”Det är lite jobbigt när det är så mycket som kretsar kring skönhetsidealet, på sistone eller bara under senaste månaden har jag sett hur det har kommit fram överallt.”

Positiv påverkan

En informant påpekar att skönhetsidealet även kan skapa en positiv påverkan genom att människor blir mer motiverade att ta hand om sin hälsa och kropp. Informanten anser att dagens vältränade skönhetsideal är bättre än tidigare skönhetsideal.

”Bara det blir just hälsa och inte så att man börjar svälta sig själv för att nå idealet.”

7.6 Utseendets betydelse

Respondenten valde att ställa frågor som handlar om utseendet eftersom det går starkt hand i hand med hur skönhetsidealet påverkar ungdomar. Tre informanter var av den åsikten att utseendet överlag är ganska **oviktigt**, medan det enligt en informant var **viktigt**. Vidare förklarade tre informanter att tankar kring utseende ofta bottenar i **osäkerhet**. Angående **det egna utseendet** var alla informanter hyfsat nöjda.

Oviktigt

Tre informanter av fyra ansåg att utseendet överlag inte är speciellt viktigt. Ingen av dem strävade efter att se ut som skönhetsidealet, förutom en informant som sade att det händer mera passivt, till exempel att hon inspireras av hår och smink och vill göra något liknande. För samma tre informanter var det inte heller viktigt att se ut som skönhetsidealet. Flera informanter sade att utseendet och strävan efter att se ut som skönhetsidealet är viktigt för många, trots att det inte borde vara det. En informant påpekade att man aldrig blir nöjd med sitt utseende, eftersom man alltid stävar efter något nytt om man lyckas uppnå det gamla. Två informanter berättade även att personligheten avgör om man är omtyckt eller inte, ej utseendet. Båda informanterna gav exempel på att ett snyggt yttre inte ger en vänner.

”Om man är tyst och inte hänger med så är man heller inte längre med i de populära kretserna.”

Viktigt

En informant försökte se ut som skönhetsidealet både medvetet och undermedvetet och tyckte att det var viktigt för henne, men inom rimliga gränser. Informanten klargjorde att hon gör det för sin egen skull eftersom hon känner sig tryggare med sig själv då, men visst tänker hon även på vad andra tycker och tänker. Om hon inte är nöjd med sig själv går det åt onödig energi på tankar kring utseendet.

”Utseendet är ju det första man ser. Det är ju inte som att insidan skulle vara det första man ser. Så man kanske vill att utsidan ska vara något bra.”

Osäkerhet

Två informanter gav exempel på sina kompisar som tänker betydligt mera på utseendet än informanterna själva. En informant berättade att hennes kompisar känner att de måste se ut på ett visst sätt, vilket kan bero på att man vill känna sig coolare och få mera uppmärksamhet eller så kan det bero på att man gör det för det motsatta könets skull. Den andra informanten antog att de som strävar efter att se ut som skönhetsidealet gör det för att känna sig vackra och speciella. En annan informant resonerade att unga flickor antagligen försöker eftersträva skönhetsidealet eftersom de är osäkra och inte har hittat sig själva ännu. En informant påpekade också att ofta under tonåren ser man upp till en speciell person och vill vara lik personen i fråga, eftersom tonåren är en känslig ålder, vilket leder till att man är väldigt mottaglig för skönhetsideal. En informant upplevde att hon är kritisk mot sitt yttre, eftersom utsidan är det första man ser hos en annan person, och därför vill man också att utsidan ska vara något bra.

”Många flickor är kanske inte så säkra på sig själva och vill ha nya vänner, ett nytt liv och vill förändra saker. Då måste man också se ut på ett annat sätt.”

”Om man är osäker på sig själv försöker man hitta bekräftelse av någon annan, och då börjar man leva upp till andra och vill klä sig som dem. Man hittar ju aldrig sig själv och sin stil och det är ju synd. För det är ju sin identitet man försöker hitta, men man hittar den aldrig.”

Det egna utseendet

En informant var ganska nöjd med sitt utseende, men skulle vilja ändra på några små detaljer. Samtidigt insåg hon att man aldrig är nöjd, för man skulle alltid hitta något nytt att ändra på. Samma informant berättade att hon kände sig ful i 7:an, eftersom hon inte visste hur hon skulle framhäva sina bästa sidor, men idag vet hon bättre. En annan informant var mycket nöjd med sitt utseende och hade alltid varit det. Hon berättade att hon är en glad person och har alltid känt sig ganska säker i sig själv. En informant tänkte inte mycket på sitt utseende, eftersom det enligt henne är oviktigt och ointressant. I stället fokuserade hon på att må bra inombords. Den fjärde informanten var överlag nöjd med sitt utseende. Hon berättade att förut var hon missnöjd över småsaker, men idag är det mest kroppen som hon ibland kan oroa sig över. Men hon har accepterat sitt utseende och skulle inte vilja byta med någon annan.

”Nu tänker jag att jag borde ha varit nöjd med hur jag såg ut förr, men kommer jag tänka samma sak om några år, att jag borde ha varit nöjd nu? Så varför är man inte bara nöjd nu i stället?”

7.7 Tonår och självkänsla

Tonår och självkänsla spelar en central roll i hur ungdomar upplever sig själva och omvärlden; så som utseende, skönhetsideal och dess påverkan. Därför ville respondenten ta reda på hur informanterna har upplevt tonåren och hur de uppfattar sin egen självkänsla. Två informanter hade upplevt **lugna tonår**, utan kriser och drama. De två andra informanterna hade upplevt tonåren som en tid av **förändring**. Alla informanter kunde förklara självkänsla med egna ord och informanterna hade en ganska **varierande självkänsla**; alla informanter upplevde sig överlag ha en god självkänsla, men samtidigt upplevde tre informanter att de hade en sämre självkänsla ibland.

Lugna tonår

Två informanter beskriver sina tonår som lugna, vilket innebär att de inte har upplevt kriser angående sin identitet eller haft ”typiska tonårsdraman”. Detta förklarade en informant med att hon alltid har funderat och analyserat mycket samt vetat sina värderingar i livet. Hon beskriver sina tonår som en rolig tid då hon hittade sig själv och lärde känna många människor. En annan informant tror att hennes nära relation till sina föräldrar har bidragit till lugna tonår. Det som däremot har varit jobbigt för båda informanterna är deras kompisars draman, som de har varit tvunga att ta del av.

”Jag har inte upplevt det på samma sätt som alla andra. Jag vet inte, alla har haft olika faser, men jag känner att jag inte har haft någon speciell fas...”

”Det var jättejobbigt när alla kompisar kom till mig med sitt drama. För mitt drama i mitt liv blev att de hade så mycket drama i sitt liv. De kanske tog mig för givet, jag var ”hon som alltid fanns där och lyssnade” och de kunde börja utnyttja det.”

Förändring

En informant förklarar att hon har förändrats mycket under tonåren, både utseendemässigt och till personligheten. Personligheten förändrades i och med att informanten böt kompisgäng. Överlag anser hon att det inte har varit något speciellt med tonåren, de har varken varit speciellt jobbiga eller lätta. Det som dock kan vara jobbigt under tonåren är

allt drama med gamla kompisar och när föräldrarna sätter regler som man själv inte tycker om. En annan informant beskriver sina tonår som både upp och ner, men det är något som hon tycker att hör livet till. En stor förändring i tonåren var att hon hittade sig själv i och med att hon blev troende, vilket också har lett till att hon har lärt känna många nya människor och skapat roliga minnen. Den svåraste förändringen informanten har tvingats uppleva och ta sig igenom är bortgång av en förälder och en annan närstående.

”Livet är mera än utseende, det tror jag nog. Man har insett allvaret. Jag försöker umgås med folk och ta vara på tid. Det är så sällan man idag pratar ordentligt med varandra, man tar sig inte tid att sitta på tu man hand och diskutera tankar och djupa saker. Idag är man ju uppkopplad hela tiden och pratar kort via Facebook, det är hemskt. Det känns som om ungdomar inte ens vet vad de har för åsikter och vad de står för. Därför borde man i skolan ha mera diskussioner för då skulle man kanske börja tänka efter lite själv också.”

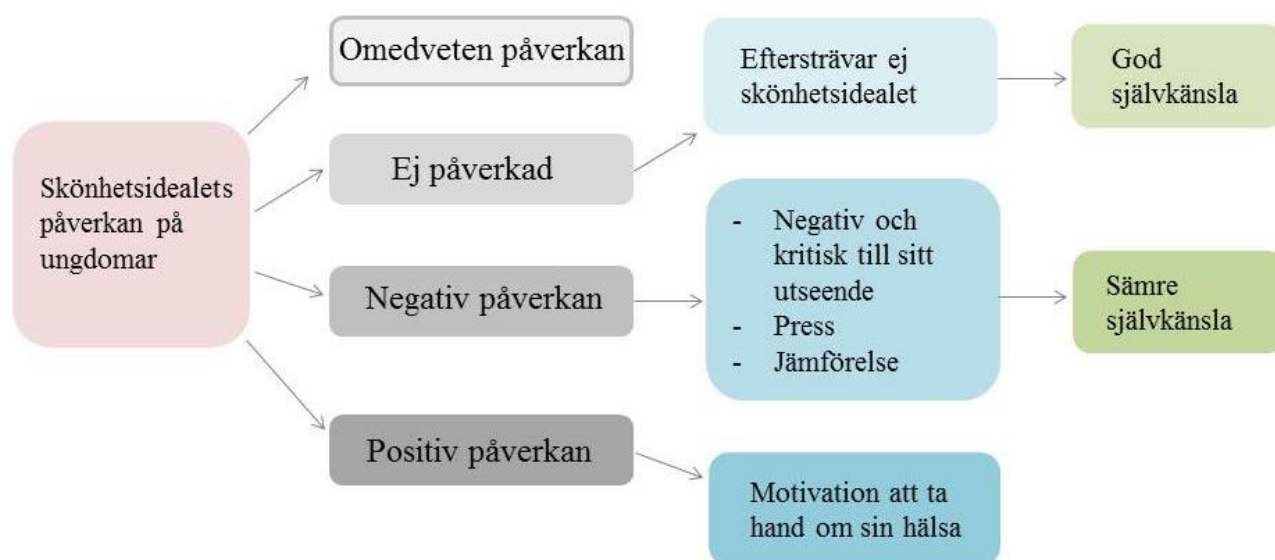
Varierande självkänsla

Alla informanter upplevde att de överlag hade en god självkänsla. En informant berättade att hon har bra självkänsla i sitt kompisgäng, för där smälter alla in trots att alla är olika. En annan informant förklarade att hennes självkänsla är bra när hon lyckas med något och när hon har roligt. Men även när hon gör en god gärning för någon annans skull och får tacksamhet tillbaka. Då känner hon sig bra, snäll och positiv. Tre informanter upplevde att de i vissa situationer kan ha en sämre självkänsla. En informant berättade att hon ibland börjar tvivla på sig själv om någon till exempel blir arg på henne. Då kan hon fundera om hon är en dålig människa. Samma informant upplevde att hon hade sämre självkänsla på 7:an eftersom hon inte vågade vara sig själv och inte kände sig bekväm. Hon ville bara smälta in. En annan informant förklarade att hon kan ha sämre självkänsla inom olika områden och att hon behöver bekräftelse ibland. Hon gav musik som ett exempel eftersom det är ett intresse. Hon kan uppleva prestationspress eftersom det finns många som är duktiga inom musiken. Den tredje informanten berättade att hennes självkänsla ibland kan gå åt skogen om någon är mycket kritisk mot henne. Då brukar hon göra något annat som hon mår bra av eller till exempel se på TV för att inte behöva fokusera på sig själv.

”Jag har alltid varit omringad av massor med bra människor och folk har visat sin uppskattning och jag tror det har hjälpt mig att förstå att man ändå är värd ganska mycket.”

”Jag försöker uppmuntra mig själv och vara positiv. Man blir ju så trött på att vara med någon som hela tiden är negativ, man orkar ju inte vara med en sån person. En massa energi tas av en. Jag brukar heller inte vara nervös, det är så onödigt, jag tar det som det kommer.”

Följande figur visar hur det rådande skönhetsidealet påverkar ungdomar och figuren är sammankopplad till forskningsfråga 2.



Figur 2. Skönhetsidealets påverkan på ungdomar.

7.8 Sammanfattning

Sammanfattningsvis visar resultatet att inre och yttre skönhet går hand i hand. De yttre egenskaperna som återspeglar dagens skönhetsideal är en smal och vältränad kropp samt ett naturligt utseende. Naturligt utseende innebär att man inte bär speciellt mycket smink och att man är naturligt, ej sjukligt smal. Modebloggaren Kenza och modellen Cara Delevingne är exempel på detta naturliga ideal. Dagens skönhetsideal styrs även av massmedia. Massmedia handlar till en stor del om kändistrender, botox och kläder. Resultatet visar att ovannämnda ideal är svåra att uppnå. När det gäller det egna

skönhetsidealet är både inre och yttre egenskaper viktiga. De inre egenskaper som uppskattas är att man är glad och positiv, ärlig, självsäker och att man trivs med sig själv. Yttre egenskaper handlar om inspiration, att jobba med sina egna förutsättningar och sin egen stil.

I resultatet framkommer det att dagens skönhetsideal påverkar omedvetet och det är till största delen en negativ påverkan, men man kan även bli positivt påverkad genom att få motivation att ta hand om sig själv och sin hälsa. Den negativa påverkan handlar om att man blir negativ och kritisk till sitt eget utseende, vilket kan leda till att man känner press, jämför sig med andra och känner att man borde se ut på ett visst sätt. Detta kan även sätta begränsningar i ens dagliga liv. Resultatet visar även att största delen av informanterna inte försöker se ut som skönhetsidealet och de anser att varken utseende eller att se ut som skönhetsidealet är viktigt. För en informant var däremot utseendet och att efterlikna skönhetsidealet viktigt, eftersom det skapar trygghet. Resultatet visar även att tankar kring utseendet ofta bottenar sig i osäkerhet angående det egna utseendet. Nästan alla informanter var överlag nöjda med sitt eget utseende, medan en informant var av den åsikten att utseende är oviktigt och ointressant och därför tänkte hon inte på det. I stället var det egna välmåendet i fokus.

Resultatet visar att tonåren har varit en lugn tid som samtidigt har inneburit förändringar. Lugna tonår innebär att man har varit trygg i sig själv, snabbt hittat sin identitet och inte upplevt kriser. Förändringar handlar om att man själv utvecklas samt att förändringar i relationer har uppstått. Slutligen visar resultatet att självkänslan hos unga flickor är ganska varierande. Samtliga informanter anser sig ha en god självkänsla, men samtidigt upplever flera av dem att självkänslan sviker i vissa situationer, ofta vid mottagande av kritik.

8 Tolkning

I tolkningen har respondenten tolkat resultatet mot de teoretiska utgångspunkterna och tidigare forskning. Tolkningen presenteras i samma ordningsföljd som i resultatredovisningen och kategorierna markeras med **fet stil**.

8.1 Känslan att vara vacker

Resultatet visar att känslan att vara vacker handlar om **inre välmående**. När man utför

aktiviteter som man själv tycker om känner man sig glad och vacker, vilket gör att man mår bra. Om man däremot har en dålig dag, känns utseendet heller inte bra. Känslan att vara bekväm med sig själv leder även till känslan att vara vacker. Att vara bekväm med sig själv innebär att man får vara sig själv och trivs med det. Enligt Bång (u.å.) leder bra självkänsla till välmående och man vågar vara sig själv och bryr sig inte så mycket om andras åsikter. Man vågar även göra saker som är bra för en. En låg självkänsla kan leda till osäkerhet och depressiva tankar, vilket kan leda till att man tänker mycket på vad andra tänker och inte kan hantera kritik. Badmin och Furnham (2002) har konstaterat att flickor associerar kroppsmissnöje med självkänsla.

8.2 Begreppen skönhet och ideal

Resultatet visar att skönhet innebär att vara **naturligt vacker**, vilket i sin tur innebär att man inte ser tillgjord ut. Med andra ord betyder det att man inte döljer sitt ansikte med smink eller har massor med tatueringar eller piercingar. En människa behöver dock ej se perfekt ut för att vara naturligt vacker. Enligt Eco (2002) är skönhet något subjektivt och därför ett svårdefinierbart ord. Dock är skönhet något som faller oss i smaken. Skönhet förknippades även med **konstgjord skönhet**, vilket betyder att man genom smink, retuschering och reklam förändrar utseendet. Meurling (2003) menar att unga flickor och kvinnor idag blir exponerade av retuscherade reklamkroppar och förväntas därför även att se ut så. Resultatet visar också att **inre och yttre skönhet** går hand i hand. Inre skönhet innebär att man är glad, trivs med sig själv och vågar stå för den man är. Inre skönhet utstalar skönhet. Enligt Eco (2002) har det sköna förknippats med det goda genom historien. Etcoff och Orbach's (2004) studie visar att skönhet inte endast handlar om utseende, utan även har att göra med personlighet.

Resultatet visar att ideal är **något eftersträvat**, det vill säga något man försöker uppnå. Det kan vara till exempel en person man skulle vilja se ut som eller en måttstock på hur man ska se ut. Nationalencyklopedin (2013) understöder resultatet och definierar ordet ideal som något önskvärt och ofta ouppnåeligt.

8.3 Dagens skönhetsideal

Resultatet visar att dagens skönhetsideal är **svårt att uppnå** och att ingen lever upp till detta ideal. Nationalencyklopedin (2013) bekräftar detta eftersom ideal definieras som

något ouppnåeligt. Även Cullberg Weston (2005) beskriver att det alltid har funnits kroppsideal i alla kulturer, men att de ofta inte överensstämmer med den egna kroppen. Både Etcoff och Orbach's (2004) studie och Johansson (2006) bekräftar att idealkroppen och idealutseendet är ouppnåeliga, eftersom människan aldrig är nöjd; det finns alltid något man kan åtgärda.

I resultatet framkommer det att **massmedia** återspeglar dagens skönhetsideal. Massmedia framställer skönhetsidealet genom kändistrender, kläder, botox och reklamkroppar. Reklamkroppen är lång och smal. Både Meurling (2003) och Johansson (2006) beskriver att man ständigt exponeras av retuscherade reklamkroppar, som visar unga, vältränade och vackra kvinnor. Bunkholdt (1995) förklarar att tonåringar är mest utsatta för media och tonåringars kroppsmissnöje förstärks av reklam. Cullberg Weston (2005) menar att besattheten av den kvinnliga kroppen och skönheten syns i kvinnotidningar där skönhetsstips och klädreportage finns i överflöd. Johansson (2006) skriver att plastikkirurgin idag är med och skapar nya skönhetsideal och att botox är det mest populära icke-kirurgiska ingreppet.

Resultatet visar att en **smal och vältränad** kropp idealiseras. Kroppen ska inte vara sjukligt smal, utan naturligt smal. Speciellt runt midjan ska man vara smal. Man ska även ha muskler, vara fast och i form. Det ska synas att man tränar. Både Lehnert (2000) och Meurling (2003) understöder att smalhet sedan 60-talet har varit ett ideal. En smal kropp förknippas med lycka, framgång och skönhet, vilket massmedia stöder. Unga flickor som exponeras av smala reklamkroppar förväntas på så sätt vara smala. Även Barbie-dockan, som är onaturligt smal och har onaturliga proportioner överför detta ideal till barn. Johansson (2006) skriver att dagens kroppsideal präglas av en fitnesskultur. Människor efterstävar en frisk, stark och vältränad kropp. Fitnesskulturen handlar dock inte endast om träning, utan uppmuntrar till en hälsosam livsstil. Detta vältränade ideal fanns även på 80-talet enligt Lehnert (2000). På 80-talet började kvinnor bygga muskler och efterstävade en vältränad och hälsosam kropp som kunde uppnås genom träning och diet.

I resultatet framkommer att ett **naturligt utseende** är ett skönhetsideal. Ett naturligt utseende innebär att vara naturligt smal, att inte vara för sminkad och att ha långt hår. Hedén (1996) skriver att ett genomsnittligt utseende anses vara det mest vackra, vilket kanske är lite oväntat. Johansson (2006) skriver att fitnesskulturen inte handlar om överdriven kroppsfixering, utan i stället betonas välbefinnande och hälsa. Man kan även dra paralleller till 70-talet då man förespråkade ett naturligt utseende, vilket innebar långt,

lite lockigt hår som inte skulle se fixat ut (Lehnert, 2000). Mulvey och Richards (2001) skriver att kroppen var smal på 70-talet, men ett naturligt utseende förespråkades och sminket skulle vara neutralt.

8.4 Det egna skönhetsidealet

Resultatet visar att informanterna uppskattar **inre egenskaper**, till exempel att man vågar vara sig själv, är artig, ärlig och även att man vågar ha en egen stil och experimentera. Etcoff och Orbach's (2004) studie visar att skönhet inte endast handlar om utseende, utan även har att göra med personligheten. Resultatet visar att även **yttre egenskaper** är viktiga; i resultatet framkommer att en informant inspireras av människors yttre i sin omgivning medan en annan informant önskar sig en mera vältränad kropp. Cullberg Weston (2005) skriver att det är typiskt att tonåringen väljer ut vissa utseendebitar från sin bekantskapskrets som han/hon skulle vilja ha. Till exempel önskar man sig Lenas hår, Saras mun, Annas ben och så vidare. Tonåringar är även ofta utseendefixerade och missnöjda med den egna kroppen och skulle vilja ändra på vissa detaljer. I resultatet framgår att **känsla för stil** och kläder blir viktigare ju äldre man blir. Cullberg Weston (2005) bekräftar detta resultat eftersom hon skriver att kläder ofta är mycket viktiga för tonåringar eftersom kläderna visar identiteten och definierar dem, samt visar vilken grupp man tillhör.

8.5 Skönhetsidealets påverkan

Resultatet visar att skönhetsidealet påverkar **omedvetet**. Meurling (2003) menar att via Barbie-dockan överförs skönhetsideal redan till barn. Enligt Cullberg Weston (2005) är tonåringar mest utsatta för medias utseendefixering, eftersom de söker efter bekräftelse och kan känna sig vilsna i sitt identitetssökande. En informant blev **ej påverkad** av skönhetsidealet vilket tyder på god självkänsla. Enligt Bång (u.å) leder god självkänsla till att man inte bryr sig så mycket om andras åsikter och inser sitt eget värde. Man hanterar också kriser och motgångar bättre.

Skönhetsidealet upplevdes som en **negativ påverkan**. Det handlade oftast om negativa tankar kring utseendet. Man kan bli kritisk mot sig själv, börja jämföra sig med andra och det kan även sätta press på att man borde se ut som skönhetsidealet. Cullberg Weston

(2005) förklarar detta med att tonåringar ofta oroar sig över sitt utseende och om de duger. Både Etoff och Orbach (2004) samt The Succeed Foundation (2011) har kommit fram till att unga kvinnor överlag är negativa till sitt eget utseende. Champion och Furnham (1999) och The Succeed Foundation (2011) har båda konstaterat att många ungdomar och kvinnor känner press att vara smala. Bengs studie (2000) visar att flickor har större kroppsmissnöje än pojkar, samt att flickor är mera oroade för vad andra tänker om deras kroppar. Flickor försöker även kontrollera och förändra den egna kroppen mera. Både Bengs (2000) och Champion och Furnham (1999) har konstaterat att massmedia har en stor betydelse för hur ungdomar uppfattar sina kroppar. Etoff och Orbach's studie (2004) visar att många kvinnor anser att samhället förväntar sig att kvinnor ska vara attraktiva, men att det rådande skönhetsidealet är omöjligt att uppnå.

Resultatet visar att det även finns en **positiv påverkan** eftersom skönhetsidealet kan skapa motivation att ta hand om sin hälsa och kropp. Johansson (2006) bekräftar detta eftersom fitnesskulturen i dagens samhälle handlar om en hälsosam livsstil. Människor uppmuntras att äta hälsosamt och träna regelbundet, vilket ökar välbefinnandet.

8.6 Utseendets betydelse

Resultatet visar att utseende anses vara både **oviktigt** och **viktigt**. Största delen av informanterna ansåg att utseende och att se ut som skönhetsidealet inte är speciellt viktigt för dem, eftersom det är personligheten som avgör om man är omtyckt eller inte. En informant berättade att man ändå aldrig blir helt nöjd med sitt utseende, eftersom man alltid stävar efter något nytt om man har lyckats uppnå det gamla målet. Johansson (2006) bekräftar det sista påståendet med att man kan förändra sitt utseende på många sätt, men trots alla åtgärder man genomför bli människan ändå aldrig nöjd. Etoff och Orbach (2004) menar att skönhet inte endast handlar om utseende, utan även om personlighet. Men överlag kan man inte tolka tillbaka att utseende skulle vara oviktigt för tonåringar, eftersom litteraturen påstår det motsatta.

En informant ansåg att utseende samt att se ut som skönhetsidealet är **viktigt** för henne, eftersom det skapar trygghet. Informanten klargjorde att hon gör det främst för sin egen skull, men att hon även tänker på vad andra tycker och tänker. Bengs (2000) har i sin forskning kommit fram till att kroppen är mycket viktig för ungdomar, både den egna kroppsuppfattningen och vad andra tycker om den. Cullberg Weston (2005) menar att det

är vanligt att tonåringar är utseendefixerade och bekräftar att kroppen blir viktig för dem i tonåren.

Enligt resultatet handlar tankar kring utseende oftast om **osäkerhet** och att man inte har hittat sig själv ännu, eftersom tonåren är en känslig ålder. Man kan känna press att se ut på ett visst sätt eller så vill man känna sig vacker och speciell samt få uppmärksamhet. Cullberg Weston (2005) menar att tonåringar är som mest utsatta för medias utseendefixerade värld på grund av sökandet efter bekräftelse. Cullberg Weston (2005) skriver också att under tonåren känner man sig ofta vilsen, vilket leder till att tonåringar har en tendens att ständigt oroa sig bland annat för om de ser bra ut. Alla informanter var överlag nöjda med **det egna utseendet** och hade accepterat sitt yttre, vilket tyder på en god självkänsla. Bång (u.å) beskriver att självkänsla handlar om att vara medveten om sitt eget värde, vilket betyder att man duger som man är.

8.7 Tonår och självkänsla

Resultatet visar att några har upplevt **lugna tonår**, vilket innebär att man inte har haft identitetskriser eller ”typiska tonårsdraman”. Gråberg (2009) bekräftar att det finns tonåringar som redan i ett tidigt skede vet vem de är och inte behöver experimentera eller göra radikala förändringar för att hitta sig själva. Resultatet visar även att tonåren är en tid av **förändring**, både utseende- och personlighetsmässigt, men också relationerna till kompisar och föräldrar har förändrats. Gråberg (2009) beskriver tonåren som en händelserik tid då det händer mycket i kroppen, både fysiskt och psykiskt. Den fysiska förändringen kallas pubertet och då bildas även en ”ny” kropp, vilket kan leda till humörsvingingar på grund av hormoner. Psykiskt formas identiteten och många tonåringar måste experimentera för att hitta sin identitet. Relationen till föräldrarna förändras eftersom tonåringen måste frigöra sig från föräldrarna och blir en självständig individ. Kompisarna bli däremot allt viktigare.

Resultatet visar att ungdomar upplever sig ha en **varierande självkänsla**. Alla ungdomar upplever sig ha en god självkänsla överlag, men i vissa situationer kan de uppleva en sämre självkänsla. Resultatet visar att en god självkänsla handlar om att inse sitt eget värde, vara positiv och uppmuntra sig själv samt att våga vara sig själv. God självkänsla förknippas även med att göra goda gärningar, att lyckas med något och att ha roligt. Vid sämre självkänsla kan man börja tvivla på sig själv, till exempel vid mottagande av kritik. Sämre

självkänsla kan också yttra sig genom att man inte vågar vara sig själv. En informant berättade att hon har sämre självkänsla inom olika områden där hon själv upplever att andra är bättre, då kan hon få prestationspress.

Bång (u.å) bekräftar att självkänsla handlar om att vara medveten om sitt eget värde, vilket betyder att man duger som man är. God självkänsla leder till välmående och att man vågar vara sig själv samt att man gör saker som är bra för en. Enligt resultatet handlar god självkänsla om att lyckas med något, men enligt Bång (u.å) har självkänsla inget att göra med prestationer, eftersom prestationer förknippas med självförtroende. Enligt Cullberg Weston (2005) upplever personer med god självkänsla också motgångar, men en god självkänsla hjälper människan att hantera motgångarna bättre. Det är också vanligt att tonåringars självkänsla är låg. En låg självkänsla kan också handla om en situationsbetingad låg självkänsla, vilket innebär att man i vissa situationer kan känna sig rädd eller osäker. Törnbohm (2006) menar att låg självkänsla leder till osäkerhet, till exempel att man inte kan hantera kritik.

9 Kritisk granskning

I detta kapitel granskar respondenten sitt arbetet kritiskt utgående från Larssons (1994) kvalitetskriterier. Enligt Larsson (1994) är tankar om kvalitet i vetenskapliga arbeten viktiga. Utan tankar om vad kvalitet är blir det omöjligt att göra ett gott arbete som forskare. Forskaren måste med andra ord kunna bedöma vad som är bra och vad som är dåligt i ett arbete. Respondenten har valt följande kriterier, eftersom respondenten anser att de lämpar sig bäst för denna studie; etiskt värde, struktur och empirisk förankring.

Enligt Larsson (1994) är det viktigt att en vetenskaplig studie visar god etik. Intresset att få ny kunskap måste vägas mot kravet att skydda individer. Eftersom man kommer människor nära och de lätt kan kränkas integritetsmässigt, måste man tänka på hur man ska skydda dem. Oftast anonymiserar man personer och platser. God etik handlar också om att man som forskare inte på basis av sina tolkningar ska dra olika grupper under en och samma kam. Man ska alltså inte dra förhastade slutsatser som kan drabba oskyldiga. Det är viktigt att visa omsorg till de som har deltagit i studien och de som drabbas av forskningens resultat.

Respondenten anser sig ha visat god etik i sitt arbete och skyddat informanternas identitet. Informanterna är anonyma och inga namn har publicerats. All information inklusive intervjumaterialet har behandlats konfidentiellt. I resultatredovisningen kan inga svar kopplas till informanterna, även platser har hållits anonyma. Dock är det lätt hänt att göra små misstag; till exempel att i misstag avslöja små detaljer i resultatredovisningen som kan avslöja något om identiteten, vilket hände men åtgärdades fort. Respondenten har inte tolkat att resultatet skulle gälla tonåringar i allmänhet, utan endast dessa specifika informanter. Det har varit ett svårt ämne att undersöka eftersom det är väldigt personligt och känsligt. Men respondenten anser att hon har lyckats formulera intervjufrågorna så att frågorna inte på något sätt ska vara kränkande eller för närgångna. Ibland har det varit svårt att få informanterna att öppna sig, men överlag är respondenten nöjd.

Larsson (1994) menar att resultatet ska ha en god struktur och vara överskådligt. Resultatet ska vara så enkelt och klart uppbyggt som möjligt och överflödiga begrepp ska inte användas; vad som är viktigt och oviktigt måste klargöras. Läsaren måste se ett sammanhang hur allt hänger ihop, det vill säga en röd tråd genom hela arbetet. Respondenten anser att hon har en god struktur i arbetet och att det följer en röd tråd. Respondenten har skrivit på ett lättförståeligt sätt i logisk ordning och har tagit med det väsentliga i innehållet. I resultatet är rubriker och kategorier tydligt markerade. Resultatet är lättöverskådligt, men kan eventuellt uppfattas som en aning oklart av någon eftersom respondenten har skapat egna rubriker och sammanslagit frågor från intervjuguiden. Intervjumaterialet kunde också ha varit mera omfattande för att få ett ännu tydligare resultat. Respondenten borde ha bearbetat intervjuguiden en längre tid och gjort en till pilotintervju. Respondenten anser att texten i den teoretiska bakgrunden inte är så relevant och kunde ha varit mera kortfattad, däremot är texten i de teoretiska utgångspunkterna relevant och beskriver det väsentliga på ett kortfattat sätt. Överlag är arbetet lätt och klart att förstå för läsaren.

Enligt Larsson (1994) handlar empirisk förankring om att verkligheten och tolkningen stämmer överens. Ett tecken på validitet är att flera källor överensstämmer. Om två källor ger olika versioner behöver det dock ej betyda att en är osann, eftersom en text kan tolkas på flera olika sätt. Respondenten anser att litteraturen i detta arbete överensstämmer med resultatet. Det har inte alltid varit lätt att tolka resultatet till litteraturen, vilket kan bero på att respondenten har skrivit för kortfattat i de teoretiska utgångspunkterna. Det var svårt att avgöra hur djupt man skulle gå i de teoretiska utgångspunkterna eftersom ämnet är väldigt

brett. I efterhand kan respondenten konstatera att mera litteratur om tonårsflickan skulle ha varit nödvändig.

Resultatet är överlag enhetligt, men det förekommer även avvikelser där informanterna har helt olika åsikter och erfarenheter, vilket är naturligt eftersom arbetet grundar sig på personliga upplevelser. Ibland kunde informanterna även uppfatta intervjufrågorna olika. I det stora hela finns det en röd tråd och resultatet kan sammankopplas till litteraturen och tidigare forskningar. Dock är det intressant att diskutera hur trovärdigt resultatet är. Har informanterna vågat vara helt ärliga, eller har de gett svar som de förväntat sig att respondenten vill höra? Informanter har fått läsa intervjuguiden på förhand, vilket respondenten kanske skulle göra annorlunda idag. Kanske det hade varit bättre att de inte fått veta de exakta frågorna på förhand, eftersom respondenten kanske hade fått mera spontana svar i så fall? Samtidigt kan det hända att intervjumaterialet skulle ha blivit väldigt magert, om informanterna inte i lugn och ro hade fått fundera kring sina åsikter och värderingar.

10 Diskussion

I detta kapitel diskuterar jag mitt examensarbete och tankar som har väckts under processens gång, samt ger vidare forskningsförslag och utvecklingsförslag.

Syftet med mitt examensarbete var att få reda på hur några unga flickor upplever det rådande skönhetsidealet samt hur de påverkas av det. Jag är mycket intresserad av ämnet eftersom jag alltid har varit intresserad av människor samt hur de tänker och analyserar. Jag valde ungdomar som målgrupp eftersom jag själv nästan har glömt hur jag tänkte och resonerade i den åldern, men jag minns hur viktigt utseende var redan då.

Jag anser att jag har fått svar på mitt syfte, dock är resultatet inte alls vad jag hade förväntat mig. Jag trodde att ungdomar idag skulle vara mera ytliga och väldigt utseendefixerade med tanke på hur skönhetsvärlden och utseendefixering rent av har exploderat under de senaste åren. Resultatet visar det motsatta; de ungdomar jag har intervjuat har varit mycket mogna för sin ålder, kanske till och med mer mogna än jag i vissa fall. De har förstått vikten av att må bra inombords och att inre egenskaper är de mest viktiga hos en person, vilket också tyder på en god självkänsla. Jag önskar att jag också i den åldern hade förstått det, eftersom min ungdom hade varit betydligt enklare då.

Jag tror att det i dagens samhälle finns många tonåringar som mår dåligt på grund av skönhetsysterin, eftersom det är så mycket som bara handlar om yta idag. Allt ska ju vara perfekt. Samtidigt tror jag att det också är en större del som väljer att ta avstånd från det ytliga och materialistiska samhället, eftersom det lätt blir för mycket. Idag är människor också väldigt medvetna om att reklam retuscheras och hur mycket ljussättningen och en viss vinkel kan påverka slutresultatet, och därför är det kanske lättare att inte ta åt sig av det. Jag ser tydligt en hälsotrend i dagens samhälle, och jag tror att tonåringar påverkas av det undermedvetet. Att ta hand om sitt inre och vara hälsosam är dagens ledord, vilket kanske märks genom att tonåringar idag inte är så utseendefixerade utan i stället efterstävar inre välmående och en sund kropp?

Vidare forskningsförslag för detta arbete är att man kunde undersöka om det finns skillnader i hur pojkar och flickor tänker angående skönhetsidealet. Det skulle också vara mycket intressant att undersöka pojkars/männens skönhetsideal och deras tankar kring ämnet, eftersom det är ett ämne som ofta glöms bort, istället fokuserar samhället mera på flickor och kvinnors skönhetsideal. Man kunde även intervjua unga vuxna - kanske man idag tänker mera på utseende i vuxen ålder än i tonåren? Om jag hade haft mera tid skulle jag även ha velat intervjua flera ungdomar, för att få ett rikare intervjumaterial och resultat. Att intervjua är inte lätt, och det har jag fått uppleva. Med facit i hand borde jag ha fördjupat mig ännu mera i litteratur om intervjuer samt gjort flera pilotintervjuer och bearbetat min intervjuguide. Jag tycker ändå att intervjuerna har gått bra och att mina informanter har varit öppna och samarbetsvilliga, men jag känner att jag skulle ha velat få ännu mera kött på benen.

Det har funnits bra litteratur och tidigare forskning om ämnet, men att hitta informanter har varit svårt. Intervjuerna och allt vad det innebär har varit det mest tidskrävande under hela processen, men det har varit lärorikt. Jag har även utvecklats som person och jag är glad att jag fick lära känna mina informanter och ta del av deras åsikter och värderingar. Jag har även fått mig en och annan tankeställare av mina informanter; de har lärt mig mycket. Kanske det inte är så viktigt om håret inte alltid är perfekt?

”Nu tänker jag att jag borde ha varit nöjd med hur jag såg ut förr, men kommer jag tänka samma sak om några år, att jag borde ha varit nöjd nu? Så varför är man inte bara nöjd nu i stället?”

Litteraturförteckning

- Badmin, N, Furnham, A. (2002). *Body image dissatisfaction: Gender differences in eating attitudes, self-esteem, and reasons for exercise*. *The Journal of Psychology* 136.6, 581-596.
- Bell, J. (2000). *Introduktion till forskningsmetodik*. Lund: Studentlitteratur.
- Bengs, C. (2000). *Looking good: a study of gendered body ideals among young people*. Doctoral Dissertation in Sociology at the Faculty of Social Sciences, Umeå University.
- Bunkholdt, V. (1995). *Från födsel till puberteten*. Lund: Studentlitteratur.
- Bång, M. (u.å.). *Självkänsla*. <http://www.umo.se/jag/sjalvkansla/> (hämtat 23.1.2013)
- Carlsson, B. (1995). *Kvalitativa forskningsmetoder för medicin och beteendevetenskap*. Falköping: Almqvist&Wiksell Förlag AB.
- Champion, H., Furnham, A. (1999). *The Effect of the Media on Body Satisfaction in Adolescent Girls*. *European Eating Disorders Review* 7, 213-228.
- Clay, D., Vignoles V., Dittmar, H. (2005) *Body image and self-esteem among adolescent girls: Testing the influence of sociocultural factors*. *Journal of Research on Adolescence* 15, 451-477.
- Cullberg Weston, M. (2005). *Ditt inte centrum*. Litauen: Natur och Kultur.
- Eco, U. (2002). *Om skönhet*. Köping: Brombergs Bokförlag AB.
- Engeln-Maddox, R. (2006). *Buying a beauty standard or dreaming of a new life? Expectations associated with media ideals*. *Psychology of Women Quarterly* 30, 258-266.
- Etcoff, N & Orbach, S. (2004). *The Real Truth About Beauty: A Global Report*.
- Evenshaug, O & Hellen, D. (2001). *Barn- och ungdomspsykologi*. Lund: Studentlitteratur.
- Ganetz, H&Lövgren, K. (1991). *Om unga kvinnor*. Lund: Studentlitteratur.
- Gråberg, I. (2009). *Tonåringar*. Psykologiguiden 2013.
<http://www.psykologiguiden.se/www/pages/?ID=86&tonaring> (hämtat: 28.1.2013).
- Hedén, P. (1996). *Plastikkirurgiboken*. Stockholm: Silander&Fromholtz Förlags AB.

- Johansson, T. (2006). *Makeovermani. Om Dr Phil, platskirurgi och illusionen om det perfekta jaget*. Danmark: Natur och Kultur.
- Kvale, S & Brinkmann, S. (2009). *Den kvalitativa forskningsintervjun*. Lund: Studentlitteratur.
- Kyngäs, H. & Vanhanen, L. (1999). *Sisällön analyysi*. *Hoitotiede*, 11 (1), 3-12.
- Larsson, S. (1994). *Om kvalitetskriterier i kvalitativa studier*. Ingår i: Starrin, B. & Svensson, P-G. (Red.) *Kvalitativ metod och vetenskapsteori*. Lund: Studentlitteratur.
- Lehnert, G. (2000). *Modets historia under 1900-talet*. Viken: Bokförlaget Replik AB.
- Lindholm, M. (u.å.). *Ätstörningar*. <http://www.umo.se/att-ma-daligt/atstorningar/> (hämtat 13.2.2013)
- Meurling, B. (2003). *Varför flickor? Ideal, självbilder och ätstörningar*. Lund: Studentlitteratur.
- Mulvey, K & Richards, M. (2001). *Hundra år av mode*. Lund: Historiska media.
- Nationalencyklopedin (2013). *Ideal*. <http://www.ne.se/sok?q=ideal> (hämtat: 21.1.2013)
- Olsson, H & Sörensen, S. (2011). *Forskningsprocessen*. Stockholm: Lieber Ab.
- Tetzchner, S. (2005). *Utvecklingspsykologi Barn och ungdomsåren*. Danmark: Narayana Press.
- Trost, J. (2007). *Kvalitativa intervjuer*. Polen: Studentlitteratur.
- Törnblom, M. (2005). *Självkänsla nu!*. Stockholm: Bokförlaget Forum.
- Törnblom, M. (2006). *Mera självkänsla!*. Stockholm: Bokförlaget Forum.
- University of the West of England (2011). *Thirty percent of women would trade at least one year of their life to achieve their ideal body weight and shape, UK study finds*. ScienceDaily. <http://www.sciencedaily.com/releases/2011/04/110404110812.htm> (hämtat: 17.4.2013)
- Wikander, U & Manns, U. (2001). *Det evigt kvinnliga*. Lund: Studentlitteratur.

Jag heter Heidi Staffans och studerar till Estenom vid Yrkeshögskolan Novia. För tillfället skriver jag mitt examensarbete som handlar om unga flickors upplevelser av dagens skönhetsideal samt hur de påverkas av skönhetsidealet.

Därför vill jag intervjua 4-5 flickor för att ta reda på deras upplevelser kring ämnet. Intervjuerna görs enskilt och bandas in endast för mitt eget bruk; informationen behandlas med andra ord konfidentiellt. Eleverna är självklart anonyma och kommer inte på något sätt att kunna identifieras i resultatet av studien. Intervjun beräknas ta 0,5-1 h. Intervjuguiden bifogas så Ni samt Ert barn kan bekanta er vid frågorna.

Jag vill be om Er tillåtelse att Ert barn deltar i intervjun.
Ta gärna kontakt med mig om ni undrar över något!

Med vänliga hälsningar,

Heidi Staffans

*Heidi Staffans
Långviksgatan 35 B1
65100 Vasa*

Tel. 045-2658618

heidi.staffans@novia.fi

Elevens namn: _____

Får delta i denna intervju

Får **inte** delta i denna intervju

Målsmans underskrift: _____

TEMA 1: OM SKÖNHETSIDEAL

1. När känner du dig vacker?
2. Vad betyder ordet skönhet för dig?
3. Vad tänker du på när du hör ordet ideal?
4. Hur ser dagens skönhetsideal ut? (Hur det förväntas att man ska se ut)
→ Nämn en person som motsvarar detta ideal?
5. Har du ett eget skönhetsideal? Hur ser det ut i så fall?
→ Nämn en person som motsvarar detta ideal?
6. Har ditt skönhetsideal förändrats under högstadietiden? Hur?

TEMA 2: OM SKÖNHETSIDEALET PÅVERKAN

7. På vilket sätt blir du påverkad av skönhetsidealet?
8. Hur får dagens skönhetsideal dig att känna? Varför?
9. Försöker du se ut som skönhetsidealet? Varför? (Eventuell följdfråga: jämför du dig med skönhetsidealet?)
10. Hur viktigt är det att se ut som skönhetsidealet?
11. Tänker du mycket på ditt utseende? Varför?
→ Är du nöjd med dig själv och ditt utseende? Varför/varför inte?

TEMA 3: TONÅR OCH SJÄLVKÄNSLA

12. Hur har din tid som tonåring varit?
13. Kan du förklara vad ordet självkänsla betyder?
14. Hur har din självkänsla varit under tonåren?