



Idrott och Hälsa

**- En studie om hur elever känner sig inne i
omklädningsrummet.**

Sport and Health

- A study of how students feel inside the locker room.

Faik Kocak

GYMNASTIK- OCH IDROTTSHÖGSKOLAN

Självständigt arbete på grundnivå 15 hp, 130 2011

Studiegång Idrott, fritidskultur och hälsa (6-9) Ht - 2011

Handledare: Marita Löfgren Harringe

Examinator: Kajsa Jerlinder

Sammanfattning

Syftet med studien var att ta reda på vad eleverna upplever och känner inne i ett omklädningsrum i samband med idrottslektionen.

Frågeställningar

- Hur upplever eleverna tiden i omklädningsrummet före och efter en idrottslektion?
- Är omklädningsrummet en plats där eleverna känner sig trygga?
- Vad finns det för skillnader mellan pojkars och flickors upplevelser i omklädningsrummen?

Metod

Studien genomfördes på en skola söder om Stockholm. En enkät delades ut till eleverna i en klass i respektive årskurs 7,8 och 9. Resultaten presenterades i form av diagram och pojkars och flickors svar jämfördes.

Resultat

Undersökningen visar att en stor mängd av eleverna alltid är trygga i omklädningsrummet däremot visar resultatet även att det finns elever som alltid är otrygga vilket är ett allvarligt problem som behöver belysas. I resultatet kan man även se att det finns elever som tycker att det alltid är jobbigt att vara naken i samband med duschandet i omklädningsrummet.

Slutsats

Jag anser att det är viktigt att forska vidare inom ämnet som jag valt för att belysa problemen som uppstår i omklädningsrummen för lärare och skolor. I läroplanen kan man läsa att mobbning inte får förekomma men det sker ändå.

Nyckelord: Genus, habitus, trygghet, dusch, mobbning.

Innehållsförteckning

Innehåll

Sammanfattning	2
Frågeställningar	2
Innehållsförteckning	3
1 Inledning.....	4
2 Bakgrund	4
2.1 Tidigare studentundersökningar kring ämnet.....	9
2.2 Syfte	11
2.3 Frågeställningar	11
2.4 Teoretiska perspektiv	11
2.5 Metod	12
2.6 Urval.....	12
2.7 Genomförande.....	13
2.8 Forskningsetiska principer	13
3 Resultat.....	14
4 Diskussion	19
4.1 Metoddiskussion.....	21
4.2 Slutsats	22
5 Käll- och litteraturförteckning.....	23
Bilaga	25

1 Inledning

Idrottsämnet är unikt i sig och det som skiljer sig mest från andra ämnen är att man som elev förväntas att byta om och duscha med andra elever. Det är inte alltid frid och fröjd i ett omklädningsrum. Skolans främsta uppgifter är att skapa en bra miljö där alla elever kan känna sig trygga. Mobbning, kränkning och dålig självkänsla förekommer bland elever i flera skolor och detta märks framför allt i omklädningsrummen Slättberg, Johan (2010). Slättberg nämner i sin artikel "Dusch och exponering får inte bli ett hinder" att exponeringen av den perfekta manliga och kvinnliga kroppen och förebilderna på TV sätter en press på oss och gör det inte lättare för oss att känna att vi är nöjda med hur vi ser ut eller vad vi har på oss. Slättberg hävdar i sin artikel att redan i de tidiga åren kan man se att barn inte vill delta i idrotten på grund av exponeringen av felfritt utrustade människor i media. Vi måste stenhårt arbeta med att skapa en miljö i omklädningsrummet som känns trygg för alla.

2 Bakgrund

Under detta kapitel har jag tagit upp den bakgrund som jag tycker är relevant för studien med tillhörande begrepp. I bakgrunden finns också läroplanen Lpo94 samt vad skolans uppdrag är.

Skolväsendet vilar på demokratins grund, Skollagen (2010:800) slår fast att syftet med utbildningen inom skolväsendet är att elever ska inhämta och utveckla kunskaper. Den ska även främja alla elevers utveckling och lärande till en livslång lust att lära.

Skolan ska ge kunskap om demokrati och en värdegrund, skolan ska verka för demokratiska arbetsformer liksom förmedla, förankra och gestalta demokratiska värden och motverka alla former av kränkande behandling (LPO 94). I Lpo94 står det att skolan ska sträva efter att vara en levande social miljö som bidrar till elevers trygghet (LPO 94).

Enligt Gunnar Höistad är definitionen av mobbning

”när en eller flera personer upprepade gånger, under en längre tid utsätter en eller flera individer för medvetna aktiva destruktiva handlingar och/eller uteslutning”.(Höistad 2001:73).

Det är viktigt att förstå att händelser som bara inträffar en gång, även om de är obehagliga inte är mobbning. Mobbning består av en viss systematik i händelserna, handlingarna ska vara riktade mot en speciell person och förekomma flera gånger under en viss tidsperiod (Höistad, 2001). Mobbningen mellan könen skiljer sig åt. Pojkars mobbning brukar oftast vara lättare att upptäcka då den är tydligare och mer högljudd än flickornas. Mobbningen från pojkarnas sida är oftare utåtriktad, verbal och fysisk. Det handlar om att man trakasserar någon inför de andra, man kritiserar någon annans kläder och kommenterar angående vikt och utseende. Den fysiska mobbningen bland pojkarna består av knuffar, trycker in någon mot väggen eller håller för dörren. Eftersom pojkarnas mobbning är tydligare att upptäcka är alltså flickornas mobbning betydligt svårare att upptäcka. Det förekommer att flickor tar alltmer efter pojkarnas sätt att mobba, att de börjar slåss och även att deras verbala mobbning liknar pojkarnas. Det är vanligare att flickor mobbar på ett sätt som inte syns så tydligt, den tysta mobbningen är oftast en typisk flickmobbning. Deras mobbning är mer personlig och känslan att man inte duger kan vara en tillräcklig drivkraft för att få en att hämnas på dem som är duktiga och lyckas. Typisk flickmobbning kan vara att man sprider rykten om någon annan eller att man anmärker på kläder och frisyrer. (Höistad, 2001) I omklädningsrummet kan det hända mycket saker som inte lärare har en uppfattning om. Det är en miljö där både mobbare och offer möts i ett rum utan närvaro av någon lärare, inte nog med det så skall man också klä av sig. Gunnar Höistad (2001) hävdar att det är allt vanligare att slag med våta handdukar, tvångsduschning, kläder som göms och kränkande kommentarer om hur man ser ut förekommer just speciellt i omklädningsrummen. Höistad föreslår att i de lägre klasserna borde omklädningsrummen ingå i rastvaktandet och att man gör regelbundna spontanbesök bland de äldre elevernas omklädningsrum för förhindra att någon blir utsatt.

Gruppträck tas upp i Lalander & Johanssons bok (2007). Gruppträck är något som uppstår när en grupp av människor möts för första gången och börjar rangordna varandra. Gruppens nya medlemmar får nya roller och med det nya identiteter. I gruppen påverkas man av de andra

medlemmarna och för att inte verka vara en sårbar medlem gör man saker man inte kanske hade gjort om man inte kände en press från gruppens andra medlemmar. Man testar sina gränser och provar på saker för att kunna hitta sin nya identitet i den nya gruppen och för att kunna bli accepterad. Det är en ständig kamp om att hitta sin nya roll i gruppen för att kunna känna sig trygg och få bekräftelse från gruppen (Lalander & Johansson, 2007)

Det går inte att ta miste på vår tids intresse för kropp och utseende. I television, film, reklam och press exponeras bilder och av vältränade, slanka och sexuellt utmanande människokroppar. Enligt Engström (2002) finns det flera förhållanden som medverkar till att ge vår kropp en viktig plats i vårt samhällsliv. Befolkningsmässiga förändringar, framväxten av en konsumtionskultur samt nya samhällsgrupperingar är några skäl som framförs. Även vetenskapen medverkar till att sätta kroppen i centrum. Det akademiska intresset för kroppen såsom samhällsvetenskaplig och humanistisk forskning bidrar till att kroppen synliggörs och blir ett ämne som det talas om offentligt (Engström, 2002). Dagens syn på människokroppen har en större roll i dagens samhälle och skiljer sig från synen på kroppen från tidigare sekel. Intresset för dagens kropp har delats in i både människans yttre och inre, vi ser våra kroppar som påverkbara. I dagens samhälle har vi fler ideal och bilder av hur kvinnors och mäns kroppar ska se ut. I den yttre imagen och dess inre själ i kroppen uppkommer en identitet. Med identitet menas då ens egen uppfattning om sig själv och en uppfattning om hur andra människor ser på en. Uppfattningen om att kroppen återger människans inre är ingen ny tanke. Filosofer som Descartes och Platon diskuterade relationen mellan kropp och själ (Engström, 2002).

I en undersökning gjord i England av Scraton (1995) tar författaren upp vilken betydelse puberteten har för elever både fysiskt och psykiskt i samband med skolidrotten. Idrott och hälsa har en viktig uppgift som är att stärka elevernas självförtroende, bygga upp elevernas självsäkerhet och få dem trygga i sin egen kropp. Flickorna kommer i puberteten mellan 9-13 årsåldern och pojkarna två år senare. Det är just då eleverna, enligt Scraton (1995), tappar fokus för skolan och istället blir vänner, skaffar sig nya hobbies och andra saker mer intressant i livet än just skolan. Utseendet blir allt viktigare och man börjar uppmärksamma hur de andra ser ut. Pojkarna vill i regel lägga på sig muskler och bli ”kraftigare eller ”biffigare” i motsats till flickorna som vill bli smalare.

Visst finns det killar som drabbas av anorexi men det är inte så vanligt. Killarna har ett annat beteende i omklädningsrummet än tjejer, de kommenterar öppet sina egna och andras kroppar medan tjejerna istället bedömer varandra i tysthet (Brännberg, 2002).

Enligt Blume, Lundström och Sigling (2002) debuterar självsvalt mellan 15 år och 20 år, men kan även ske senare. Redan på medeltiden kunde man se att nunnor upplevde svälten som en dygd. Genom att inte äta visade nunnorna att de hade kontroll över sin kropp och kunde avstå från livets goda. Men diagnosen anorexia ställdes dock först på 1870- talet i England och klassades som en psykisk sjukdom (Ibid.) I boken ”Psykiatrins ABC” berättas det om en 16 årig flicka som trodde att hon skulle bli lyckligare ju smalare hon blev. Hon gick ner några kilon men hon blev inte lyckligare. Hon fortsatte att gå ner några kilon till men det hjälpte inte heller. Flickan gav upp tanken om att bli lycklig, men visste nu att hon kunde kontrollera sin egen kropp. Allt detta på grund av att smala tjejer var lyckliga på TV och i tidningar (Ibid.). Enligt Engström (2002) har media ett budskap som talar om att man själv skapar sitt eget utseende. I tidningarna och på TV kan man läsa ”Du bestämmer själv!”, vilket förmedlar att man själv har valt att se ut så som man gör. Vi ser mer och mer avklädda kroppar där den manliga kroppen exponeras, unga män som poserar med bar överkropp, utan hårväxt och med magrutor. Detta påverkar oss och har blivit ett ideal för dagens män. För unga kvinnor är eftersträvan att ha en smal och tränad kropp, idealet är att man aldrig kan vara för smal. I reklam för kläder visas ofta delvis avklädda kroppar, där numera även den manliga exponeras (Engström, 2002).

Att övervikt och fetma i dagsläget betraktas som ett växande samhällsproblem känner nog de flesta människor till. Media, läkare och andra experter håller oss informerade om överviktsproblematiken. Man har lagt stora resurser på information och olika åtgärder för att kunna arbeta mot förekomst av övervikt i befolkningen. Poängen från hälsofronten är att vi behöver bli smalare för hälsans skull samtidigt som dagens skönhetsideal säger annat. Bilden av den perfekta smala kroppen finns i överflöd på tv, reklamaffischer och tidningsomslag. Därmed serveras vi bland annat av massa artiklar och program som talar om hur vi skall äta och träna för att kunna se ut som det eftersträvande idealet exempelvis som kändisarna (Eriksson., 2005:10). Enligt Eriksson (2005) kan man stärka sin självkänsla och må bra, inte falla för medias budskap. Om man är stark och trygg i sig själv blir man inte lika känslig för bilder och budskap om hur man ska vara och se ut. Budskap som annars kan påverka dig lätt

om du inte är trygg och säker med dig själv. I takt med att man blir säkrare i sig själv får kroppshysterin i omvärlden allt mindre betydelse. Ens egen inställning till hur och vad man tänker påverkar en själv i allt mer utsträckning, mer än vad man egentligen tror.

Genom att stärka sin egen självkänsla och lära sig tänka mer positiva och snälla tankar om sig själv stärker man sin självkänsla. ”Den viktigaste relationen du kommer att ha under din livstid är den du har med dig själv” (Eriksson., 2005:142).

Ordet ”stress” förknippas oftast med något negativt så som jäkt, tidsbrist och bekymmer. Författaren Almvärn (2001) skriver i boken *Idrott & Hälsa* om positiv och negativ stress. Författaren klargör att olika sorters påfrestningar leder till stress, det handlar om miljön som kan vara svår att hantera på grund av ljudnivån, tidbrist och ibland kan stressen komma inifrån på grund av att individen ställer för stora krav på sig själv. Att hamna i konflikt med andra människor är också bland de vanliga orsakerna till stress. Författaren delar upp stress i positiv och negativ stress. Starka positiva upplevelser är också ledande till stress men det är positiv stress. Däremot är upplevelser som vi tycker är obehagliga negativ stress. En av stressens omedelbara följder är känslotörningar, rädsla, ångest vrede, skam- och skuld känslor är vanliga exempel. De känslomässiga reaktionerna av stress är olika vid positiv stress och negativ stress. Negativ stress är förknippad med känslor av olust vilket är farligt för hälsan däremot är positiv stress förknippad med glädje av och lust nyttig för hälsan. Alla starka intryck på människan är stressande och enda gången människan är fri från stress är då människan känner sig helt likgiltiga till vad som sker eller när man befinner sig i avslappning och vila (Almvärn, 2001).

O’Donovan & Kirk (2007) hävdar att studier kring omklädningsrummets påverkan på elever och lärares upplevelse av ämnet har oftast inte belysts. De menar på att det är nödvändigt med fortsatt forskning kring hur lärare bättre kan hantera situationen i omklädningsrummet för att minimera den negativa påverkan som ombytet har. Omklädningsrummet är oundvikligt inför idrottslektionerna. Eleverna går igenom rummet innan de kommer ut till idrottslektionerna. Under tiden i rummet kan det uppstå många tillfällen där det förekommer mobbning och gruppbildningar (Donovan och Kirk 2007).

I den Nationella utvärderingen av grundskolan 2003 (NU-03) som har initierats av Skolverket för att kunna ge en bild av grundskolans utveckling under 1990-talet kan man ta del av mer fördjupad ämnesrapportering för ämnet Idrott och Hälsa. I rapporten om lärmiljön kan man se att intresset för ämnet är enligt både elever och lärare mycket stort även i jämförelse med övriga ämnen i grundskolan. En stor del av eleverna har lust att lära mer i ämnet och tycker att ämnet är nyttigt. Hälften av eleverna i studien och en hög andel av lärarna anser att varje lektion har en trevlig och positiv stämning medan endast var tionde elev och tre procent av lärarna tycker att varje lektion har dålig ordning. Man har även i studien använt sig av elevernas föräldrar som fått bedöma alla skolämnen om hur viktiga de är för barnets utveckling och lärande. Idrott och hälsa bedömdes av föräldrarna till det femte viktigaste ämnet för barnets lärande, vilket ger en positiv bild av ämnet i studien. Men trots det positiva förhållningssätten till ämnet är idrott och hälsa inget problemfritt ämne. I studien tar man upp Genus som en faktor och här kan man se att studien visar på att pojkar oftare är mer aktiva än flickor under lektionerna. Några procent av eleverna uppger att de aldrig är med i undervisningen och fyra procent att de sällan är med. Det intressanta här är att 17 procent av pojkarna och 10 procent av flickorna uppger i studien att de inte vill byta om tillsammans med andra. Den gruppen har ökat sedan NU-92. Över hälften av eleverna som inte når målen i Idrott och Hälsa uppger att det stämmer eller att det ibland stämmer att de inte vill byta om med andra jämfört med att var fjärde elev med betyget Mycket väl godkänd uppger det. Med andra ord är det en stor grupp av elever som får en negativ start på lektionen redan i omklädningsrummet. Det finns även en mindre grupp av elever som uppger att ämnet idrott och hälsa påverkar dem negativt. Ungefär sex procent av flickorna uppger i studien att ämnet har bidragit till minskat självförtroende eller en mindre positiv syn på ens kropp vilket är dubbelt så hög andel som pojkarna (NU-03 Skolverket).

2.1 Tidigare studentundersökningar kring ämnet

Hanna Forsmark (2010) har gjort en undersökning om vad eleverna känner inför att befinna sig inne i omklädningsrummet. Forsmarks (2010) syfte med studien var att undersöka om det fanns någon oro hos eleverna med att befinna sig i omklädningsrummet i samband med idrottslektionerna. Forsmark (2010) gjorde en enkätundersökning hos elever i 10-12 år åldern om vad för känslor elever har inför situationer i slutna rum. Resultatet i studien visade att majoriteten av eleverna kände sig bekväma i omklädningsrummet vilket var positivt men dock fanns det elever som svarade att de tyckte att det var obekvämt. Resultatet som

Forsmark (2010) fann är således oroväckande där skolans ansvar är att se till att alla elever känner sig trygga i skolan.

Ett examensarbete skrivet av två studenter (André Mattsson & Fredrik Rosqvist, 2010) på Högskolan i Halmstad handlar om varför elever inte byter om. Studien handlade om elevers egna förklaringar till varför de inte byter om och deras egna lärares syn på det. Studien togs fram genom intervjuer av pojkar och flickor i årskurs 7-9 och lärare idrott och hälsa för grundskolans senare år. I en del av resultatet kunde man via intervjuerna se att många elever inte ville byta om på grund av snuskiga duschar, att lokalerna var för små och även att de var för få duschar. Det var en elev i intervjun som angav att omklädningsrummet var för litet och därmed ville eleven inte byta om. Resultatet i Mattsson och Rosqvists (2010) studie visar på att omklädningsrummet var en av de stora faktorerna som hade betydelse för att eleverna inte ville byta om.

Jane Alexandersson (2010) har gjort en studie om hur ämnet idrott och hälsas syfte och innehåll upplevs av eleverna. Studien var baserad på kvalitativa intervjuer där 9 elever i årskurs 9 från en landsortsskola deltog. Resultatet som Alexandersson (2010) kom fram till var att elevernas uppfattning om ämnets syfte är att främja folkhälsa och att ge en social fostran med ett rörelseavbrott i skolschemat. Eleverna hade idrottsämnet två gånger i veckan på schemat, 55 minuter vid varje tillfälle, vilket upplevdes vara lagom av eleverna. Det intressanta med den här undersökningen var att Alexandersson (2010) tar upp problemet om att tiden efter idrottslektionen är för knapp för eleverna. Däremot var det ingen av eleverna som tog upp i undersökningen att det var problem att komma i tid till idrottslektionen men däremot upplevde eleverna att det var stressigt efter idrottslektionen att hinna till nästa lektion. Man skulle enligt eleverna hinna duscha och byta om på tio minuter. En av eleverna sa: ”Och sen är det ju med det att ibland när man ska duscha så blir det att man kommer för sent till lektionen fem till tio minuter varje gång ju”. Det kan påverka elevernas inställning till ämnet då de eventuellt börjar koppla ihop idrottsämnet med stress.

2.2 Syfte

Syftet med studien är att ta reda på vad eleverna upplever och känner inne i ett omklädningsrum i samband med idrottslektionen.

2.3 Frågeställningar

- Hur upplever eleverna tiden i omklädningsrummet före och efter en idrottslektion?
- Är omklädningsrummet en plats där eleverna känner sig trygga?
- Vad finns det för skillnader mellan pojkars och flickors upplevelser i omklädningsrummen?

2.4 Teoretiska perspektiv

Engström (2002) förtydligar sociologen Pierre Bourdieus habitus begrepp som reglerar människans val. Habitus är det system som finns i människans kropp och sinne, som bygger på individens insamlade sociala erfarenheter. Det styr individens vanor, tänkande, handlade och uppfattningar om sin omvärld. Skapandet av habitus är som mest formbar och mottaglig vid barndomen, den insamlade erfarenheten är som en ryggsäck och förblir en kompass för individen genom livet. Människor i sig är alla olika och har olika åsikter om olika saker, vilket betyder att människan är styrd av sitt habitus och dessa beteenden kommer från människans tidigare erfarenheter och är djupt rotade i individen från barndomen. Habitus ger individen ett bestämt spelrum i hanteringen av situationer som dyker upp i livet. Habitus står som grund för människans sätt att värdera (Bourdieu & Passeron, 2008:19). Engström (2002) förtydligar även att habitus kan avläsas på en gruppnivå eller klassnivå, vilket kan vara att pojkar och flickor får olika habitus beroende på hur samhällets normer och förväntningar påverkar dem. Engström (2002) tydliggör att habitus är ett system som skapar och bedömer handlingar och beteenden hos människan. Dessa två färdigheter skapar tillsammans habitus och blir resultatet av en individs sätt att leva sitt liv. (Engström, 2002). Jag menar att samhällets syn på kroppen och genus kan påverka elever på olika sätt. De faktorer som påverkar barns utveckling av sin självbild nämns samt mobbning och stress kan förekomma i

samband med ombytet till idrottslektionen. Eleverna har olika habitus med sig in i skolans värld vilken jag tror påverkar deras beteenden och inställningar till nakenhet i omklädningsrummet vilket leder till att de inte duschar.

2.5 Metod

Hartman hänvisar till enkätundersökningar som effektiva då man vill ha ett högt deltagande och stora urvalsgrupper (Hartman, 2004). Hartman förtydligar även att kvantitativa undersökningar bygger på att undersöka hur mycket det finns av en eller några specifika värden. Jag har valt att använda mig av en enkätundersökning för min datainsamling. Jag valde att göra en enkätundersökning för att jag hade avsikt att göra mätningar på hur elever upplevde miljön i omklädningsrummet.

2.6 Urval

Jag valde även att samla in data genom en enkätundersökning för att jag riktade in mig på årskurs 7, 8 och 9 och ville ha ett högt deltagande. Jag valde årskurs 7, 8 och 9 just för att jag studerar till idrottslärare för de senare åren i grundskolan. Från början tänkte jag först göra en undersökning på bara årskurs 7 men jag kom fram till att det skulle vara för få elever för min undersökning och därmed bestämde jag mig för att bredda mig. Undersökningen gjordes på min VFU skola. I min enkätundersökning var det totalt 147 elever som deltog och svarade på enkäten. Varav 75 av eleverna var pojkar och 72 var flickor. Det blev fyra bortfall då tre av eleverna var tvungna att gå på möte och en avstod att delta i undersökningen.

2.7 Genomförande

Jag började med att skriva en enkät bestående av 10 frågor med bestämda svarsalternativ (bilaga 1). När jag blev klar med min enkät som rör elevernas upplevelse inne i omklädningsrummet gjorde jag även ett informationsbrev som var riktat till föräldrarna i förhållande till de forskningsetiska frågorna i mitt arbete. Det framgår både av enkäten och i informationsbrevet att elever som medverkar i undersökningen kommer att behandlas konfidentiellt, inga namn eller personnummer förekommer och svaren kommer inte att kunna spåras till vem som svarat vad. Deltagande i studien är frivilligt och deltagaren kan när som helst välja att avbryta sitt deltagande. Den som fyller i enkäten kommer att vara anonym och svaren kommer endast vara till hjälp för min uppsats. Jag åkte till min VFU skola och träffade skolans rektor. Jag förklarade för rektorn vad min uppsats handlade om och visade rektorn både enkäten och informationsbrevet. Det var grönt från rektorns sida att jag gick ut i klasserna för att börja min undersökning. Rektor förklarade att skolan hade ett projekt som kallades för Huset där liknande frågor om trygghet för eleverna ägt rum tidigare. I och med det behövdes inte informationsbrevet skickas ut till föräldrarna. När jag väl gick ut till klasserna valde jag att förklara vad min undersökning handlade om och jag tryckte hårt på att enkätundersökningen var anonym, frivilligt och var endast till hjälp för min uppsats. Jag deltog vid tillfället då eleverna fyllde i enkäterna för att kunna svara på frågor och undvika missförstånd.

2.8 Forskningsetiska principer

I min undersökning kommer jag inte att namnge skolan eftersom det inte är relevant för resultatet i min undersökning. Eftersom jag valt att jag göra en enkätundersökning som rör omklädningsrummet i samband med idrottslektionerna finns det frågor som behandlar nakenhet och andra frågor som kan upplevas som känsligt av elever så har jag valt att göra en enkätundersökning som är anonym där namn inte behöver anges i enkäten.

Vetenskapsrådet (2007) skriver att för att man ska kunna utlova anonymitet i en enkätundersökning krävs det att namn och uppgifter som skulle kunna leda till individen inte finns med. I min undersökning är det inte viktigt för mig att veta något om den enskilda individen då jag endast är intresserad av individens inställning till en viss fråga. Enligt

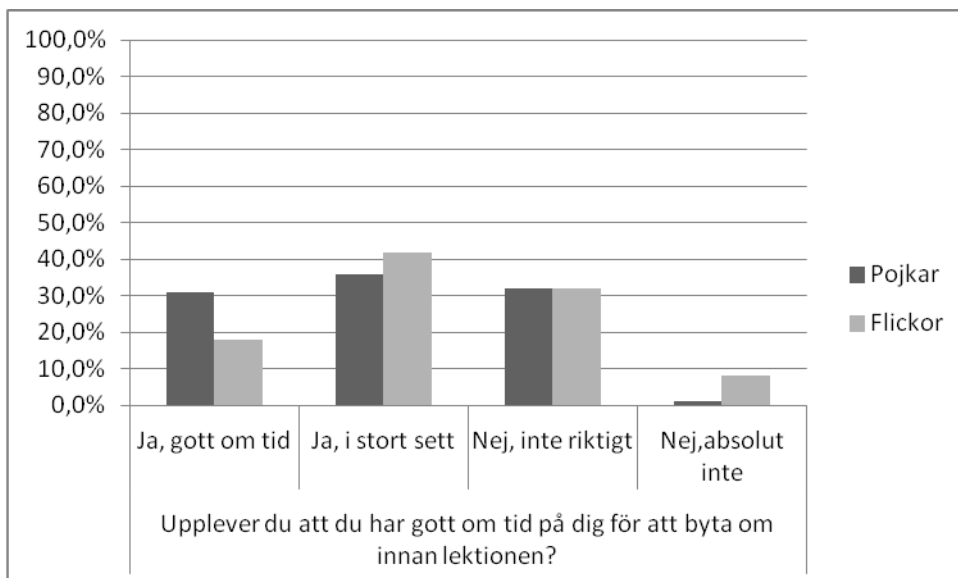
(Vetenskapsrådet, 2007) är det även viktigt att forskare tar till åtgärder för att säkra individens konfidentialitet vilket innebär att man skyddar individens integritet.

3 Resultat

Detta avsnitt redovisas resultatet av min enkätundersökning. I min enkätundersökning var det totalt 147 elever som deltog, varav 75 av eleverna var pojkar och 72 var flickor. Jag kommer med hjälp av figurer visa resultatet av de frågor som jag tycker är viktiga och relevanta för min undersökning. För att kunna jämföra pojkarnas och flickornas svar så presenteras data i procent av totalt antal pojkar respektive flickor.

Upplever du att du har gott om tid på dig för att byta om innan lektionen?

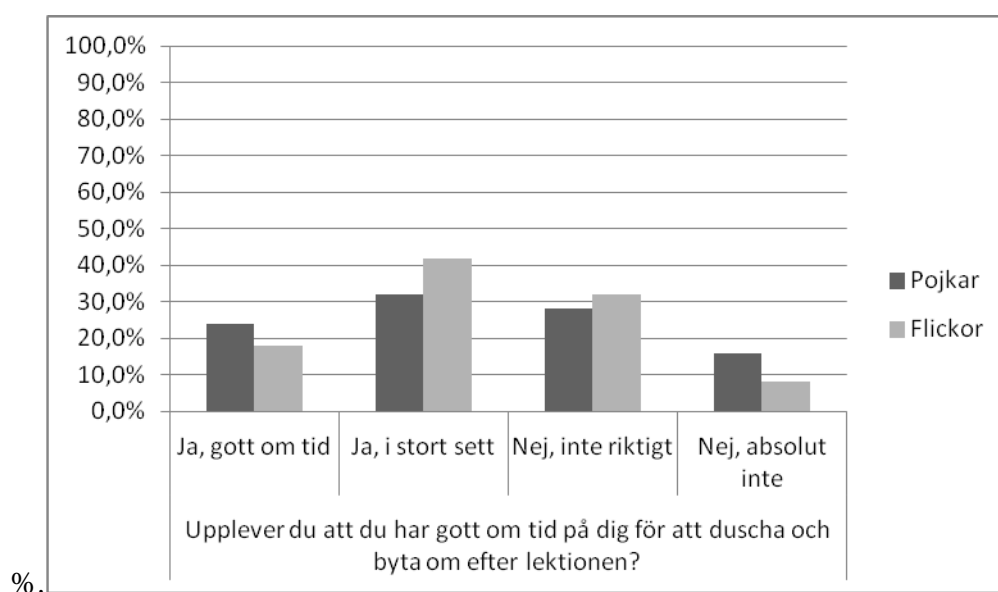
I figuren nedan kan vi se att 31 % pojkarna svarat att de hade gott om tid jämfört med 18 % flickorna. Det var 8 % av flickorna som svarade ”Nej, absolut inte” på frågan jämfört med pojkarnas 1 % som upplevde att tiden var för kort för att byta om.



Figur 1. Upplever eleverna att de har gott om tid på sig för att byta om innan idrottslektionen. Figuren visar uppdelning mellan pojkar och flickor. N=147

Upplever du att du har gott om tid på dig för att byta om och duscha efter lektionen?

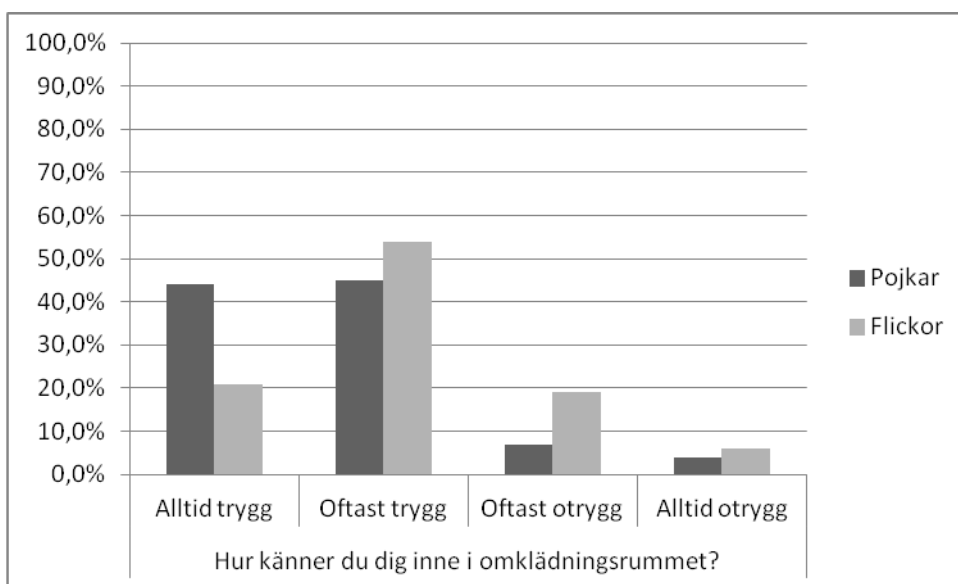
I figuren nedan kan man se att 42 % av flickorna svarat ”Ja, i stort sett” jämfört med pojkarnas 32 % vilket är 10 % mindre. I samma fråga tyckte 16 % av pojkarna att tiden var för kort jämfört med flickornas 8



Figur 2. *Upplever eleverna att de har gott om tid på sig för att byta om och duscha efter lektionen. Figuren visar uppdelning mellan pojkar och flickor. N=147*

Hur känner du dig inne i omklädningsrummet?

I figuren nedan kan vi se att 44 % av pojkarna kände sig ”alltid trygga” inne i omklädningsrummet, 21 % av flickorna kände samma sak. 7 % av pojkarna svarade att de kände sig ”oftast otrygga” och 19 % av flickorna kände samma sak. Det syns även i figuren nedan att det faktiskt finns elever som alltid är otrygga inne i omklädningsrummet, 4 % av pojkarna och 6 % av flickorna är alltid otrygga.

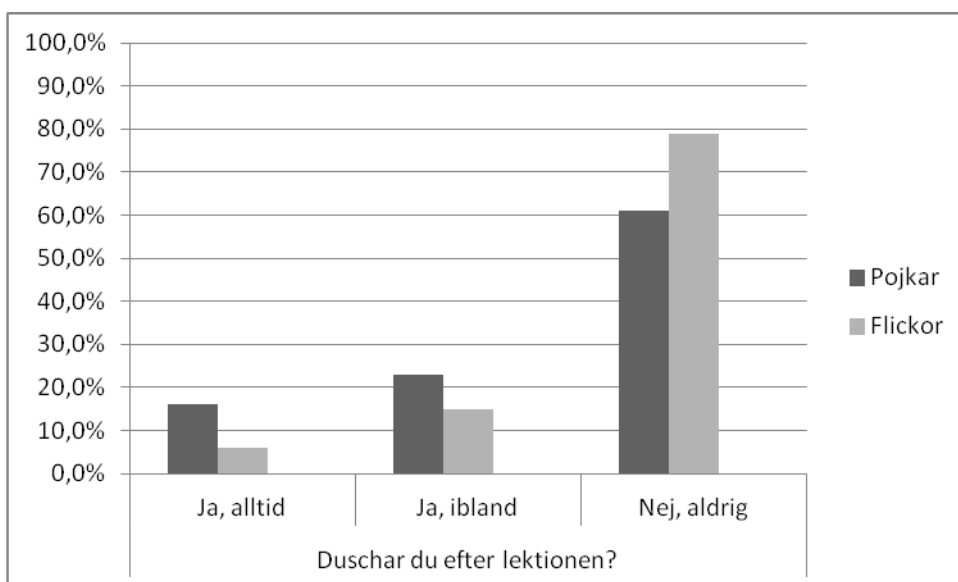


Figur 3. Hur känner sig eleverna inne i omklädningsrummet.

Figuren visar uppdelning mellan pojkar och flickor. N=147

Duschar du efter lektionen?

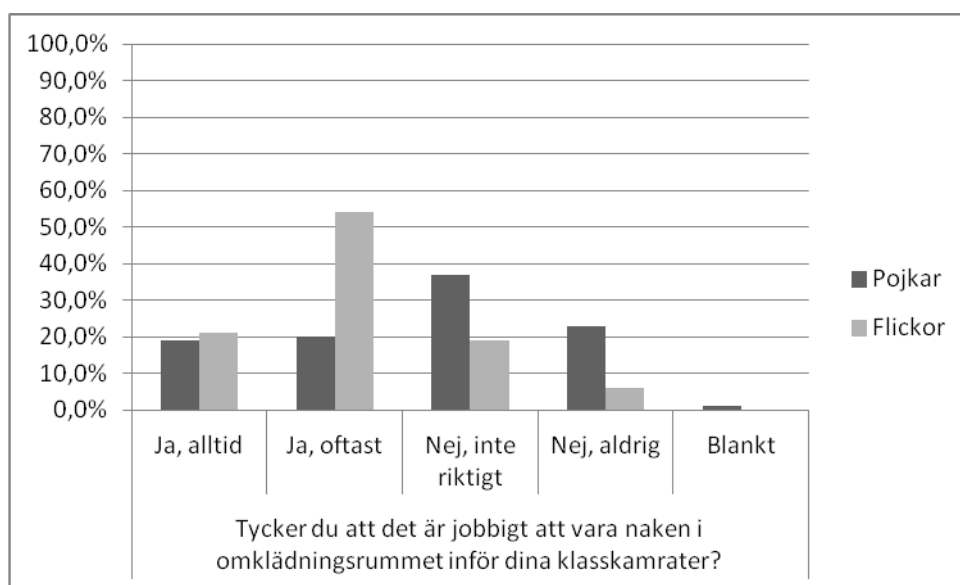
16 % procent av pojkarna duschade alltid efter lektionen respektive 6 % av flickorna. Det var 79 % av flickorna som aldrig duschade efter lektionen och 61 % av pojkarna.



Figur 4. Duschar eleverna efter lektionen. Figuren visar uppdelning mellan pojkar och flickor. N=147

Tycker du att det är jobbigt att vara naken i omklädningsrummet inför dina klasskamrater?

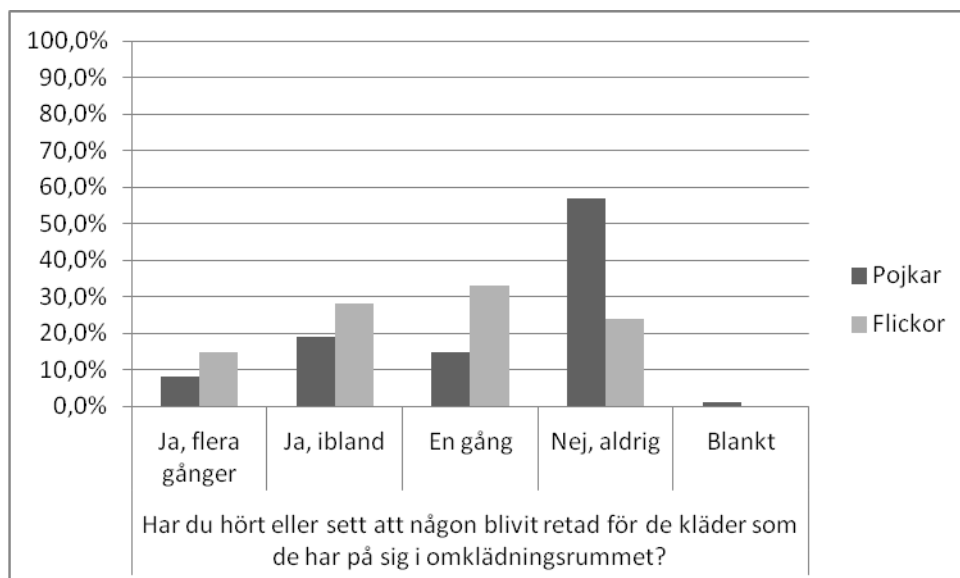
Här var det 19 % av pojkarna och 21 % av flickorna som tyckte att det alltid var jobbigt att vara naken inför skolkamraterna i omklädningsrummet. Det är ingen stor skillnad mellan könen där det bara skiljer sig med 2 % men av de som tyckte att det oftast var jobbigt är skillnaderna mellan könen betydligt större då 20 % av pojkarna kände att det oftast var jobbigt jämfört med flickornas hela 54 %.



Figur 5. Om eleverna tycker att det är jobbigt att vara naken inför sina klasskamrater när de skall duscha. Figuren visar uppdelning mellan pojkar och flickor. $N=147$

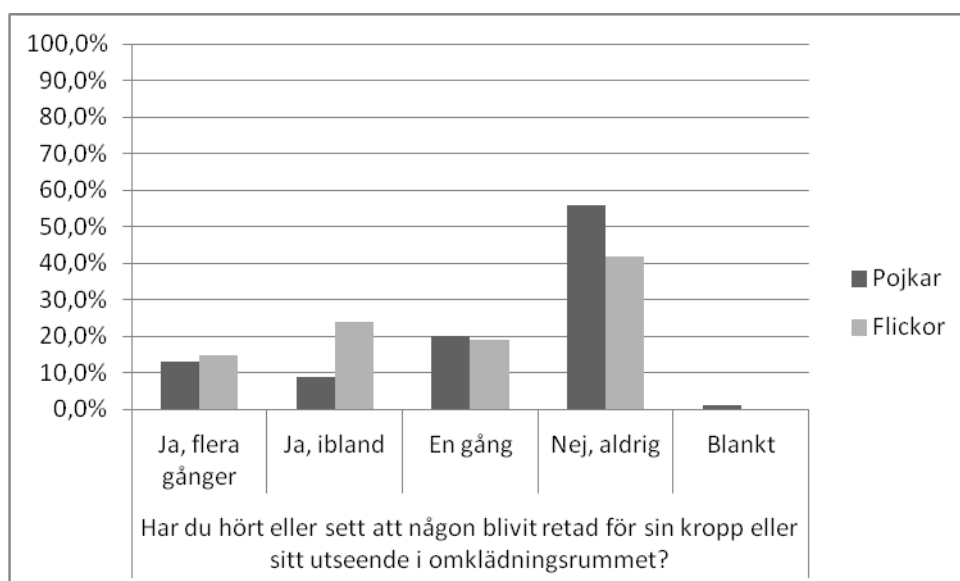
Har du hört eller sett att någon blivit retad för de kläder som de har på sig i omklädningsrummet?

I figuren nedan kan vi se att 8 % av pojkarna hade hört att någon blivit retad för sina kläder flera gånger jämfört med flickornas 15 %. Vi kan även se att det var 33 % av flickorna som hade hört någon bli retad endast en gång jämfört med pojkarnas 15 %. Det var 1 % av pojkarna som svara blankt på den frågan.



Figur 6. Om eleverna har hört eller sett att någon av deras kamrater blivit retad för sina kläder som de har på sig. Figuren visar uppdelning mellan pojkar och flickor. N=147

Har du hört eller sett att någon blivit retad för sin kropp eller sitt utseende i omklädningsrummet? Figuren nedan visar om eleverna hade sett någon kamrat blivit retad för sin kropp eller sitt utseende i omklädningsrummet. 13 % av pojkarna och 15 % av flickorna hade hört någon bli retad flera gånger för sitt utseende eller sin kropp. 20 % av pojkarna och 19 % flickorna hade hört någon bli retad för sin kropp eller sitt utseende endast en gång. Procent antalet skiljde sig inte mycket mellan könen endast 1 %. Pojkarna som svarat ”ja, ibland” var 9 % jämfört med flickornas 24 %.



Figur 7. Om eleverna har hört eller sett att någon av deras kamrater blivit retad för sin kropp eller sitt utseende. Figuren visar uppdelning mellan pojkar och flickor. N=147

4 Diskussion

I det här avsnittet kommer jag att diskutera resultatet utifrån den presenterade teorin kopplat till litteratur och tidigare forskning. Diskussionen presenteras i form av underrubriker för att göra det tydligare.

Tiden i omklädningsrummet före och efter idrottslektionen

Utifrån min egen erfarenhet känner jag till att elever klagar på att det är för kort tid från lektionen innan till idrottslektionen börjar och att tiden inte räcker till för att byta om. Jag har alltid haft elever som droppar in 1-5 minuter försent efter att lektionen har börjat, vilket alltid fått mig att fundera om tiden för att byta om är tillräcklig. Resultatet i den här studien visar motsatsen till det jag upplevt då majoriteten av eleverna upplevde att de hade tillräckligt med tid på sig för att byta om innan lektionen. Det positiva med resultatet kan vara att eleverna inte upplever någon stress då tiden är tillräcklig. Det är rimligt att jag inte reflekterar på samma sätt som eleverna för att det försvinner tid från min lektion när elever är sena.

Tiden efter idrottslektionen för att byta om och duscha visar i resultatet att majoriteten tycker att tiden är tillräcklig. 16 % av pojkarna och 8 % av flickorna tycker inte att tiden räcker. Eleverna som känner att tiden inte är tillräcklig kan uppleva stress (Figur 2). Alexandersson (2010) tar upp i sin studie om problemet att tiden efter idrottslektionen är för knapp för eleverna. Tidsproblemet efter lektionen kan få eleverna att känna sig stressade och det kan påverka elevernas inställning till idrottsämnet och de kan börja koppla ihop ämnet med stress. Almvärn (2001) klargör att olika sorters påfrestningar leder till stress och en av orsakerna kan vara tidbrist och att vara i jäkt hela tiden.

Det som får mig att fundera på resultatet av min studie är att majoriteten av eleverna har svarat att tiden är tillräcklig för att de skall kunna byta om och duscha efter lektionen men däremot har 61 % av pojkarna och 79 % av flickorna svarat att de aldrig duschar efter idrottslektionen (Figur 4). I resultatet om duschningen efter lektionen är det 16 % av pojkarna och bara 6 % av flickorna som har angett att de *alltid* duschar. En idrottslektion kräver oftast att man är fysiskt aktiv och rör på sig vilket resulterar i att man blir svettig och elever trots det hoppar över att duscha är orosväckande. Det kan bero på flera saker varför elever väljer att hoppa över duschen. Presterar eleverna sämre på idrottslektionerna för att just slippa byta om eller för att hoppa över duschen så att de inte blir svettiga och slipper duscha? Eller vågar

eleverna inte duscha för att de inte är trygga i omklädningsrummet? En annan orsak kan vara att eleverna just i den här åldern blir påverkade av varandra.

Trygghet

I Lpo94 står det att skolan ska sträva efter att vara en levande social miljö som bidrar till elevers trygghet (LPO 94). Från resultatet om eleverna kände sig trygga i omklädningsrummet var det hela 44 % av pojkarna och 21 % flickorna som *alltid* kände sig trygga. 44 % av pojkarna och 54 % av flickorna kände sig *oftast* trygga (Figur 3). Resultaten visar att det är fler som är trygga än otrygga, vilket är positivt. Det är oroväckande att det finns elever som alltid är otrygga. 4 % av pojkarna och 6 % av flickorna har angett att de *alltid känner sig otrygga*. Min studie visar inte motivet till varför eleverna känner sig trygga eller otrygga i omklädningsrummet men i studien kan man se att det faktiskt finns elever som uppger att de är otrygga och det är allvarligt nog. Skolan har som mål att vara en miljö som bidrar till elevers trygghet (LPO 94). Det är skolans ansvar att se till att *alla* elever känner sig trygga och skolan skall främja förståelse för andra människor. Ingen i skolan skall utsättas för diskriminering på grund av kön och etnisk tillhörighet som framgår i LPO 94 (LPO 94). I min fråga om eleverna hade hört någon blivit retad för sin kropp eller sitt utseende visade det sig att 13 % av pojkarna och 15 % av flickorna hade hört någon bli retad *flera gånger*. 20 % av pojkarna och 19 % av flickorna hade hört någon bli retad *en gång*. En av de bakomliggande faktorer till varför det finns elever som känner sig otrygga i omklädningsrummet kan faktiskt vara för att de finns elever som retar andra vilket leder till att någon annan blir ledsen och inte vill vistas i den miljön som träder fram. Det finns ingen lärare som hör eller ser det som uppkommer i omklädningsrummet. Däremot är lärare inte några poliser. Vem vet egentligen vad som sker i omklädningsrummet?

Jag ville även i min studie veta vad eleverna kände inför att vara naken i omklädningsrummet när de skulle duscha. Jag förväntade mig inte att skillnaderna mellan könen skulle vara stora. Resultatet visar dock att skillnaderna mellan könen här är höga, 19 % av pojkarna och 21 % av flickorna svarade att de kände att det *ja, alltid* (Figur 5). Det som skiljer mest är att 20 % av pojkarna och 54 % av flickorna svarade *ja, oftast*, en skillnad på 34 %. Det finns säkert många förklaringar till varför eleverna tycker att det är jobbigt. Det kan bero på samhällets och medias propaganda på hur den perfekta kroppen skall se ut som kan vara en av anledningarna. Som jag nämnt ovan enligt Engström (2002) har media ett budskap som talar

om att man själv skapar sitt eget utseende. Det som växt fram i det moderna samhället är det stora utbudet av och möjligheten och redskapen för kroppskorrigerande. I tidningarna och på TV kan man läsa ”Du bestämmer själv!”, vilket förmedlar att man själv har valt att se ut så som man gör. Vi ser mer och mer avklädda kroppar där den manliga kroppen exponeras, unga män som poserar med bar överkropp, utan hårväxt och med magrutor. Detta påverkar oss och har blivit ett ideal för dagens män. För unga kvinnor är eftersträvan att ha en smal och tränad kropp, idealet är att man aldrig kan vara för smal (Engström, 2002).

Skillnaden i resultaten av hur pojkar och flickor känner

Skillnaden i resultatet av hur pojkar och flickor känner och upplever olika situationer i omklädningsrummet koppar jag till Pierre Bourdieus begrepp habitus. Grundtanken med habitus är att människan är starkt påverkad av en samlad mängd ihållande dispositioner som styr kropp och sinne, formade av deras dittillsvarande liv. Dispositionerna styr hur människan handlar, tänker och ställer sig till den sociala världen samt hur deras praktiker styrs så att samma värld återskapas eller förändras (Bourdieu & Passeron, 2008:19). Det kan handla om att flickorna har ett mindre positivt habitus än pojkarna till omklädningsrummets miljö på grund av de skönhetsideal som träder fram från media. För unga kvinnor är eftersträvan att ha en smal och tränad kropp, idealet är att man aldrig kan vara för smal.

4.1 Metoddiskussion

Datansamlingen gick bra då jag kom igång fort med mina enkäter. Jag hade redan bokat in ett möte med skolans rektor för att prata om min undersökning och fick godkänt av rektorn samma dag som jag träffade honom och det gjorde att jag kunde börja med min enkätundersökning dagen därpå. Sen var det bara att gå från klassrum till klassrum och informera om den då påbörjade undersökningen. Jag hade tidigare inte använt mig programmet Excel och min handledare hjälpte mig och visade mig hur programmet fungerade. Undersökningen behandlar endast en skola och undersökningen består av 147 elever. Man bör även tänka på att vissa av mina frågor kan ha misstolkats av eleverna eller att de inte fyllts i med full ärlighet.

4.2 Slutsats

Jag anser att resultatet av min undersökning bör granskas med viss försiktighet då den är så pass liten. Jag anser att det är viktigt att forska vidare inom ämnet som jag valt för att belysa problemen för lärare och skolor som uppstår i omklädningsrummen. Det står i läroplanen att mobbning inte får förekomma men det sker ändå vilket behöver belysas för skolor som måste göra något åt det.

5 Käll- och litteraturförteckning

Alexandersson, Jane (2010). *Elevers tankar kring ämnet idrott och hälsa, En studie om hur ämnets syfte och innehåll upplevs av eleverna*. Linnéuniversitetet, Institutionen för pedagogik, psykologi och idrottsvetenskap

Almvärn, Per-Erik & Fäldt, Christer (2001). *Idrott & hälsa*. 1. uppl. Lund: Studentlitteratur

Blume, Barbro, Lundström, Barbro & Sigling, Inga-Lisa (1995). *Psykiatrins ABC*. Stockholm: Liber AB.

Bourdieu, Pierre & Passeron, Jeane-Claude (2008). *Reproduktionen*. Riga: Livionia Print.

Brännberg, Tore (1998). *Bakom kulisserna en social psykologisk studie av en förening*. Göteborg: Kompendiet AB.

Engström, Lars-Magnus (2006). *Idrott som social markör*. Stockholm: HLS Förlag.

Engström, Lars Magnus och Redelius, Karin (2002). *Pedagogiska perspektiv på idrott*. Stockholm: HLS förlag.

Eriksson, Caroline (2005). *Normal och fin*. Stockholm: Natur och kultur/Fakta etc.

Fagrell, Birgitta (2000). *De små konstruktörerna: flickor och pojkar om kvinnligt och manligt i relation till kropp, idrott, familj och arbete*. Diss. Stockholm: Univ.

Forsmark, Hanna (2010) *Klimatet i omklädningsrummet*. Högskolan i Malmö. Sektionen för lärarutbildningen.

Hartman, Jan (2004). *Vetenskapligt tänkande. Från kunskapsteori till metodteori*. Lund: Studentlitteratur.

Höistad, Gunnar (2001). *Mobbing och människovärde. Om förtryck, utanförskap och vad vi kan göra*. Göteborg: Förlagshuset Gothia AB.

Lalander, P. & Johansson, T. (2007). *Ungdomsgrupper i teori och praktik*. Lund: Studentlitteratur

Mattsson, André & Rosqvist, Fredrik (2010). *VARFÖR BYTER INTE DU OM? Elevers förklaringar till att de inte byter om och deras lärares syn på fenomenet*. Högskolan i Halmstad Sektionen för lärarutbildning

O'Donovan, Toni M. & Kirk, David (2007) Managing classroom entry: an ecological analysis of ritual interaction and negotiation in the changing room. *Sport, Education and Society*, Vol. 12, Nr. 4. 2011-12-01

Slättberg, Johan (2010). *Dusch och exponering får inte bli ett hinder*, *Lararnasnyheter.se*.
<http://www.lararnasnyheter.se/idrottslararen/2010/05/02/dusch-exponering-far-inte-bli-hinder>
[2011-12-15]

Skolverket. Kursplan för idrott och hälsa.

Skolverket (2005) Nationell utvärdering av grundskolan 2003 (NU-03). Idrott och hälsa. Skolverket, Stockholm

Scraton, Sheila (1995). *Boys muscle in where angels fear to tread, girls' sub-cultures and physical activities*. London; E & FN Spon.

Vetenskapsrådet. *Forskningsetiska principer inom humanistiska samhällsvetenskapliga forskning*. 2011-12-14.

<http://www.codex.vr.se/texts/HSFR.pdf> [2011-12-14]

Bilaga

Enkät

Jag skriver en uppsats på Gymnastik- och Idrottshögskolan i Stockholm och vill med den här enkäten undersöka hur elever upplever miljön i omklädningsrummet före och efter en idrottslektion. Du som fyller i enkäten kommer att vara anonym och svaren kommer endast vara till hjälp för min uppsats.

Elever som medverkar i undersökningen kommer att behandlas konfidentiellt, inga namn eller personnummer förekommer och svaren kommer inte att kunna spåras till vem som svarat vad. Kryssa i ditt svar!

Pojke

Flicka

Årskurs

7

8

9

1, Upplever du att du har gott om tid på dig för att byta om innan lektionen?

Ja, gott om tid. Ja, i stort sett. Nej, inte riktigt. Nej, absolut inte

2, Upplever du att du har gott om tid på dig för att duscha och byta om efter lektionen?

Ja, gott om tid. Ja, i stort sett. Nej, inte riktigt. Nej, absolut inte.

3, Duschar du efter lektionen?

Ja, alltid. Ja, ibland. Nej, aldrig.

4, Hur känner du dig inne i omklädningsrummet?

Alltid trygg. Oftast trygg. Oftast otrygg. Alltid otrygg.

5, Tycker du att det är jobbigt att vara naken i omklädningsrummet inför dina klasskamrater?

Ja, alltid. Ja, oftast. Nej, inte riktigt. Nej, aldrig.

6, Har du hört eller sett att någon blivit retad för de kläder som de har på sig i omklädningsrummet?

Ja, flera gånger. Ja, ibland. En gång. Nej, aldrig.

7, Har du hört eller sett att någon blivit retad för sin kropp eller sitt utseende i omklädningsrummet?

Ja, flera gånger. Ja, ibland. En gång. Nej, aldrig.

8, Går du på någon idrott på fritiden?

Ja. Nej.

9, Om du svarat nej, gå vidare till sista frågan.

Om du idrottar på fritiden, duschar du då i samband med träningen?

Ja, alltid. Ja, ibland. Nej, aldrig.

10, Om skolan ordnade duschdraperier till era omklädningsrum, skulle det kännas bättre?

Ja, absolut. Ja, kanske. Nej. Vet inte.

Informationsbrevet

Stockholm 2011-11-14

Hej!

Jag heter Faik Kocak och är lärarstudent på Gymnastik – och Idrottshögskolan (GIH) i Stockholm. Jag ska skriva en uppsats om ”Stämningen i omklädningsrummet”. Syftet med min studie är att ta reda på vad eleverna upplever i omklädningsrummet före och efter en idrottslektion. Jag anser att omklädningsrummet är stor del av ämnet Idrott och Hälsa och vill på grund av detta ta reda på hur elever upplever situationen i omklädningsrummet. Eleverna i årkurs7-9 kommer att få svara på en enkät om ämnet. Elever som medverkar i

undersökningen kommer att behandlas konfidentiellt, inga namn eller personnummer förekommer och svaren kommer inte att kunna spåras till vem som svarat vad. Deltagande i studien är frivilligt och deltagaren kan när som helst välja att avbryta sitt deltagande. Om du som förälder EJ vill att din son/ dotter skall medverka i denna enkätundersökning meddela klassföreståndare eller undertecknad.

För ytterligare information kontakt mig på telefonen eller Hotmail:

Mobil nummer:xxxxxxxxx

Mail adress: Faik.XXXXX@gmail.com

Faik Kocak