

GÖTEBORGS UNIVERSITET
PSYKOLOGISKA INSTITUTIONEN

Finns det ett samband mellan utbildningsnivå och internalisering av utseendeideal?

Paula Warfvinge

Självständigt arbete 15 poäng
Fördjupningsarbete i psykologi
PC1546
Vårtermin 2016

Handledare: Kristina Holmqvist Gattario

Finns det ett samband mellan utbildningsnivå och internalisering av utseendeideal?

Paula Warfvinge

Sammanfattning. En brist i tidigare forskning är att internalisering av utseendeideal i stor utsträckning enbart har undersökts hos akademiker. Denna studie undersökte skillnader i internalisering av utseendeideal (både generella och atletiska) beroende på utbildningsnivå och kön. Deltagarna ($N = 523$) var vid undersökningstillfället 24 år gamla ($M = 24.4$, $s = 0.5$). Resultatet visade att akademiker hade en högre internalisering av det atletiska utseendeidealet än icke-akademiker, men skiljde sig inte åt vad gällde internalisering av det generella utseendeidealet. Kvinnor hade en högre internalisering av det generella utseendeidealet än män, men skiljde sig inte åt vad gällde det atletiska utseendeidealet. Flera faktorer kan ligga bakom akademikers högre grad av internalisering av det atletiska utseendeidealet, t.ex. kulturell miljö, familjebakgrund och socioekonomisk bakgrund.

Många människor strävar efter en snygg yta och lägger stort fokus på sitt utseende och kropp (Frisén, Holmqvist Gattario & Lunde, 2014). Överallt i vår omvärld presenteras olika utseendeideal. Tillgängligheten av dessa stiger i takt med att informationssamhället ökar i form av Instagram, Facebook etc. Fler människor ger en bild av sig som ”lyckade” individer. Reklam i tidningar, tv och på internet visar ständigt upp en bild av idealen som råder i vårt samhälle. Man talar om en utseendekultur p.g.a. att idealen har blivit så viktiga för hur man uppfattar sig själv och hur man blir bedömd av andra. Eftersom idealen är ouppnåeliga för de flesta kan detta i förlängningen leda till ett kroppsmissnöje, vilket är utbrett i vårt samhälle och speciellt bland flickor och kvinnor (Frisén et al., 2014). Kroppsmissnöje påverkas bland annat av internaliseringen av utseendeideal, vilket innebär att man integrerar de utseendeideal som finns och gör dem till sina egna (Keery, Van den Berg & Thompson, 2004). Individer skapar riktlinjer för sina utseendeideal och agerar och strävar efter att uppnå dessa (Thompson, van den Berg, Roehrig, Guarda & Heinberg, 2004). Dessa ideal förmedlas även mellan mänskliga relationer och kommunikation mellan människor (Frisén et al., 2014). Människor påverkas olika av utseendeideal som sprids. Detta kan förklaras med i vilken omfattning man har internaliserat dem (Frisén et al., 2014).

En brist i tidigare forskning är att internalisering i stor utsträckning enbart har undersökts hos akademiker (Homan, 2010; van den Berg, Thompson, Obremski-Brandon & Coovert, 2002; Karazsia & Crowther, 2009). Praktiska skäl har legat till grund för detta då deltagare ofta väljs utifrån bekvämlighetsprinciper av forskare på universiteten. Detta är ett problem eftersom vi baserar vår kunskap om internalisering av utseendeideal endast på deltagare som rör sig i den akademiska världen. Dock bör det påpekas att hälften av Sveriges invånare i åldern 25-64 år har gymnasial utbildning som högsta utbildning (Statistiska centralbyrån, 2014). Syftet med denna studie var således att undersöka både akademiker och icke-akademikers internalisering av utseendeideal för att se ifall dessa skiljer sig åt. Om det finns en skillnad mellan akademiker och icke-akademiker kan man gå vidare och titta på vilka faktorer som skiljer grupperna åt. Därmed kan man upptäcka eventuella riskfaktorer som kan ligga bakom internaliseringen av utseendeideal och i förlängningen arbeta preventivt med dessa.

Tidigare studier har också mestadels fokuserat på internaliseringen av det smala utseendeidealet då detta har varit det dominerande i samhället, men genom den ökade medvetenheten om vältränade och muskulösa kroppar har man även börjat studera internaliseringen av det atletiska utseendeidealet (Homan, 2010). Internalisering av det smala utseendeidealet kan även benämnas som internalisering av mediaidealet (Rodgers, McLean & Paxton, 2015). Föreliggande studie använder sig av både det generella utseendeidealet, vilket kan jämföras med smala/media utseendeidealet, och det atletiska utseendeidealet.

Utseendeidealen styrs av olika faktorer i vårt samhälle som t.ex. familj, vänner och media (Frisén et al., 2014). Friséns m.fl. skriver vidare att av dessa tre är media den mest betydelsefulla. Det smala utseendeidealet dominerar idag bland kvinnor, men det finns även ett utseendeideal där man vill visa upp kvinnors sexiga sida. Männens utseendeideal är väldefinierade muskler och längd. Utseendeidealen är mycket detaljerade och perfekta, vilket är möjligt p.g.a. att man kan manipulera bilder i media med hjälp av tekniken. Idealen är svåra att leva upp till och tekniken gör det ännu svårare för de flesta individer att nå sina ideal. Även mediernas egna modeller har svårt att uppnå dessa. När individer inte lever upp till sina utseendeideal kan detta leda till kroppsmissnöje (Frisén et al., 2014). Kroppsmissnöje är utbrett i vårt samhälle och detta har bland annat lett till en ökning av psykiska sjukdomar och ett ohälsosamt beteende (Neumark-Sztainer, Paxton, Hannan, Haines & Story, 2006).

Denna studie utgår ifrån Tripartite Influence model (TIM, tredelad påverkansmodell) (Keery et al., 2004). Modellen innebär att internalisering och social jämförelse medierar i vilken grad media, familj och jämnåriga påverkar kroppsmissnöje (Keery et al., 2004). Det har nyligen gjorts en uppdatering av TIM där en studie på yngre tonårsflickor visade att det verkar vara internaliseringen av mediaidealet som predicerar den sociala jämförelsen av utseende (Rodgers et al., 2015). Detta i sin tur predicerade kroppsmissnöje. Internalisering av mediaidealet och kroppsmissnöje påverkade även varandra. Kroppsmissnöje ledde till en önskan och strävan att se ut som personerna som framställdes i media och därmed skedde en internalisering av utseendeidealen (Rodgers et al., 2015). Internaliseringen av utseendeideal kan även påverka andra faktorer. Studier har visat på att internaliseringen av det smala utseendeidealet hos college studenter ledde till överdriven träning, bantning och kroppsmissnöje medan internaliseringen av det atletiska utseendeidealet ledde till ökad överdriven träning, men inte till bantning och kroppsmissnöje (Homan, 2010).

Även om man inte tittat specifikt på skillnader mellan akademiker och icke-akademiker och internalisering, finns det indikationer från annan forskning (Socialstyrelsen, 2016; Folkhälsomyndigheten, 2009; Folkhälsomyndigheten, 2014; Engström, 2014) på att individer med olika utbildningsnivå skiljde sig åt när det gäller levnadsvanor och fysisk aktivitet etc. Hälsoskillnaden mellan utbildningsgrupper i samhället var stor och de med kortare utbildningsbakgrund hade sämre allmänt hälsotillstånd och mer psykisk ohälsa (Folkhälsomyndigheten, 2014). Hälsoskillnaderna mellan olika socioekonomiska grupper i Sverige fortsätter att öka (Socialstyrelsen, 2016). Personer med sämre socioekonomisk bakgrund hade även sämre möjligheter att ändra sin livssituation till ett mer hälsosamt liv med bättre levnadsvanor (Folkhälsomyndigheten, 2014). Stillasittande fritid, fetma och rökning var vanligare hos individer med kortare utbildning än de med längre utbildning (Folkhälsomyndigheten, 2009). Personer med en högre utbildningsnivå motionerade mer än personer med en lägre utbildningsnivå (Engström, 2014). Det har även visat sig att personer med ett högre ekonomiskt och/eller kulturellt kapital var mer intresserade av motion och kroppslig aktivitet. Den ekonomiska statusen och den kulturella miljön som man växte upp i påverkade därmed vilka valmöjligheter man fick i livet. Detta ledde till att de som tränade och var intresserade av hälsa var de personer som växte upp i en miljö där man hade en högre ekonomisk eller/och kulturell status (Engström, 2014). Detta tyder möjligen på att

akademiker har ett mer fysiskt aktivt liv än icke-akademiker, vilket i sin tur kan innebära att de har en högre internalisering, åtminstone av det atletiska idealet.

Samtidigt är det också möjligt att akademiker inte har internaliserat utseendeidealen lika mycket som icke-akademiker. Detta utifrån att akademien är tänkt att främja individer att utveckla en kapacitet att göra självständiga och kritiska bedömningar och dessutom utveckla en förmåga att självständigt urskilja, formulera och lösa problem (Högskolelagen, 1992). Detta kan möjligtvis leda till att de utvecklar ett kritiskt förhållningssätt även till utseendeideal.

Föreliggande studie analyserar även könsskillnader. Tidigare studier har visat på att kvinnor hade ett mer kritiskt förhållningssätt till sina kroppar än vad män hade (Smolak, 2004; Slater & Tiggemann, 2010; Tiggemann & Williamson, 2000). Kvinnorna hade högre internalisering av utseendeideal, kände mer press på att vara smala, jämförde sig mer med varandra, hade en högre kroppskontroll, skämdes mer över sin kropp och drabbades mer av ätstörningar än männen (Knauss, Paxton & Alsaker, 2008; Warren, Schoen & Shafer, 2010). Andra studier (t.ex. Pritchard & Cramlitt, 2014) visade dock på att media och internaliseringen av det generella idealet påverkade både kvinnliga och manliga collegestudenters strävan att vara smala. De internaliserade även det atletiska idealet och strävade efter muskulösa kroppar, även om män strävade mer efter muskulösa kroppar än vad kvinnor gjorde (Pritchard & Cramlitt, 2014).

Ytterligare studier och teorier har visat på andra faktorer som kan påverka skillnader mellan könen angående internalisering av utseendeideal. Enligt objektifieringsteorin (Fredrickson & Roberts, 1997) framställs kvinnor i högre utsträckning än män som objekt. Detta kan i sin tur leda till självobjektifiering, vilket innebär att kvinnor i högre utsträckning ser sig själv utifrån andras perspektiv (McKinley & Hyde, 1996). Media i dagens samhälle hjälper till att framställa kvinnans kropp som ett objekt, vilken är till för att behaga andra, saknar vilja, känslor och det subjektiva (Frisén et al., 2014). Männen däremot framställs som mer aktiva och är ofta mer påklädda. I linje med detta förväntas kvinnan även kontrollera sin kropp (kroppskontroll) så att den är smal. Kontroll över kroppen tyder på att kvinnan har kontroll över sitt liv och sig själv (Blomstedt, 2002, mars). Självobjektifiering och kroppskontroll kan möjligtvis samvariera med att kvinnor i högre grad internaliserar mer det generella utseendeidealet än män.

Huvudsyftet med denna studie var att granska om akademiker och icke-akademiker skiljer sig åt när det gäller internalisering av utseendeideal.

Frågeställningarna var:

- 1) skiljer sig akademiker och icke-akademiker åt när det gäller internalisering av det generella och det atletiska utseendeidealet?
- 2) skiljer sig internalisering av det generella och atletiska utseendeidealet i förhållande till kön?
- 3) finns det en interaktion mellan kön och utbildningsnivå när det gäller internalisering av det generella och det atletiska utseendeidealet?

Eftersom ingen tidigare studie undersökt om akademiker och icke-akademiker skiljer sig åt när det gäller internalisering av utseendeideal formades ingen hypotes utan denna studie har en explorativ ansats. Däremot formades en hypotes på den andra frågeställningen att kvinnor internaliserar mer än män. Detta i linje med tidigare forskning (Knauss et al., 2008; Warren et al., 2010).

Metod

Deltagare

Denna studie bygger på en longitudinell svensk studie, MOS projektet, som står för "Mobbning och skola". Man har under 14 års tid undersökt mobbning och kroppsuppfattning vid 6 tillfällen, men fokus har övergått vid senare mätningar på kroppsuppfattning. Projektet startade år 2000 i Göteborg och deltagarna kommer från olika socioekonomiska områden. Rektorer på skolor i Göteborgsområdet kontaktades med en förfrågan om att delta i projektet. Det lades särskild vikt vid att skolorna som man kontaktade skulle vara från olika socioekonomiska områden i kommunen. När den första mätningen gjordes deltog 960 fjärdeklassare (515 pojkar och 445 flickor; 10 år gamla). Sedan har man följt upp ungdomarna vid 13, 16, 18, 21 och 24 år (Erling & Hwang, 2004a, 2004b). Denna studie grundar sig på den sista mätpunkten när deltagarna var 24 år ($M = 24.4$, $range = 23-26$ år, $s = 0.5$) när studien genomfördes. Av totalt 523 deltagare var 289 kvinnor, 234 män, 180 icke-akademiker (avslutad högstadie- eller gymnasieutbildning) och 343 akademiker (pågående eller avslutad akademisk utbildning). Antalet deltagare var 55 % av den ursprungliga studien som gjordes fjorton år tidigare.

Instrument

Frågeformuläret som bearbetar internalisering av utseendeideal, The Sociocultural Attitudes Towards Appearance Questionnaire (SATAQ), har utvecklats över tid och blivit reviderat ett antal gånger. Det togs fram för att granska kvinnors erkännande och acceptans av samhällets normer av utseendeideal och hur de strävar och agerar för att nå dessa ideal (Heinberg, Thompson & Stormer, 1995). Föreliggande studie har utgått från det validerade frågeformuläret SATAQ-3. Det är en reviderad version av SATAQ och bygger på två delskalor: internalisering av det generella/media utseendeidealet (9 påståenden; t.ex. "Jag jämför min kropp med kropparna hos de som är på tv.") och internalisering av det atletiska utseendeidealet (5 påståenden; t.ex. "Jag jämför min kropp med kropparna hos de som är i god form.") (Thompson et al., 2004). Deltagarna svarade på en skala mellan 1 och 5, där 1 = håller inte alls med, och 5 = håller helt med. Den interna reliabiliteten för SATAQ-3 (Alpha) har i tidigare studier visat sig vara god, .89 för atletisk internalisering och .92 för generell internalisering (Thompson et al., 2004). I föreliggande studie var Cronbach's Alpha för det generella utseendeidealet var .91 och för det atletiska utseendeidealet .82. Detta visade på en god intern reliabilitet (Brace, Kemp & Snejar, 2009).

Utbildningsnivån mättes genom att deltagarna svarade på vilken högsta utbildningsnivå de hade, högstadiet (1), gymnasiet (2), påbörjade studier på universitet/högskola (3) och avslutade studier på universitet/högskola (4). Dessa fyra slogs sedan ihop till två grupper där de två första benämndes som icke-akademiker och de två sistnämnda som akademiker.

Tillvägagångssätt

Insamling av data skedde med en web-enkät och man använde sig av den kontaktinformation som deltagarna angett vid tidigare mättillfällen. Deltagarna kontaktades via brev och mail. De fick information om vem som var ansvarig för studien, syftet med studien, att data inte skulle hanteras av några obehöriga och att resultatet skulle redovisas på

ett sådant sätt att inga enskilda individer kunde identifieras. Deltagarna tilldelades en personlig länk som de skulle skriva eller klicka på beroende på om de kontaktades via brev eller mail. Enkäten tog ca 30 min att fylla i och kunde fås som pappersform om deltagarna önskade det. Man skickade ut en påminnelse brevlades efter två veckor och efter ytterligare två veckor.

Resultat

Huvudsyftet med denna studie var att granska om akademiker och icke-akademiker skiljer sig åt när det gäller internalisering av utseendeideal. Både internalisering av det generella utseendeidealet och internalisering av det atletiska utseendeidealet undersöktes. För att testa frågeställningarna användes en multivariat tvåvägs ANOVA (MANOVA). De två beroende variablerna var internalisering av det generella och det atletiska utseendeidealet. De två oberoende variablerna som undersöktes var kön (kvinnor/män) och utbildningsnivå (akademiker/icke-akademiker).

Medelvärden för internalisering av det generella och atletiska utseendeidealet hos kvinnor, män, akademiker och icke-akademiker presenteras i Tabell 1.

Tabell 1

Medelvärden för internalisering av det generella och atletiska utseendeidealet hos kvinnor, män, icke-akademiker och akademiker

Internalisering	Utbildningsnivå	Kön	Medelvärde	<i>s</i>
Internalisering av det generella utseendeidealet	Icke-akademiker	Kvinna	2.8	0.9
		Man	2.2	0.9
		Totalt	2.5	0.9
	Akademiker	Kvinna	2.8	1.0
		Man	2.3	0.9
		Totalt	2.6	1.0
Totalt		Kvinna	2.8	1.0
		Man	2.3	0.9
		Totalt	2.6	1.0
Internalisering av det atletiska utseendeidealet	Icke-akademiker	Kvinna	3.0	1.0
		Man	3.0	0.9
		Totalt	3.0	1.0
	Akademiker	Kvinna	3.2	0.9
		Man	3.3	0.8
		Totalt	3.2	0.8
Totalt		Kvinna	3.1	0.9
		Man	3.2	0.9
		Totalt	3.1	0.9

Not. Internalisering mäts på en skala mellan 1 till 5 där högre värden innebär högre internalisering.

Resultaten från MANOVAN visade ingen signifikant skillnad mellan akademiker och icke-akademiker när det gäller internalisering av det generella utseendeidealet $F(1,519) = 0.44, p = .509$. Det fanns å andra sidan en signifikant skillnad mellan akademiker och icke-

akademiker av internaliseringen av det atletiska utseendeidealet $F(1,519) = 6.28, p < .05$, partial $\eta^2 = .012$, 1.2 % av variationen av internalisering av det atletiska utseendeidealet kan förklaras av utbildningsnivå. Akademiker hade en högre internalisering av det atletiska utseendeidealet än icke-akademiker. Det bör noteras att Levene's Test visade på signifikans $p = .008$, vilket gör att man bör ta resultatet med försiktighet då grupperna inte visade på homogenitet. Varianserna är olika mellan grupperna.

När det gäller könsskillnader fanns det en signifikant skillnad mellan kvinnor och män vid internalisering av det generella utseendeidealet $F(1,519) = 34.81, p < .05$, partial $\eta^2 = .063$, 6.3 % av variationen av internalisering av det generella utseendeidealet kan förklaras av kön. Kvinnor hade en högre internalisering av det generella utseendeidealet än män. Det fanns därmed ingen signifikant skillnad mellan kvinnor och män vid internalisering av det atletiska utseendeidealet $F(1,519) = 0.02, p = .895$. Likaså fanns ingen signifikant interaktion mellan kön och utbildningsnivå när det gällde internaliseringen av det generella utseendeidealet $F(1,519) = 0.29, p = .590$. Det fanns inte heller någon signifikant interaktion mellan kön och utbildningsnivå när det gällde internalisering av det atletiska utseendeidealet $F(1,519) = 0.53, p = .468$.

Diskussion

Det övergripande syftet med denna studie var att granska om akademiker och icke-akademiker skiljer sig åt när det gäller internalisering av utseendeideal. Det har inte gjorts några studier på detta tidigare, vilket är en betydande begränsning. Det finns därmed inte möjlighet att göra jämförelser mellan denna och tidigare studier. Dock gör bristen på tidigare forskning föreliggande studie unik och betydelsefull. Även om det inte finns tidigare forskning på skillnader mellan akademiker och icke-akademiker vid internalisering av utseendeideal finns det andra indikationer som visar på skillnader mellan individer med olika utbildningsnivå. Dessa faktorer är intressanta att granska, relatera till och jämföra med föreliggande studie. Internalisering av utseendeideal kan bero på olika faktorer där utbildningsnivå och kön är två av dem. I enlighet med TIM är media, familj och vänner andra faktorer som kan påverka internalisering (Keery et al., 2004).

Resultatet visar på att det finns en signifikant skillnad mellan akademiker och icke-akademikers internalisering av det atletiska utseendeidealet. Akademiker internaliserar mer det atletiska utseendeidealet än icke-akademiker. Enligt analysen bör man dock ta resultatet med försiktighet då Levene's Test var signifikant. En möjlig förklaring till detta kan vara att spridningen av deltagarnas svar var större för icke-akademiker än akademiker. Detta kan i sin tur bero på att antalet akademiker var fler än icke-akademiker.

I linje med tidigare forskning (Folkhälsomyndigheten, 2009; Folkhälsomyndigheten, 2014; Engström, 2014) kan en extrem hälsotrend eventuellt kopplas till att akademiker strävar att nå mål, prestera, leva ett hälsosamt och aktivt liv. Framgång i arbetslivet eller som akademiker och att man är en driven person kan möjligtvis innebära att man även internaliserar det atletiska utseendeidealet. Kroppen går att förändra och kontrollera (Frisén et al., 2014), vilket gör att framgång möjligtvis kan kopplas samman med den atletiska kroppen. Individen är benägen att även nå sina atletiska mål med sin kropp och inte enbart med sina studier eller sitt arbete. Utseendeidealen leder till att individer bedöms av andra (Frisén et al., 2014) och därmed kan en atletisk kropp sannolikt ge uttryck av att individen är intellektuell och framgångsrik.

Tidigare forskning (Engström, 2014) menade vidare att akademiker var mer aktiva än icke-akademiker. Detta p.g.a. deras ekonomiska status och den kulturella miljö de växte upp i (Engström, 2014). Många akademiker växer upp i en miljö där det är viktigt att ha en god

hälsa och leva ett fysiskt aktivt liv. Därmed skapas deras referensramar för deras utseendeideal. Resultatet kan även kopplas samman med andra bakomliggande faktorer. I en nyligen publicerad populärvetenskaplig artikel argumenterade man för att samhällets ledare blir mer hälso- och träningsmedvetna och de fungerar som förebilder för sina anställdas inställning till hälsa och träning (Samhall Story, 2015, februari). Detta kan eventuellt påverka akademikers internalisering av det atletiska utseendeidealet.

En annan möjlig bakomliggande faktor är att det har skett en förändring i vårt samhälle från att man ska vara överdrivet smal till att vara överdrivet vältränad (Thompson et al., 2004). Detta kan troligtvis påverka akademikers kunskap och förhållningssätt till utseendeideal då detta leder till ett nytt livsstilskoncept. Det kan sannolikt även vara så att individer med mer kapital har mer möjlighet, tid och pengar att ägna sig åt motion. Dessa faktorer kan även leda till att de internaliserar det atletiska utseendeidealet. Denna utveckling kan leda till både positiva och negativa konsekvenser. Positivt då fysisk aktivitet påverkar hälsan fördelaktigt både psykiskt och fysiskt med bättre allmäntillstånd och mindre psykisk ohälsa (Folkhälsomyndigheten, 2014). De negativa konsekvenserna kan vara att internaliseringen av det atletiska utseendeidealet kan leda till ökad överdriven träning (Homan, 2010) och ortorexi (Lin & Grigorenko, 2014). Ortorexi innebär att man får en fixering vid att äta nyttigt och är beroende av intensiv fysisk aktivitet, och är ett fenomen som ökar i vårt samhälle (Lin & Grigorenko, 2014).

En annan syn på resultatet är att det strider mot hur det ser ut i den akademiska världen. Akademin är tänkt att främja individer till att utveckla kritiskt förhållningssätt till information (Högskolelagen, 1992), vilket möjligtvis även kan kopplas till att akademiker har ett kritiskt förhållningssätt även till utseendeideal i vårt samhälle. Det är också tänkbart att akademiker vill nå det atletiska utseendeidealet p.g.a. att de vet att rörelse och aktivitet kan påverka deras prestationer och studieresultat.

Föreliggande studie visade även på att det inte fanns någon signifikant skillnad mellan akademiker och icke-akademiker när det gäller internalisering av det generella utseendeidealet. Detta kan bero på att de generella utseendeidealerna är djupt rotade i vårt samhälle. Tidigare forskning visar på att kvinnorna använde media som en källa där de fick information om det smala idealet (Pritchard & Cramblitt, 2014). Av de olika faktorer som påverkar utseendeidealerna är media det mest betydelsefulla för både kvinnor och män (Frisen et al., 2014). Det är därför troligt att det generella idealet i media påverkar hela samhället oavsett utbildningsnivå och många människor anammar idealen som presenteras för dem där. Detta kan således påverka att det inte finns någon signifikant skillnad mellan akademiker och icke-akademiker när det gäller det generella utseendeidealet. Det finns även andra faktorer som möjligtvis kan ligga bakom detta. I en populärvetenskaplig artikel argumenterade Blomstedt (2002, mars) för att man genom tiderna sett skillnader på kroppsideal mellan samhällsklasser, men trots att alla inte kunnat leva upp till idealen så har ändå alla påverkats av dem.

Denna studie visar på att det fanns en signifikant skillnad mellan kvinnor och män i internalisering av det generella utseendeidealet. Kvinnor internaliserade mer det generella utseendeidealet än män och bekräftar därmed studiens hypotes. Detta finns stöd för även i tidigare forskning då kvinnor internaliserade mer utseendeidealerna och kände mer press på att vara smala än män (Knauss et al., 2008; Warren et al., 2010). Det finns olika anledningar till varför kvinnorna internaliserar det generella utseendeidealet mer än män. Det kan vara internaliseringen av de rådande utseendeidealerna som läggs gradvis under senare delen av barndomen som lägger en betydelsefull grund till detta (Smolak, 2011).

Tidigare forskning visade att för kvinnorna kopplades attraktionskraft mer samman med kroppsvikt och kroppsform än för män (Neighbors & Sobal, 2007). I linje med detta ses kvinnors kroppar i högre utsträckning som objekt, enligt objektifieringsteorin (Fredrickson &

Roberts, 1997). Detta kan antas påverka resultatet att kvinnor internaliserar det generella utseendeidealet mer än männen. Kvinnorna har även ett mer kritiskt förhållningssätt till sina kroppar (Smolak, 2004; Slater & Tiggemann, 2010; Tiggemann & Williamson, 2000), vilket ytterligare kan påverka att kvinnor internaliserar det generella utseendeidealet mer än männen. Pressen kvinnor och män känner på sitt utseende påverkas olika beroende på hur kroppar presenteras i media (Ambwani & Chmielewski, 2013). Presenteras smala kvinnor och muskulösa män i media bidrar detta till olika internalisering av utseendeideal mellan kvinnor och män.

Det är intressant att se att det inte finns en signifikant skillnad mellan kvinnor och män i internalisering av det atletiska utseendeidealet även om det är en förhållandevis stor skillnad mellan kvinnor och män i internalisering av det generella utseendeidealet. Detta resultat kan relateras till tidigare studier som visar att internalisering av det atletiska utseendeidealet och strävan efter muskulösa kroppar gäller för både kvinnor och män (Pritchard, Cramblitt, 2014). Det har även skett en förändring där attraktivitet i media inte enbart handlar om att vara smal utan även om att vara vältränad (Thompson et al., 2004). Det ökade fokuset på vältränade atletiska kroppar hos både kvinnor och män och internaliseringen av det atletiska utseendeidealet kan möjligtvis kopplas samman med ortorexi, som är lika vanligt bland kvinnor och män (Brytek-Matera, Donini, Krupa, Poggiogalle & Hay, 2015). Dock är studiens resultat motsägelsefullt om man granskar annan tidigare forskning som visar på att kvinnorna motionerar betydligt mindre än männen mellan 20-25 års ålder (Engström, 2014), vilket borde leda till att kvinnorna internaliserar det atletiska utseendeidealet mindre än männen. Man kan anta att förklaringen till detta ligger i att det finns en skillnad i hur mycket man verkligen motionerar till skillnad från viljan och strävan kvinnorna har att motionera och att se atletiska ut.

Resultatet visade inte på någon signifikant interaktion mellan kön och utbildningsnivå. Kombinationen kvinnor och män och utbildningsnivå verkar således inte ha någon effekt på utseendeideal. Detta innebär att både kvinnliga och manliga akademiker hade högre internalisering av atletiska ideal än kvinnliga och manliga icke-akademiker. Det fanns inte någon skillnad mellan akademiker och icke-akademiker i internalisering av det generella idealet oavsett kön.

Vidare framtida forskningsförslag är att granska om det finns andra faktorer som skiljer akademiker och icke-akademiker som t.ex. kroppsuppfattning och självkänsla. Internalisering av utseendeideal, kroppsuppfattning och självkänsla är skilda begrepp, men hänger ihop. En möjlig begränsning med föreliggande studie är att den är longitudinell. Detta kan ha lett till att deltagarnas vetskap om vilka frågor som ställts vid tidigare testtillfällen påverkade deras svar vid detta test. Det finns en risk att deltagarna svarade utifrån vad de "trodde" var ett mest fördelaktigt svar (social önskvärdhet) och hur de ville se sig själva. En tvärsnittsstudie kunde därmed vara ett alternativ till den longitudinella studien, även om social önskvärdhet kan vara ett problem även där. Det bör även poängteras att olika antal deltagare kan vara en begränsning i föreliggande studie. Det var fler akademiker än icke-akademiker som deltog. Detta kan möjligtvis ha påverkat resultatet.

Orsaken till att akademiker internaliserar mer det atletiska utseendeidealet än icke-akademiker är troligtvis olika bakomliggande faktorer och ej (eller inte bara) akademien i sig. Dessa faktorer kan t.ex. vara familjebakgrund, socioekonomisk bakgrund, men även personlighetsdrag då individer kan vara olika känsliga och mottagliga för internalisering av utseendeideal. Därav vore det betydelsefullt att studera vilka faktorer som t.ex. egenskaper och erfarenheter, både positiva och negativa, som ligger bakom skillnaden mellan akademiker och icke-akademiker i internaliseringen av det atletiska utseendeidealet. Ytterligare förslag på forskning är att granska om det finns och i så fall vilka positiva och/eller negativa konsekvenser av internalisering av utseendeideal kopplat till

utbildningsnivå. Med tanke på att den psykiska ohälsan ökar bland unga (Socialstyrelsen, 2016) vore det även värdefullt att granska om internalisering av utseendeideal skiljer sig mellan akademiker och icke-akademiker kopplat till psykisk ohälsa.

Sammanfattningsvis visar studiens resultat på en skillnad mellan akademiker och icke-akademiker vid internalisering av det atletiska utseendeidealet men inte vid internalisering av det generella utseendeidealet. Detta är av stort intresse för vidare forskning p.g.a. att om man endast förlitar sig på akademikers internalisering av utseendeideal och utesluter icke-akademiker kan detta möjligtvis leda till felaktiga slutsatser om hela befolkningen. Det finns risk att befolkningen som helhet inte har så atletiska utseendeideal som vi tror. Kunskap om den sociokulturella miljön (såsom exempelvis den akademiska världen) kopplat till internalisering av utseendeideal kan bidra till att förebyggande åtgärder kan sättas in där behovet finns. Med tanke på att internalisering av utseendeideal kan resultera i kroppsmisnöje som i förlängningen kan leda till psykiska sjukdomar och ätstörningar (Homan, 2010; Neumark-Sztainer, et al. 2006), är det betydelsefullt med forskning kring internalisering av utseendeideal och dess bakomliggande faktorer.

Referenser

- Ambwani, S., & Chmielewski, J. F. (2013;2012;). Weighing the evidence: Social desirability, eating disorder symptomatology, and accuracy of self-reported body weight among men and women. *Sex Roles*, 68(7), 474-483. doi:10.1007/s11199-012-0244-1
- van den Berg, P., Thompson, J. K., Obremski-Brandon, K., & Coovert, M. (2002). The tripartite influence model of body image and eating disturbance: A covariance structure modeling investigation testing the mediational role of appearance comparison. *Journal of Psychosomatic Research*, 53(5), 1007.
- Blomstedt, Å. (2002, mars). Kvinnokroppens ideal – smärt eller mullig? *Populär Historia*. Hämtad 2016-04-21 från <http://www.popularhistoria.se/artiklar/kvinnokroppens-ideal---smart-eller-mullig/>
- Brace, N., Kemp, R., & Snelgar, R. (2009). *SPSS for psychologists* (4.th ed.). Basingstoke: Palgrave Macmillan.
- Brytek-Matera, A., Donini, L. M., Krupa, M., Poggiogalle, E., & Hay, P. (2015). Orthorexia nervosa and self-attitudinal aspects of body image in female and male university students. *Journal of Eating Disorders*, 3(1), 2. doi:10.1186/s40337-015-0038-2
- Engström, L. (2014). *Smak för motion: Fysisk aktivitet som livsstil och social markör* (2. uppl. ed.). Stockholm: Liber.
- Erling, A., Hwang, C. P. (2004a). Body-esteem in Swedish 10-year-old children. *Perceptual and Motor Skills*, 99, 437-444. doi:10.2466/PMS.99.5.437-444
- Erling, A., Hwang, C. P. (2004b). Swedish 10-year-old children's perceptions and experiences of bullying. *Journal of School Violence*, 3 33-43.
- Folkhälsomyndigheten. (2009). *Öppna jämförelser folkhälsan 2009*. Hämtad 2016-02-08 från <http://www.folkhalsomyndigheten.se/publicerat-material/publikationer/Oppna-jamforelser-folkhalsa-2009/>
- Folkhälsomyndigheten. (2014). *Folkhälsan i Sverige, årsrapport 2014*. Hämtad 2016.02.08 från <https://www.folkhalsomyndigheten.se/publicerat-material/publikationer/Folkhalsan-i-Sverige-arsrapport-2014/>
- Fredrickson, B. L., & Roberts, T. (1997). Objectification theory: Toward understanding women's lived experiences and mental health risks. *Psychology of Women Quarterly*, 21(2), 173-206. doi:10.1111/j.1471-6402.1997.tb00108.x
- Frisén, A., Holmqvist Gattario K. & Lunde, C. (2014). *Projekt Perfekt. Om utseendekultur och kroppsuppfattning*. Stockholm: Natur och Kultur.
- Heinberg, L. J., Thompson, J. K., & Stormer, S. (1995). Development and validation of the sociocultural attitudes towards appearance questionnaire. *The International Journal of Eating Disorders*, 17(1), 81-89. doi:10.1002/1098-108X(199501)17:1<81::AID-EAT2260170111>3.0.CO;2-Y
- Homan, K. (2010). Athletic-ideal and thin-ideal internalization as prospective predictors of body dissatisfaction, dieting, and compulsive exercise. *Body Image*, 7(3), 240-245. doi:10.1016/j.bodyim.2010.02.004
- Karazsia, B. T., & Crowther, J. H. (2009). Social body comparison and internalization: Mediators of social influences on men's muscularity-oriented body dissatisfaction. *Body Image*, 6(2), 105-112. doi:10.1016/j.bodyim.2008.12.003
- Keery, H., van den Berg, P., & Thompson, J. K. (2004). An evaluation of the tripartite influence model of body dissatisfaction and eating disturbance with adolescent girls. *Body Image*, 1(3), 237-251. doi:10.1016/j.bodyim.2004.03.001
- Knauss, C., Paxton, S. J., & Alsaker, F. D. (2008). Body dissatisfaction in adolescent boys and girls: Objectified body consciousness, internalization of the media body ideal and perceived pressure from media. *Sex Roles*, 59(9), 633-643. doi:10.1007/s11199-008-

- Lin, Y., & Grigorenko, A. (2014). *Ortorexi: Fixering vid mat och träning* (1. uppl. ed.). Stockholm: SISU Idrottsböcker.
- McKinley, N. M., & Hyde, J. S. (1996). The objectified body consciousness scale development and validation. *Psychology of Women Quarterly*, 20(2), 181-215. doi:10.1111/j.1471-6402.1996.tb00467.x
- Neighbors, L. A., & Sobal, J. (2007). Prevalence and magnitude of body weight and shape dissatisfaction among university students. *Eating Behaviors*, 8(4), 429-439. doi:10.1016/j.eatbeh.2007.03.003
- Neumark-Sztainer, D., Paxton, S. J., Hannan, P. J., Haines, J., & Story, M. (2006). Does body satisfaction matter? five-year longitudinal associations between body satisfaction and health behaviors in adolescent females and males. *Journal of Adolescent Health*, 39(2), 244-251. doi:10.1016/j.jadohealth.2005.12.001
- Pritchard, M., & Cramblitt, B. (2014). Media influence on drive for thinness and drive for muscularity. *Sex Roles*, 71(5), 208-218. doi:10.1007/s11199-014-0397-1
- Rodgers, R. F., McLean, S.A., & Paxton, S. J. (2015). Longitudinal relationships among internalization of the media ideal, peer social comparison, and body dissatisfaction: Implications for the Tripartite Influence Model. *Developmental Psychology*, 51(5), 706-713. doi:10.1037/dev0000013
- Samhall Story. (2015, 24 februari). Hälsans effekter del 1: Chefer de nya träningsförebilderna. *Samhall Story*, Omvärld, reportage & intervjuer. Hämtad 2015-03-21 från <http://samhall.se/samhall-story/halsans-effekter-chefer-de-nya-tranings-forebilderna/>
- Slater, A., & Tiggemann, M. (2010). Body image and disordered eating in adolescent girls and boys: A test of objectification theory. *Sex Roles*, 63(1-2), 42-49. doi:10.1007/s11199-010-9794-2
- Smolak, L. (2004). Body image in children and adolescents: Where do we go from here? *Body Image*, 1(1), 15-28. doi:10.1016/S1740-1445(03)00008-1
- Smolak, L. (2011). Body image development in children. I T. F. Cash & L. Smolak (red.), *Body image: A handbook of science, practice and prevention* (s. 67-75). New York: Guilford.
- Socialstyrelsen. (2016). *Tillståndet och utvecklingen inom hälso- och sjukvård samt tandvård. Lägesrapport 2016*. Hämtad 2016-04-15 från <http://www.socialstyrelsen.se/publikationer2016/2016-3-16>
- Statistiska centralbyrån. (2014). *Hitta Statistik*. Hämtad 2015-12-19 från http://www.scb.se/sv/_Hitta-statistik/Statistik-efter-amne/Utbildning-och-forskning/Befolkningensutbildning/Utbildningsstatistikarsbok/64475/64482/Behallar-e-for-Press/367834/
- Sveriges Riksdag. (1992). *Högskolelag*. Hämtad 2016-04-11 från https://www.riksdagen.se/sv/Dokument-Lagar/Lagar/Svenskforfattningssamling/Hogskolelag-19921434_sfs-1992-1434/
- Thompson, J. K., van den Berg, P., Roehrig, M., Guarda, A. S., & Heinberg, L. J. (2004). The sociocultural attitudes towards appearance scale 3 (SATAQ 3): Development and validation. *International Journal of Eating Disorders*, 35(3), 293-304. doi:10.1002/eat.10257
- Tiggemann, M., & Williamson, S. (2000). The effect of exercise on body satisfaction and self-esteem as a function of gender and age. *Sex Roles*, 43, 119-127. doi:10.1023/A:1007095830095
- Warren, C. S., Schoen, A., & Schafer, K. J. (2010). Media internalization and social comparison as predictors of eating pathology among Latino adolescents: The

moderating effect of gender and generational status. *Sex Roles*, 63(9), 712-724.
doi:10.1007/s11199-010-9876-1