



GÖTEBORGS
UNIVERSITET

”Det här är en normal portion”

Ätstörningsproblematik, medias påverkan och ungdomars kroppsbild ur ett normkritiskt skolperspektiv

Anneli Arohlén
Lovisa Berglind
Jessica Wallgren
Ämneslärarprogrammet med
inriktning mot årskurs 7-9 Hem-
och konsumentkunskap





GÖTEBORGS
UNIVERSITET

Examensarbete: 15 hp
Kurs: L9HK1G
Nivå: Grundnivå
Termin/år: VT 2017
Handledare: Monica Petersson
Examinator: Marianne Pipping Ekström
Kod: VT17-2940-002-L9HK1G

Nyckelord: Skola – ätstörningar – Media literacy - Normkritik

Sammanfattning

Ätstörningar och ätstörningsproblematik är ett av de största växande psykiska problemen bland ungdomar. I den här litteraturstudien presenteras ett antal studier med fokus på symtom och faktorer som är relaterade till ätstörningar. Syftet med litteraturstudien är att genomföra en omfattande översikt kring aktuell forskning om ätstörningar och ätstörningsbeteende i en skolkontext. Litteraturstudiens problemformulering syftar till att undersöka hur arbetet med ätstörningar ser ut i skolan, hur lärare kan arbeta på ett normkritiskt sätt angående mat och hälsa samt hur media literacy kan fungera som en förebyggande åtgärd mot ätstörningar och ätstörningsproblematik. Metoden utgick från litteratursökning i fyra olika databaser och därefter har databearbetning av litteraturen genomförts. Resultatet visar på vilka faktorer och symptom som kan kopplas till ätstörningar och något som framkommit är också hur media literacy kan fungera som en motverkande faktor för uppkomsten av ätstörningar och ätstörningsproblematik. Slutsatserna från den här litteraturstudien är att hem- och konsumentkunskapslärare behöver ha en förmåga till ett normkritiskt perspektiv och att media literacy kan vara ett viktigt verktyg i hem- och konsumentkunskapen relaterat till hem- och konsumentkunskapens ämnesinnehåll.



1 Förord

Den här studien grundar sig i våra personliga reflektioner kring de normer som ständigt befästs av lärare ute i klassrummen runt om i Sverige. Som framtida lärare i hem- och konsumentkunskap reflekterade vi kring hur lärare talar om mat och hälsa utifrån enligt oss föräldrade tankesätt och uttryck som befäster samhällsnormer. Vi ställde oss frågan om vad som egentligen är en normal portion? Det går väl knappast att svara på? Det är ju individuellt. Trots detta har vi noterat att människor omedvetet eller medvetet använder sig av sådana här uttryck dagligen. Detta kanske inte är så farligt i sig men i fel kontext menar vi att detta kan få mycket negativa konsekvenser. Att tala kring vad som är lagom och normalt med en elev som har någon form av negativ relation till mat kan utlösa mer problematik kring mat hos eleven. Vi vill lyfta och förmedla att vi måste se till varje persons individuella behov kring mat och hälsa. Vad du skall äta, hur mycket och hur ofta beror på så mycket mer än om du “idrottar efter skolan” eller om du är “stillasittande”. Det handlar om matpreferenser, dieter, ätstörningar och näringsbehov. Vi som framtida lärare kan inte bara stå där i klassrummet och använda oss av sådana uttryck utan att reflektera över det.

Vi vill ge ett extra tack till Jennifer O’Dea och Suzanne Abraham för inspiration och ovärderlig lärdom.

Arbetsuppgift	Procent utfört av Anneli/Lovisa/Jessica
Planering av studien	33/33/33
Litteratursökning	33/33/33
Kvalitetsgranskning	33/33/33
Datainsamling	33/33/33
Analys	33/33/33
Skrivande	33/33/33
Bakgrund	33/33/33
Metod	33/33/33
Resultat	33/33/33
Diskussion	33/33/33
Layout	33/33/33



1	Förord	3
2	Inledning	1
3	Syfte	2
	3.1 Frågeställningar	2
4	Bakgrund	2
	4.1 Kroppsbild och tonåringars relation till den egna kroppen.....	2
	4.2 Ätstörningar och ätstörningsproblematik.....	3
	4.3 Självskattningsformulär och exemplet EAT-26	5
	4.4 Skolans kontext.....	5
	4.5 Media literacy	6
	4.6 Normkritiska perspektiv	8
5	Metod	10
	5.1 Databearbetning	10
	5.2 Databearbetning	13
6	Resultat	14
	6.1 Ätstörningsproblematik, genuskillnader och relaterade faktorer	14
	6.2 Elevperspektiv på ätstörningar och ätstörningsproblematik	16
	6.3 Lärarperspektiv på ätstörningar och ätstörningsproblematik.....	19
	6.4 Interventionsprogram, preventionsprogram och medias påverkan på ungdomar.....	20
7	Diskussion	23
	7.1 Metoddiskussion	23
	7.2 Resultatdiskussion	24
	7.3 Slutsatser och implikationer.....	28
8	Referenslista	30
9	Bilagor	33

2 Inledning

Redan som barn inpräntas budskapet om ett sunt liv vilket kan leda till att vi ständigt skuldbelägger oss själva när vi inte uppnår samhällets rådande kroppsideal (Håman, 2016). Tonårsperioden kan vara en frustrerande tid för många eftersom kroppen förändras och identitetsskapandet är i full gång. Därför kan kropp och utseende vara ett känsligt ämne för de flesta i den åldern. Därför behöver lärare ha en viss kunskap kring bemötandet och hanteringen av dessa ämnen. När vi talar kring exempelvis mat och hälsa i hem- och konsumentkunskapen är det viktigt att både vara påläst och kunnig om de eventuella problematiker som detta kan föra med sig, men även att en lärare vågar tala kring mer än bara den fysiska delen av mat och hälsa. Det är viktigt att även belysa den psykiska aspekten av ämnesområdet. Frisé (2006) påpekar att ungdomars självkänsla är starkt relaterad till kroppsuppfattningen och det är just denna uppfattning som förändras under puberteten och tonårsperioden vilket gör att elever på högstadiet och även gymnasiet är extra utsatta.

Vad det innebär att vara hälsosam och vilka etablerade normer som finns kring hälsa förändras ständigt (Håman, 2016). Ideal kring kropp och utseende växlar fort och dessutom har varje kultur och generation sina egna ideal. Reklam och media är något som i dagens samhälle får ungdomar att känna sig avvikande och missnöjda med sitt utseende på olika vis (Frisé, 2006). Bland annat skriver Palmblad och Eriksson redan 1995 att de normsystem vi har kring hälsa är så väletablerade i samhället att de är svåra att märka av i vår vardag. Av den anledningen är det viktigt att lärare är normkritiska och normmedvetna (Bromseth & Darj, 2010) kring hur de bearbetar ämnen för att inte ytterligare etablera fler samhällsnormer hos eleverna.

Lärare i hem- och konsumentkunskap arbetar bland annat med mat och näring. Särskilt påtagligt blir detta när lärare pratar om den fullvärdiga måltiden med eleverna genom tallriksmodellen för att synliggöra vad en näringsriktig måltid ska innehålla (Livsmedelsverket, 2016). Tallriksmodellen är tänkt som en riktlinje från Livsmedelsverkets sida och återkommer i läromedel för hem- och konsumentkunskapsämnet. Sjöholm, Hjalmarsson, Arvidsson, Hedelin och Olofsson (2015) beskriver denna modell i läroboken de skrivit. Här beskrivs hur den som är stor behöver äta mer och den som är liten behöver äta mindre. Den som idrottar regelbundet behöver få i sig mer energi, och den som är överviktig och vill gå ner i vikt ska äta mindre och få i sig mindre energi (Sjöholm et al., 2015). Det finns alltså tre kategorier som beskrivs, en normal portion, en portion för dig som tränar och en portion för dig som är överviktig. I skolverkets riktlinjer står det att lärare skall utgå från "varje elevs individuella behov" (Skolverket, 2011b). Vilka signaler sänder vi till våra elever genom att förmedla endast tre exempel på hur en individ ska äta?

Dessutom bör eleverna ges verktyg för att kunna kritisera intrycken från media och reklam angående mat, hälsa och vikt. Om de har en grundlig kunskap i kroppens funktioner och behov har de också med hjälp av media literacy möjlighet att kritisera influenserna från media kring mat och hälsosnormer.

Enligt Bentley, Gratwick-Sarll, Harrison och Mond (2015) är ätstörningar och ätstörningsproblematik ett växande problem bland både flickor och pojkar. Problematiken framkallar personligt lidande hos de drabbade individerna och även deras anhöriga påverkas av det. I den växande ätstörningsproblematiken tillkommer också fler typer av ätstörningar som under de senaste åren har fått en ny karaktär. Dessa typer av ätstörningsproblematik

tillhör kategorin ospecificerad ätstörning (UNS) vilket innebär att kriterierna för en ätstörning inte uppfylls till fullo (Sahlgrenska Universitetssjukhuset, 2015; Håman, 2016). Detta kan tyda på att ätstörningar och ätstörningsproblematik kan bli ett komplexare begrepp i framtiden och att fler människor som söker hjälp kan få den rätta behandlingen.

3 Syfte

Syftet med litteraturstudien är att genomföra en omfattande översikt kring aktuell forskning om ätstörningar och ätstörningsbeteende i en skolkontext.

3.1 Frågeställningar

Hur ser arbetet med ätstörningar ut i en skolkontext i relation till elev- och lärarperspektiv?
Hur kan lärare i hem- och konsumentkunskap arbeta med ett normkritiskt perspektiv kring mat och hälsa i skolan?

Hur kan media literacy användas som strategi för att arbeta förebyggande med ätstörningsproblematik i skolan?

4 Bakgrund

4.1 Kroppsbild och tonåringars relation till den egna kroppen

Kroppsbild är ett begrepp som blivit mer och mer populärt och omdiskuterat under de senaste decennierna (Voelker, Reel & Greenleaf, 2015). Kroppsbild är ett multidimensionellt begrepp som handlar om hur människor tänker, känner och agerar kring den egna kroppen utifrån både hälsosamma och ohälsosamma ideal. Tonåringars relation till sin kroppsbild är viktig då en osund relation kan leda till ätstörningar, vilket kan resultera i negativa effekter på individens hälsa (Voelker et al., 2015).

Under puberteten sker de största förändringarna med kroppen som någonsin kommer att ske under en människas livstid. Kroppen skall genomgå en förvandling från att vara ett barns kropp till att bli vuxen. Det innebär att individen exempelvis genomgår en längd- och viktökning samt att kroppsformen förändras för att nämna några förändringar. I och med dessa förändringar blir ungdomarna mer mottagliga för att jämföra sig med samhällets ideal av hur den perfekta kroppen och utseendet skall se ut. Dagens kultur och samhälle bidrar till upprättandet av olika kroppsideal och detta kan ge negativ inverkan på hur tonåringar ser på sig själva och sin kropp (Voelker et al., 2015).

Voelker et al. (2015) poängterar att speciellt flickor som kommer in i puberteten tidigt löper en större risk att ha en negativ syn på sin kropp än deras jämnåriga kamrater som kommer sent in i puberteten. Även pojkar har en större risk att utveckla en negativ kroppsbild under puberteten men i deras fall visas det ofta genom en önskan om en mer vältränad kropp för att passa in på det manliga idealet. Här finns också ett liknande mönster som hos flickorna där pojkar som kommer sent in i puberteten löper en högre risk att ha en dålig syn på sin kropp. Uppfattning av kroppens fysiska förändring under tonåren spelar en stor roll i relation till ett sociokulturellt sammanhang under hela tonårstiden (Voelker et al., 2015).

Problematiken kring kroppsbild hos tonåringar sträcker sig över att enbart handla om fåfänga eller utseendet i övrigt. Kroppsmisnöje har visat sig vara den starkaste indikatorn hos tonåringar för att utveckla ett stort ätbeteende och även att vara i riskzonen för en fullt utvecklad ätstörning i framtiden (Voelker et al., 2015). Missnöje med kroppen kan också länkas till depression samt en negativ självbild och ett större behov av att skapa kontroll. Kontrollbehovet kan även resultera i en ätstörning då ätandet i sig kan vara ett område av livet individen kan känna kontroll över (Voelker et al., 2015).

Bengs (2000) har studerat unga människors syn och tolkning på den egna och andras kroppar utifrån sociala och kulturella normer för kroppen. Bengs (2000) identifierar att kroppen är något som har en stark betydelse för ungdomar i dagens samhälle och detta handlar både om relationen till den egna kroppen men också vad andras uppfattning av ens kropp är. Bengs (2000) fann att detta är kopplat till genus med både skillnader och likheter mellan könen enligt hens studie.

Många unga flickor har enligt Bengs (2000) ett fragmenterat och problematiskt sätt att se på sin kropp, detta i större grad och ett större missnöje än pojkarna i samma ålder. Pojkarna har oftare enligt Bengs (2000) ett större fokus på att vara angelägna om andras kroppar än sina egna. För flickorna är storlek och formen på deras egna kroppar i fokus, medan hos pojkarna är fokus kroppens vikt och längd. Pojkarna har oftast en önskan om att vara muskulösare och längre. När det kommer till att alternera eller påverka sin kropp gör pojkarna främst detta genom träning. Flickorna engagerar sig dock mer frekvent i flertalet praktiker för att alternera och påverka sin kropps utseende som bantning, laxerande medel och andra så kallat skadliga praktiker för viktnedgång. Graden av kroppsmisnöje har enligt Bengs (2000) en koppling till ålder. Hos flickor är kroppsmisnöje högre desto äldre de är, medan pojkars kroppsmisnöje minskar med åldern. Den främsta inverkan på kroppsmisnöje hos både pojkar och flickor är massmedia och det sociala nätverket, särskilt de närmsta vännerna (Bengs, 2000).

4.2 Ätstörningar och ätstörningsproblematik

En ätstörning kan definieras av att individen är fixerad vid sin vikt, kroppsform, ätande, mat och matvanor. Dessutom utsätter personen vanligen kroppen för påfrestningar genom sin fixering vilket kan leda till allvarliga medicinska konsekvenser (Sahlgrenska Universitetssjukhuset, 2015). Ätstörningar drabbar först och främst unga kvinnor, men återfinns även bland personer i andra åldersgrupper samt män. De oftast nämnda ätstörningsdiagnoserna är Anorexia Nervosa och Bulimia Nervosa, dock finns det ett flertal ytterligare ätstörningsproblematiker som går under benämningen Ospecificerad Ätstörning. Gemensamt för alla typer av ätstörningar är att de orsakar mycket lidande och ångest för individen samt att det påverkar livskvaliteten negativt i hög grad (Sahlgrenska Universitetssjukhuset, 2015).

Ätstörningar är enligt World Health Organization (WHO, 2005) bland några av de mest utmanande och problematiska sjukdomarna bland tonåringar. Funari (2013) menar att orsakerna till att en individ utvecklar en ätstörningsproblematik kan bero på en rad olika faktorer, exempelvis kroppsmisnöje eller medias påverkan. Det är vanligen en kombination av olika problem som tillsammans utgör grunden för att en individ skall insjukna i en ätstörning. Olika typer av ätstörningar och ätstörningsproblematiker kan enligt Funari (2013)

kopplas samman med specifika personlighetstyper och individens temperament. Till exempel tonåringar som utvecklar anorexia har enligt Funari (2013) ofta problem med ångest och tvång. De tenderar att fokusera på detaljer och sätter även höga krav på sig själva. I kontrast till detta så lider tonåringar med en bulimidiagnos ofta av problem att kontrollera impulser när det kommer till att agera på vad de tänker och känner. Forskning visar att sådana här underliggande personlighetsdrag kan kategorisera in individer som ligger i riskzonen för att utveckla en ätstörningsproblematik utefter hur deras personlighet är (Funari, 2013).

Ätstörningar tros även kunna triggas av traumatiska händelser i livet, till exempel av skilsmässa mellan föräldrar, problem i skolan eller stressrelaterade faktorer, och i en sådan känslig ålder som puberteten kan dessa traumatiska händelser te sig ytterligare större och mer problematiska. Även mobbning, prestationsångest, avundsjuka, samhällsideal och gruppträck kan alla vara bidragande faktorer till att en individ utvecklar en ätstörning (Funari, 2013).

Anorexia nervosa innebär att individen lider av en störd kroppsuppfattning, intensiv rädsla för att öka i vikt samt att personen ofta kopplar sin självkänsla till vikt och kroppsform. För att motverka viktuppgång svälter personen sig själv och kan i vissa fall även framkalla kräkningar och/eller hetsäta. För att få diagnosen måste individen ha en vikt som är under den nedre normalgränsen för ålder och längd (Sahlgrenska Universitetssjukhuset, 2015). Anorexia innebär självförvårdad svält. Ett av nyckelbegreppen för sjukdomen är att individen hela tiden förnekar att den är sjuk och även om personen oftast är besatt av mat fortsätter de kontinuerligt att förneka sin hunger (Funari, 2013).

Bulimia nervosa är till skillnad från Anorexia nervosa en ätstörning som i första hand innebär att en individ hetsäter, alltså att stora mängder mat intas på kort tid samt att personen upplever att den tappar kontroll medan den äter. En person som lider av bulimi vill dock likt personer som lider av anorexia inte heller gå upp i vikt vilket då medför att en person med bulimidiagnos framkallar kräkningar, motionerar kraftigt, tar laxerande medel eller hoppar över måltider för att motverka viktuppgång (Sahlgrenska Universitetssjukhuset, 2015). Individer som lider av bulimi upplever ofta att de inte har kontroll över sitt liv vilket då kan resultera att de åtminstone känner att de kan ha kontroll över maten de äter och vad som kretsar kring det (Funari, 2013).

En ätstörning som benämns som UNS betyder ätstörning utan närmare specifikation men kan också benämnas som ospecificerad ätstörning. Symtomen för UNS kan innebära att det förekommer symptom som är liknande de vid anorexia nervosa eller bulimia nervosa men inte i sådan grad att kriterierna för någon av dessa ätstörningar uppfylls till fullo. Ätstörning UNS är den vanligaste förekommande ätstörningen och kan innebära en rad olika problem för individen, exempelvis är personen starkt påverkad av sin vikt och sin kroppsform samt fixerad vid tankar på mat och ätande. BED (binge eating disorder) eller hetsätstörning är för närvarande tillhörande gruppen ospecificerad ätstörning. Om en person lider av en tvångsmässig fixering av att upprätthålla en hälsosam livsstil, exempelvis genom att personen har ett starkt kontrollbehov över mat och träning kallas det att personen lider av Ortorexi. Ortorexi är inte ännu en vedertagen diagnos utan ligger i en underkategori till UNS (Sahlgrenska Universitetssjukhuset, 2015; Håman, 2016).

4.3 Självskattningsformulär och exemplet EAT-26

EAT-26 (som står för The Eating Attitudes Test) är ett av de mest använda självskattningstesterna för att mäta symtom på stort ätbeteende och ätstörningar. Detta självskattningstest används ofta för att bedöma just skolungdomars tendenser och benägenhet till ätstörningssymptom inom forskningen. EAT-26 är en omarbetad version av EAT-40, som publicerades 1979 och användes som en av de första studierna som undersökte sociokulturella faktorer i utvecklingen av ätstörningar. Sedan 1979 har EAT-40 blivit omarbetat till EAT-26, och tillsammans har de översatts till ett flertal språk och används nu världen över samt i hundratals olika studier. En av de vanligaste kontexterna där EAT-26 används är i skolmiljö, till exempel av lärare och skolpersonal, då unga personer anses ligga i en av de största riskzonerna för att utveckla en ätstörning. En tidig upptäckt av tecken på ätstörningsproblematik kan vara nyckeln till att en person får hjälp innan de har utvecklat en diagnostiserad ätstörning.

EAT-26 är ett självskattningsformulär med 26 frågor som handlar om att uppskatta en persons känslor och beteende kring stort ätbeteende och/eller ätstörningar. EAT-26 anses vara ett tillförlitligt test för att identifiera riskbeteende kring ätstörningar hos testdeltagarna. Testet går ut på att en person svarar på frågor där det finns ett svarsskala mellan 1 (aldrig) till 6 (alltid) i hur väl man känner igen sig i frågan och därefter analyseras testet utefter hur många ”poäng” deltagaren får. Ju högre ”poäng” man får desto större risk är det att deltagaren har någon form av ätstörningsproblematik (Mora, Penelo, Gutiérrez, Espinoza, González & Raich, 2015).

Dock måste det lyftas att EAT-26 inte är designat för att fullt ut diagnostisera en ätstörning eller att användas istället för en professionell medicinsk diagnostisering, snarare är EAT-26 ett test som kan visa indikationer på om en person skulle kunna lida av en viss ätstörningsproblematik. En får även ha i åtanke att bara för att en person får låga poäng i testet, betyder det inte att personen inte lider av en ätstörningsproblematik (EAT-26, 2017).

4.4 Skolans kontext

Lärandet har en viktig plats i vår kultur och är knutet till både ekonomisk och social utveckling sett till våra föreställningar om densamma och det finns en önskan om att dessa två ska bidra till förbättrade levnadsvillkor (Säljö, 2014). Människor utvecklar kompetenser och färdigheter på olika sätt och en av lärandeteorier som försöker förklara hur lärande går till är det sociokulturella perspektivet. Fokus i det sociokulturella perspektivet är en koppling mellan de olika sociala sammanhangen, interaktion mellan människor, lärare till en grupp elever, individer emellan och dessutom den enskilda individuella nivån (Säljö, 2014). En av de viktigaste utgångspunkterna för sociokulturellt lärande är hur individer och grupper tillägnar sig både fysiska och kognitiva resurser. Det är detta tillägnande som sen influerar det mänskliga tänkandet och utförda handlingar hos individer och grupper (Säljö, 2014). Det sociokulturella perspektivet har som utgångspunkt att skolan ses som en arena där sociala samspel står för en viktig del av verksamheten. Här är det via interaktionen mellan människor som lärandet sker i skolans arena. Det är också via den sociala interaktionen som är en del i skolans vardag, men också den sociala interaktion som sker och påverkar lärandet i klassrummet (Säljö, 2014). Den sociala interaktionen sker såväl på lektioner som på raster. Individer lär sig hela tiden och influeras av omgivningen. Genom ett sociokulturellt perspektiv kan vi se att det sker en influens och påverkan hela tiden, vilket gör att människor

konstant förmedlar någonting till varandra. Denna förmedling kan innebära exempelvis etiska värden, kunskaper och normer (Säljö, 2014).

Det är med särskilt vikt på de etiska värdena och normer det finns en koppling till skolan som social arena. Voelker et al. (2015) påpekar att kroppen är en av de faktorer som främst påverkas av normer under tonårstiden. I den sociokulturella arenan bedömer, diskuterar och resonerar tonåringarna kring kroppen både på en individnivå och på en social nivå. Kroppsmissnöje är något som främst påverkas av vänner i ens omgivning, alltså den sociala kontexten (Bengs, 2000). Det är här som skolan som arena för socialt samspel och interaktion kommer in ytterligare. Skolan ska bidra till en god miljö för utveckling och lärande. Enligt Skolverket (2011b) ska skolan sträva efter en god miljö som innefattar en levande social gemenskap som ger trygghet och skolans miljö ska också ge vilja samt lust att lära (Skolverket, 2011b). En levande social gemenskap där interaktion mellan individer spelar roll för utvecklingen av kunskap och individerna själva. Dessa individer som dagligen påverkas av den sociala interaktionen där normer och etiska värden utbytes mellan dessa individer, normer som dessutom redan möjligen har tillkommit via massmedia, exempelvis normer om kroppsideal. Skolverket (2011b) påpekar att ett etiskt perspektiv ska genomsyra all undervisning i skolan. Det etiska perspektivet innebär att elevernas förmåga att göra personliga ställningstaganden utifrån sina egna- och andras åsikter.

En del av skolans uppdrag är alltså att bidra till det etiska perspektivet i alla delar av undervisningen. Sammankopplat med det sociokulturella perspektivet och skolan som en del i den identitetsskapande arenan så belyses problemet vidare i kommentarmaterialet för hem- och konsumentkunskap att "barn och unga är en central målgrupp för olika former av reklambudskap" (Skolverket, 2011a, s.15). Skolverket (2011a) trycker också på att reklam och dess budskap som är riktade till barn och unga ofta anspelar på just identitetsskapande och även behovet av att känna tillhörighet. Det som lärare behöver göra är att förbereda eleverna och ge dem kunskaper om hur reklamen är uppbyggd samt hur den påverkar människor. För att eleverna ska kunna möta detta på ett mer reflekterat sätt och dessutom kunna motstå dess influenser på ett så positivt sätt som möjligt (Skolverket, 2011a). En möjlighet att arbeta med just reklambudskap kan vara genom media literacy, ett begrepp som både innefattar källkritik och att hantera media på ett bra sätt.

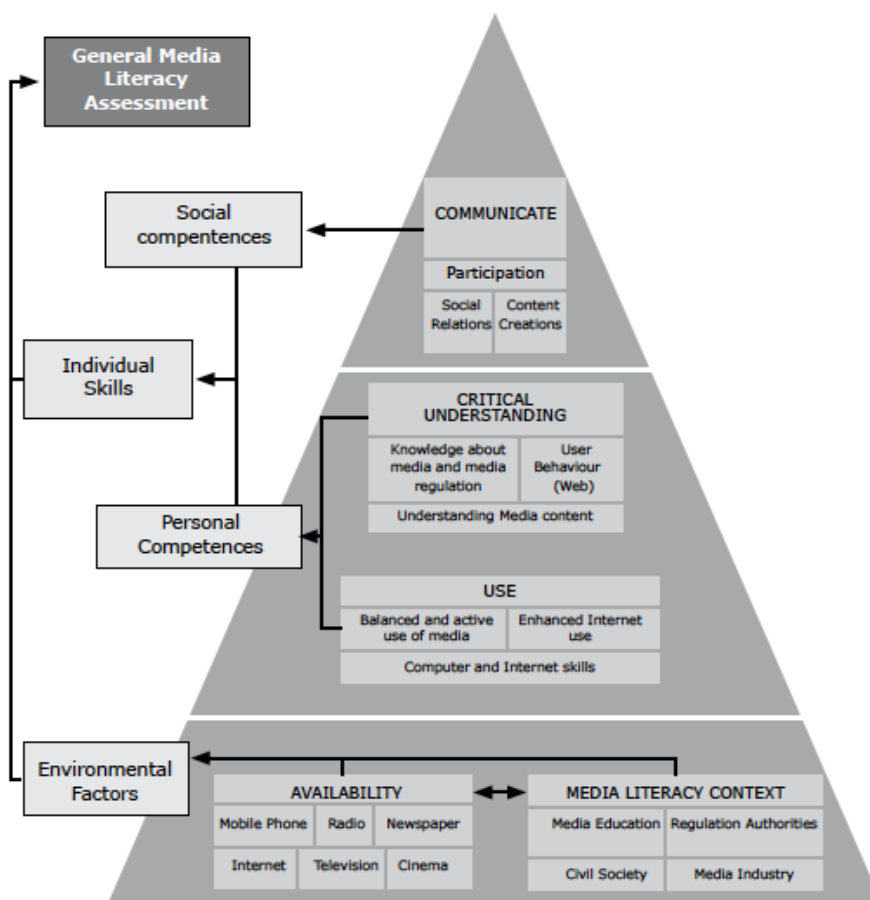
4.5 Media literacy

Media literacy innebär att en individ intar ett kritiskt förhållningssätt till media. Oxstrand (2013) påpekar att källkritik som är en del av media literacy är en egenskap som bör läras ut i skolan. Begreppet bygger på att individen ska kunna hantera media och dess innehåll samt kunna granska och analysera medieinnehållet genom ett adekvat förhållningssätt. Eleverna ska ges förutsättningar till att bli demokratiska samhällsmedborgare, utbildningen ska därigenom genomsyras av kunskaper för att individerna ska kunna göra etiska val vad gäller mänskliga rättigheter samt demokratiska värderingar (Skolverket, 2011). En annan aspekt av begreppet är att kunna uppfatta sociala koder via mediaspråkets innehåll samt att innehållet kan spegla olika åsikter, värderingar samt ideologier.

Organisationen UNESCO (2016) påpekar vikten av att fler elever utbildas i media literacy under skoltid. Enligt UNESCO (2016) innebär media literacy att individer kritisk förhåller sig till media genom förvärvade kunskaper, färdigheter samt attityder kopplade till media. Oxstrand (2013) beskriver att inom begreppet media literacy innefattas många olika delar. Det

kan exempelvis vara aktiviteter som att titta på tv, läsa tidningar, använda sociala medier samt annan ny kommunikationsteknologi vilket gör det till ett komplext och brett begrepp eftersom det innefattar så många olika aktiviteter (Oxstrand, 2013).

Perez Tornero och Pi (2011) har utarbetat en pyramid som beskriver förmågorna i media literacy och hur dessa förmågor samspelar med varandra (se figur 1). Pyramiden är indelad i tre olika nivåer och visar vilka förutsättningar och färdigheter som krävs för att en individ ska uppnå en god media literacy-kompetens. Den första nivån illustrerar miljöfaktorer och tillgång till teknologi som påverkar media literacy-kompetensen, den andra nivån handlar om den individuella kompetensen och den tredje nivån beskriver den sociala kompetensen (se figur 1).



Figur 1, Media literacy assessment. Källa: Perez Tornero & Pi (2011)

Pyramidens första nivå inkluderar omgivande faktorer för att media literacy ska existera medan medietillgängligheten handlar om vilken teknologi som individer har tillgång till. Den andra nivån delas in i två delar: kritiskt förståelse och användning. Närmare handlar uppdelningen om dels den personliga mediaanvändningen (use-skills) och är denoreflekterade mediaanvändningen (Oxstrand, 2013). Kritiskt förståelse handlar om den personliga mediekunskheten och utveckling av den kritiska förståelsen. Den kritiska förståelsen är en kognitiv förmåga som innebär kunskap om medier, förståelse av mediernas innehåll samt det kritiska förhållningssättet till olika typer av medier (Oxstrand, 2013).

Den tredje nivån beskriver den sociala kompetensen alltså hur individer kommunicerar och samspelar med sin omgivning genom olika medier. Här innefattas den personliga och den sociala delen av media literacy. Den personliga nivån handlar om hur en person använder media i praktiken samt hur personen förhåller sig kritisk till vad hen finner där. Det är alltså kunskaper om mediernas innehåll och struktur. Den sociala nivån av media literacy handlar snarare om hur en individ använder medier till att kommunicera med andra. Alla dessa tre nivåer bildar en helhet av begreppet media literacy.

McLean, Paxton och Wertheim (2016) har gjort en review artikel på vilken inverkan förebyggande media literacy program kan ha på kroppsmisnöje. Personer med en låg självbild och kroppsuppfattning löper högre risk att känna misnöje över sin kropp när de möter bilder på slanka och retuscherade människor i media och reklam. Personer som har en positiv syn på sin kroppsbild påverkas i mindre utsträckning av media, de sällar bort orealistiska kroppsideal för att stärka den egna kroppsbilden (McLean et al., 2016). Ett sätt att arbeta med dessa kroppsideal och normer är genom media literacy. McLean et al. (2016) upptäckte i sin review att positiva effekter uppnåddes hos både killar och tjejer vad gäller den egna kroppsuppfattningen och hur en ser på sin kropp genom undervisning i media literacy. Efter interventionen började flickor acceptera sin kroppsstorlek och både flickor och pojkar fokuserade mindre på "det smala idealet". De upptäckte dock att ätbeteenden kopplade till Media literacy inte förbättrades. Detta tror de beror på att interventionerna inte fokuserade på detta område. De flesta interventionerna hade en inriktning på kroppsuppfattning och utseendet kopplat till media literacy (McLean et al., 2016).

4.6 Normkritiska perspektiv

Lärare är en yrkesgrupp där det är viktigt att vara medveten om vilka normer läraren själv förmedlar (Bromseth & Darj, 2010). De normer som avses här kan exempelvis vara normer om hur mycket en skall äta, vad en skall äta och hur mycket en skall träna för att vara hälsosam. Även fördomar om att en överviktig person inte kan vara hälsosam eller att en smal person inte kan vara ohälsosam kan ses som bidragande faktorer till att etablera normer kring vad hälsa är. Beroende på i vilken kontext det handlar om kan olika sorters normer avses men i denna litteraturstudie kommer hälsosnormer och normer som relaterar till detta behandlas. En norm kan definieras följande:

Normer bygger på idén om normalitet och avvikelse och därmed skapar normer hierarkier där somliga ges och tar sig rätten att benämna, betrakta och behandla andra som avvikande och möjliga att ifrågasätta. Om vi verkligen vill komma åt kränkningar är det just i normerna som vi bör börja (Martinsson & Reimers, 2008, s.27).

Normkritik är viktigt. Genom att reflektera och fråga sig själv hur ens egna identitet, kultur och erfarenheter påverkar undervisningen kan det även vara möjligt att välja andra vägar. Exempel på frågor att ställa sig som lärare kan vara: Vilka normer förmedlar jag som lärare i klassrummet? Hur vill jag att undervisningen skall vara utifrån ett normkritiskt perspektiv? Hur kommer jag dit? (Bromseth & Darj, 2010). Det är viktigt att lärare ser sig själva som medskapare av normer, både i klassrummet och i samhället. En normmedveten undervisning kräver en hel del av lärare. Exempelvis krävs det att lärare har en ständigt närvarande uppmärksamhet kring vad som görs till norm i klassrummet (Bromseth & Darj, 2010). Det kan vara allt från hetronormativitet och skolmaterialets innehåll till hur du som lärare språkligt uttrycker dig. Eftersom normer är något som vi lär in är det också någonting som vi senare kan lära om och genom detta tänkande kan man skapa en grund i att alla som vill kan

bli normmedvetna och kritiska (Bromseth & Drajl, 2010). Lärare och framtida lärare måste öva på att vara mer normmedvetna för att undvika att specifika normer etableras.

Normkritisk pedagogik är tänkt att fungera som ett arbetsredskap för att visa hur olika normer i samhället tillsammans skapar en obalans inom olika pedagogiska praktiker och hur man kan utmana dessa normer på olika sätt (Bromseth & Darj, 2010). Något som är viktigt att lyfta här är att normkritik är ett begrepp som lärare kommer få arbeta med varje dag, det är ingenting som en bara lär sig som sen kan tillämpas på alla aspekter till exempel i klassrummet. Bromseth och Darj (2010) diskuterar även om begreppet normkritisk pedagogik istället skulle heta ”normmedveten”, eftersom den viktigaste innebörden av begreppet är att synliggöra normer.

Normkritiska perspektiv och normkritik som begrepp handlar om att lärare och framtida lärare kritiskt reflekterar över hur normer skapas i klassrummet. Vem och vad är det egentligen som skall förändras för att kunna minska och begränsa förtryck (Bromseth & Darj, 2010)? Skolan som arena är en bra plats för att lägga grunderna till den normkritik som senare kan följa en elev genom livet. Lärare i skolan idag besitter en makt att påverka, och det är återigen viktigt att lärare är medvetna om de normer som förmedlas till eleverna. Intagandet av ett normkritiskt perspektiv, både på sig själv och i kontexten av sin egen undervisning kan bidra till ett livslångt normkritiskt tankesätt hos eleverna, men också en tryggare miljö för de elever som kanske inte anses vara en del av normativiteten. Bromseth och Darj (2010) beskriver hur den normkritiska pedagogiken inte handlar om att alla normer skall upplösas. De menar att normer behövs för att vi människor skall kunna samexistera. Den normkritiska pedagogiken gör dock att normerna synliggörs, därav behövs den normkritiska pedagogiken i alla delar av läraruppdraget. Någonstans måste uppstarten av att förstå vad normer är och hur de fungerar, något som är lättare sagt än gjort (Bromseth & Drajl, 2010). Författarna menar att lärare och framtida lärare måste ställa sig frågan om de bestående maktstrukturerna och normerna utmanas och om dessa kan beaktas för att genomföra en förändring till det bättre? Att förstå förtryck är en central del i att utmana det, därför är det också viktigt att kritiskt granska förändringsstrategiers teoretiska och ideologiska grund (Bromseth & Drajl, 2010).

5 Metod

5.1 Datainsamling

Datainsamlingen har utgått från Brymans (2011) fyra steg för litteraturstudier vid både datainsamlingen och databearbetningen. Stegen är följande: (1) Formulera litteraturstudiens syfte, (2) beskriv vilka kriterier som påverkar valet av litteratur, (3) genomgång av samtliga studier som uppfyller kriterierna och redovisa utfallet (4) beskriv viktiga faktorer i de utvalda studierna (Bryman, 2011 s. 104). Nedan följer en närmare beskrivning av tillvägagångssättet och de olika stegen.

(1) Vid formulering av syfte till denna litteraturstudie beaktades olika aspekter och det eftersträvades att få in de aspekter som önskade undersöka i studien på ett tydligt och klart sätt. Utifrån det bestämda syftet valdes sökorden *adolescents*, *eating disorders* och *school*, som användes i samtliga databaser. Dessa sökord skulle finnas med i abstraktet för att det med större sannolikhet skulle finnas med i resterande artikel. Valet föll på AND som boolesk operator för att sammanfoga sökorden med varandra. Samtliga artiklar är peer-reviewed granskade. (Se tabell 1). Databaser som användes var Scopus, ASSIA, Education Research Complete samt ERIC. Det totala antalet träffar sammanlagt i databaserna blev 227 och efter uteslutning av dubletter återstod 195 artiklar. Antalet genomlästa abstrakt uppkom till 92 totalt efter läsning i samtliga databaser. Urvalet blev efter genomläsning av abstrakt totalt 23 artiklar (Se tabell 1.)

Tabell 1. Sökning i databaser

Datum	Databas	Sökord/ Booleska operatörer	Antal träffar	Lästa abstracts	Urval
14/2- 2017	ASSIA	“School” AND “Eating disorders” AND “Adolescents”	51	35	3
9/2-2017	Education Research Complete	“School” AND “Eating disorders” AND “Adolescents”	7	7	1
9/2-2017	ERIC	“School” AND “Eating disorders” AND “Adolescents”	5	5	1
9/2-2017	Scopus	“School” AND “Eating disorders” AND “Adolescents”	164	45	18

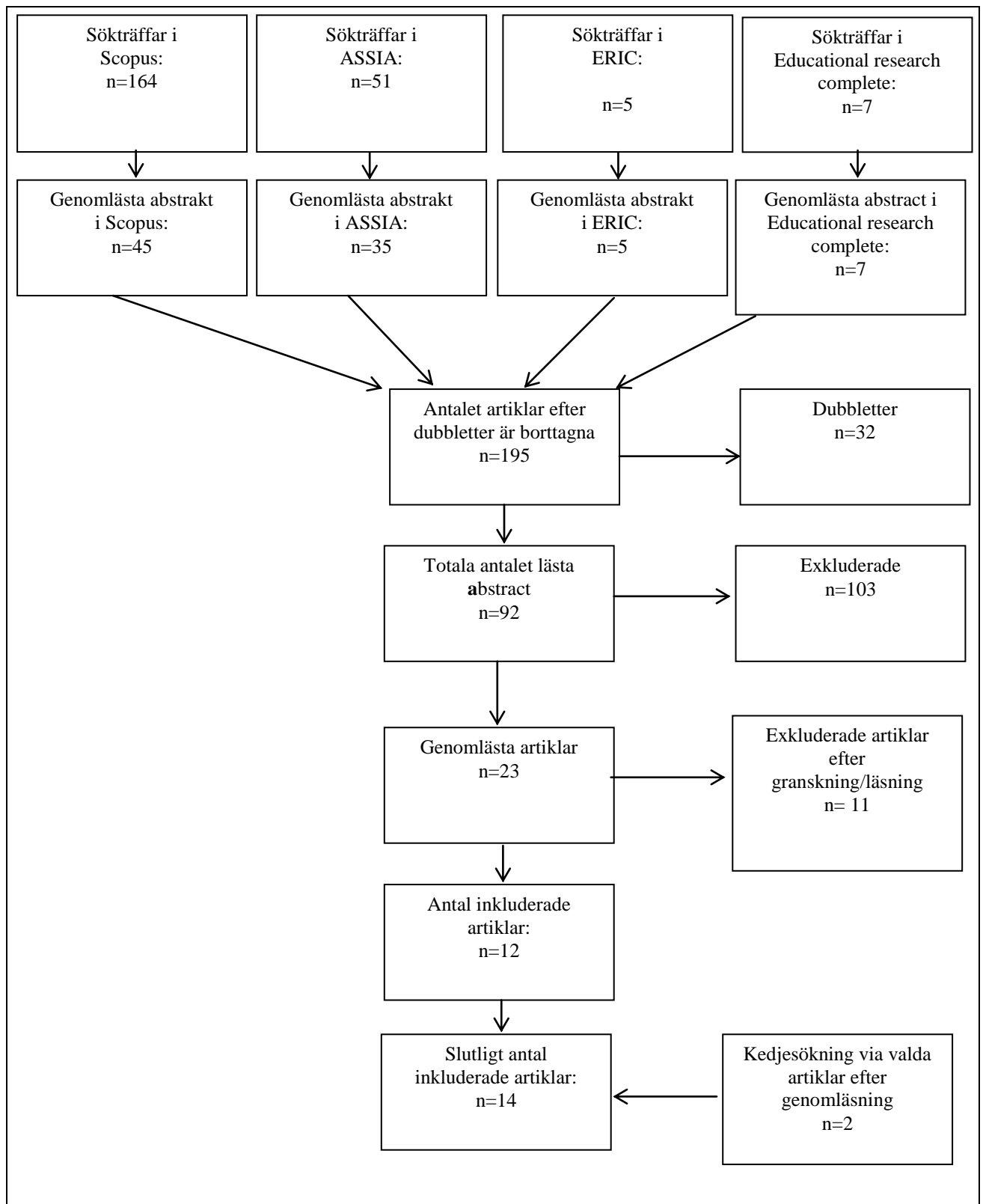
(2) Inklusionskriterierna för litteraturstudien var att studierna ska vara publicerade mellan 2010-2017. Detta inklusionskriterie, att specificera sökningen från 2010 fram till 2017 gjordes för att begränsa utfallet av studier till aktuell forskning samt att begränsa antalet träffar i sökresultatet.

Ett annat inklusionskriterium för studierna var att de ska innefatta ungdomar i åldrarna 10-20. Currin, Schmidt, Treasure och Jick (2005) har funnit i sin forskning att risken för att utveckla en ätstörning är mellan 10-19 års ålder. Valet föll därför på studier som hade ett urval på ålder 10-20. Inklusionskriteriet för geografisk restriktion föll på att studierna ska vara gjorda i Europa, USA eller Australien. Dessa länder valdes eftersom det finns likheter med den svenska kulturen, levnadssättet och skolsystemet.

(3) Efter granskning av valda forskningsartiklar exkluderades 11 av dessa. En artikel valdes bort därför att den handlade om näringsintag hos personer med ätstörning och saknade koppling till skolan. En annan artikel valdes bort därför att den endast behandlade ätstörningen bulimia nervosa och eftersträvan låg på att använda forskning som fokuserar på olika ätstörningar och inte endast en. En artikel var publicerad i Peru samt var deras forskning genomförd i Peru och därmed exkluderades den då det inte passar in i inklusionskriterierna. Ytterligare fem artiklar valdes bort för att de inte passade in på syftet eller motsvarade inklusionskriterierna. Slutligen exkluderades två artiklar för att de inte uppfyller kraven för IMRAD (Introduktion, Material och metod, Resultat, Analys och Diskussion) och valdes därför bort för att forskarna inte gjort en egen studie. Den sista artikeln uppnådde inte tillräckliga poäng i kvalitetsgranskningen (Se avsnitt om databearbetning).

Efter en testsökning bestämdes det att inklusionskriteriet för publicering av studierna skall vara årtalen 2010-2017 för att minska på antalet sökträffar. Däremot tillkom två artiklar utanför detta inklusionskriterium vid kedjesökning. Vid kedjesökningen återfanns två ofta refererade forskare som för oss var intressanta i och med dessa forskares område. Forskarna O'Dea och Abraham har gjort studier på ätstörningar - och ätstörningsproblematik i skolan och även hur blivande hem- och konsumentkunskapslärare arbetar med denna problematik. Trots att deras forskning är från tidigare årtal än det vi tidigare bestämt föll valet på att ha med deras forskning i och med forskarnas kunskap i området. Två artiklar tillkom alltså via kedjesökning i referenslistor i redan inkluderad resultatlitteratur. De artiklar som refererades där gjorda av O'Dea och Abraham söktes upp i databaser, lästes och granskades. En av dessa artiklar (O'Dea & Abraham, 2001) inkluderades direkt och den andra av dessa två (O'Dea & Abraham, 2000) återfanns via ett ytterligare steg i refererad litteratur.

(4) Artiklarna som slutligen inkluderats i studien är till största delen kvantitativa studier, en del kvantitativa studier som baseras på interventions- eller preventionsprogram där även dessa program beskrivits i forskningsartikeln. Inkluderat är även en kohortstudie och två kvalitativa studier (Se bilaga 2, tabell 2). I bilaga 2 framkommer också resultat, syften och vilken metod och urval som använts i studierna samt antal poäng artikeln erhållit i kvalitetsgranskningen. Nedan återfinns även ett flödesschema över hur de inkluderade artiklarna i studien söktes fram och hur bortfall vid bearbetning har genomförts (se figur 2).



Figur 2, Flödesschema

5.2 Databearbetning

Det totala antalet artiklar i sökresultatet uppkom till 227 stycken. Efter exkludering av dubletter (n=32) återstod totalt 195 artiklar i sökresultatet från alla databaser. Exkludering av artiklar genomfördes med hjälp av EndNote. Antalet databaser var fyra stycken och totalt lästes 92 abstrakt vilket exkluderade 103 abstrakt som inte lästes (Se figur 2). Vid läsning av abstrakt (n=92) återstod 23 artiklar av intresse som då sparades ner digitalt för genomläsning och granskning utifrån kriterierna för IMRAD, samt bestämda inklusionskriterier och slutligen kvalitetsgranskning. Antalet artiklar som då inte uppfyllde våra kriterier är 11, vilket gör att kvarvarande antalet artiklar då var 12. Vid läsning av denna litteratur återkom tidigare nämnda O'Dea och Abraham (2000;2001) som vid läsning och granskning av oss valdes att inkluderas i studien då de uppfyllde syfte och inklusionskriterier och därmed lades dessa till via kedjesökning. Därmed är det slutliga antalet inkluderade artiklar i studien 14 (Se figur 2).

Artiklarna som är inkluderade i resultatet uppgår till 14 artiklar som kvalitetsgranskades genom en bedömningsmall där samtliga frågor bearbetades (se bilaga 1). Dessa frågor bearbetades via Google Forms för att vi på ett smidigt sätt skulle få in informationen från kvalitetsgranskningen till en tabell för sammanställning av artiklarnas slutliga poäng. Poängsättning gick till på följande vis; varje fråga som besvarades med ett ja genererade i ett poäng och varje fråga som besvarades med nej genererade noll poäng. Även de två frågor där svarsalternativet *oförmögen att avgöra* (se fråga 8 och 16 i bilaga 1) genererade noll poäng om så var svaret för artikeln i fråga.

Fråga nummer fyra; *Kvalitativ artikel: Får vi kunskap om forskarens förförståelse/perspektiv?* (se bilaga 1) ansåg vi kunde besvaras på samtliga artiklar och inte endast på de studier som är kvalitativa. Vi valde och utgick från om vi fick kunskaper om forskarens förståelse eller perspektiv oberoende av vilken typ av studie det var, vilket vi anser är viktigt i alla forskningsområden. I och med detta återstår två frågor i kvalitetsgranskningen (se bilaga 1) som är specifika för interventionsstudier. Dessa frågor gör att maxpoängen för artiklarna i vår litteraturstudie uppkommer till 15, men för interventionsstudierna kan maxpoängen vara 17. Vi satte däremot en lägre gräns som vi önskade att artiklarna skulle uppfylla för att få vara med i vårt resultat och därmed satte vi en lägsta poäng på tio. En artikel fick maxpoäng därför att studien var både kvantitativ och en interventionsstudie. En artikel exkluderades vid kvalitetsgranskningen då poängen för denna blev åtta. De återstående artiklarna efter kvalitetsgranskning finns med i en översikt av inkluderande forskningsartiklar (Se bilaga 2, tabell 2).

6 Resultat

6.1 Ätstörningsproblematik, genuskillnader och relaterade faktorer

Resultatet från fem större studier presenteras nedan där det framkommit olika faktorer som är relaterade till ätstörningar. Faktorerna, beteenden och symptom som framkommit i dessa studier kan sammankopplas med skolelevers beteende och symptom på en övergripande nivå. Symptom på ätstörningar som bland annat mäts via EAT-26 är vissa beteenden som sammankopplas med ätstörningar av olika slag. Det kan även vara att ägna sig åt självsvält, hetsätning eller att kräkningar vid exempelvis intag av mat. Dessa beteendefaktorer kan finnas hos personer utan att personen har en diagnostiserad ätstörning och kallas då symptom på ätstörningar i kommande avsnitt, med notering om att dessa symptom inte syftar på diagnosen UNS utan endast beteenden kopplade till ätstörningar. Dessa faktorer, beteenden och symptom ska dock inte uppfattas som absoluta tecken på att en person har eller ligger i risk för ätstörning.

Haines, Ziyadeh, Franko, McDonald, Mond och Austin (2011) genomförde en större kvantitativ studie riktad till att undersöka hur vanligt det är med symptom på ätstörningar med hjälp av självskattningsenkäten EAT-26. I studien deltog totalt 5618 ungdomar med en genomsnittlig ålder på 16 år. Här mättes förekomsten av olika beteenden och attityder som kan vara tecken på ätstörningar eller ätstörningsproblematik, vilket innebär att det finns möjlighet att misstänka ätstörningar eller ätstörningsproblematik genom denna självskattning men inte diagnostisera den. Här i denna studie uppgav 24 % av flickorna att de var engagerade i att bli smalare, hos pojkarna var motsvarande siffra 8 %. Ett beteende hos ungdomar, också en metod för att kontrollera vikten kan vara att framkalla kräkningar, ofta i samband med matintag. I Haines et al.:s (2011) studie uppgav 12 % av flickorna och 3 % av pojkarna att de kräks för att kontrollera sin vikt. Ett beteende som också kan kopplas till ätstörningar och ätstörningsproblematik är hetsätning, vilket i Haines et al.:s (2011) studie uppgav 17 % av flickorna att de hetsätit en eller flera gånger de senaste tre månaderna medan 10 % av pojkarna uppgav att de gjort detsamma.

Siffrorna i studiens resultat (Haines et al., 2011) visar dessutom att båda dessa beteenden, att hetsäta och kräkas, är lika vanliga och har samma frekvens hos både pojkar och flickor. Denna studie har ett mindre antal pojkar som deltog än flickor (3286 flickor och 2332 pojkar var deltagande). I testresultaten för EAT-26 i Haines et al.:s (2011) studie uppvisade 14 % av flickorna ätstörningssymptom och 4 % av pojkarna ätstörningssymptom. Skillnaden i antal deltagande pojkar och flickor i denna studie visar att även om antalet flickor med ätstörning är högre så är det trots detta lika hög frekvens av ätstörningar och ätstörningsbeteenden hos pojkar och flickor. Dessa faktorer som mäts för ätstörningsbeteende är därmed alltså lika vanliga hos både pojkar och flickor. Siffrorna ger en missvisande representation genom den ojämna uppdelningen mellan deltagande flickor och pojkar. I kontrast till detta visade Allen, Byrne, Oddy och Crosby:s (2013) studie att de som förväntat i sin studie fick ett resultat där flickor var överrepresenterade i antalet unga som hade en diagnostiserad ätstörning. Av studiens deltagare återfanns symptom eller diagnostiserad ätstörning hos 85 % av flickorna och 45 % av pojkarna.

I studien gjord av Hautala et al. (2011) framkom att 52 % flickor respektive 17 % pojkar uppvisar symptom på ätstörning i början av studien och dessa deltagare hade kvar symptomen på ätstörning även vid uppföljningen som var fyra år efter första mätningen. Flickor är i större risk för att få ett återfall av ätstörning i jämförelse med pojkar (Hautala et al. 2011). Skillnader mellan könen framkom angående metoder för att kontrollera kroppens utseende. Flickor har en tendens att i större utsträckning än pojkar använda sig av strikta dieter, hetsäta eller kråkas. Vad gäller överdriven träning fanns inga skillnader mellan könen (Bentley et al., 2015).

6.1.1 Faktorer hos unga som kan kopplas till ätstörningar

I en kohortstudie av Sundquist, Ohlsson, Winkleby, Sundquist och Crump (2016) undersöktes kopplingen mellan hög prestation i skolan och ätstörningar. Det som framgick av denna studie var att dessa två faktorer är associerade med varandra, en hög skolprestation är associerat med en förhöjd risk för utveckling av ätstörningsproblematik men är inte en orsakande faktor till utvecklingen av en ätstörning. Sundqvist et al. (2016) visar att det i detta fall särskilt innebär en förhöjd risk specifikt för anorexia nervosa och bulimia nervosa hos flickor medan hos pojkar är den förhöjda risken specificerad till endast anorexia nervosa. I motsats till detta är Allen et al.'s (2013) studie där resultatet visade att de unga som hade en ätstörning i deras studie ofta kopplades ihop med andra problem och faktorer motsatta till det som visas i Sundqvist et al. (2016). Dessa kunde vara både interna och externa problem. De interna problemen, det som en person inte uppvisar utåt till andra omkring, är depressiva symptom, samt låg självkänsla. De flesta av dessa representanter i studien som uppvisade dessa interna problem var flickor. De externa problemen är de problem som syns utåt och andra kan uppfatta. I studien var de externa problemen fyra stycken: uppmärksamhetsproblem, tankeproblematik, regelbrytande beteende och aggressiva beteenden (Allen et al., 2013).

Något att lyfta som orsak till ätstörningar är enligt Sundqvist et al. (2016) beskrivningen av en perfektionistisk karaktär, där personen dels uppnår höga studieresultat på grund av att personen har ett driv till perfektion samt att det är dels denna eftersträvan till perfektion som också gör att personen eftersträvar den ideala kroppen. Det perfektionistiska draget kan vara förklaringen till varför personer med ätstörningar i genomsnitt också har höga skolresultat. Det finns också enligt Sundqvist et al. (2016) en koppling mellan högt IQ och anorexia nervosa och att detta samband skulle ha en större påverkan på skolprestationer än vad som kan förutsägas genom att endast kolla på IQ kopplat till skolframgång.

Psykosocial ohälsa är kopplat till livskvalitet, hur väl du uppfattar livet, att du mår bra och är också sammanlänkat med ångest och depression). I studien gjord av Bentley, Gratwick-Sarll, Harrison och Mond (2015) redovisas att flickor i högre utsträckning rapporterar ätstörningsproblematik och att de anser att de själva har en sämre psykosocial funktion. Detta är något som flickorna anser att de själva upplever starkare och att de har mer betydelse för dem personligen. Pojkar verkar inte dela denna upplevelse och ser inte att deras psykosociala ohälsa har samma betydelse för dem personligen såsom flickorna rapporterar. Ätstörningsproblematik har ett litet samband på psykosocial ohälsa (exempelvis depression och ångest) men det finns enligt studien en viss eller liten relation mellan psykosocial ohälsa och ätstörningsproblematik (Bentley et al., 2015). Alltså att det finns en koppling mellan depression och ångest kopplat till eller sammanlänkat med ätstörningar. Däremot är påverkan av den psykosociala ohälsan lika stor hos både pojkar och flickor i samband med ätstörningsproblematik och livskvalitet. Pojkarna i denna studie upplever dock att de inte själva påverkas lika starkt som flickorna (Bentley et al., 2015), de lägger inte samma vikt vid livskvaliteten och begrundar inte på samma sätt sin psykosociala ohälsa som flickorna gör.

Flickorna lägger alltså enligt Bentley et al.:s (2015) studie mer åtanke på sin psykosociala ohälsa jämfört med pojkarna och lägger mer egen tanke på att de inte mår bra.

Psykosocial ohälsa har en starkare koppling till ätstörningar i studien av Hautala et al. (2011). I början av Hautala et al.:s (2011) studie uppvisade 11% flickor symtom på depression, 16 % visar tecken på ångest och 21 % uppvisade missnöje till sitt utseende. Dessa siffror var dubbelt så höga i jämförelse med pojkar. Vid en uppföljning efter fyra år steg siffrorna och fördubblades hos både pojkar och flickor vad gäller depression och ångest. Men missnöjet till kroppen låg kvar på samma nivå som tidigare. Enligt Hautala et al. (2011) uppvisar flickor i högre utsträckning symtom på depression, ångest och missnöje till det egna utseendet än pojkar. Flickor påverkas i större utsträckning av ett långvarigt missnöje till kroppen och sitt utseende och detta bidrar till uppkomsten av ätstörningar (Hautala et al. 2011).

6.1.2 Föräldrars och hemmiljöns påverkan

Sundqvist et al. (2016) lyfter fram en faktor till utveckling av ätstörning vilket är en koppling mellan föräldrarnas utbildningsnivå och risken för att barn till vuxna med hög utbildningsnivå skulle löpa en större risk att utveckla både anorexia nervosa och bulimia nervosa. Detta är på grund av att vara högutbildad i sig är kopplat till både genetiska och miljömässiga faktorer som påverkar möjligheten till högre utbildning och det är dessa faktorer i sig som är kopplade till risken för ätstörningsproblematik. Sundqvist et al. (2016) nämner att det finns liknande studier gjorda i Sverige där samband mellan utbildningsnivå hos föräldrar kan kopplas till ätstörningsproblematik hos barnen till dessa föräldrar. Föräldrarnas utbildningsnivå är endast en del av förklaringen till utvecklingen av ätstörningar och har ett möjligt samband enligt Sundqvist et al. (2016).

Hautala et al. (2011) tillägger genom sin studie vad föräldrars påverkan kring ätstörningar och ätstörningsproblematik kan vara. De åtskiljer i sin studie moderlig och faderlig omsorg, men beskriver också båda föräldrarna som en helhet i några sammanhang. Hautala et al. (2011) beskriver bland annat att för flickor med återkommande ätstörningsproblematik är det 70 % av dessa som upplever en lägre nivå av modersomsorg. De som tillfrisknar från ätstörningar upplever en högre nivå av modersomsorg enligt studien. För att tillfriskna krävs enligt Hautala et al. (2011) båda föräldrarnas omsorg men extra viktigt för att tillfrisknande ska ske så krävs en högre modersomsorg särskilt hos flickor. För uppkomst av ätstörningar och ätstörningsproblematik fanns inga resultat som visade att moderlig omsorg hade någon påverkan på uppkomsten av dessa. Däremot kan en överbeskyddande moder (den överbeskyddande modern är inte densamma som den omsorgsfulla) möjligtvis påverka uppkomsten av ätstörningar. Om en faders omsorg är högre än normalt, enligt skalorna som använts i denna studie, så minskar risken för uppkomst av ätstörningar med 50 % hos flickorna. Avslutningsvis visade resultaten i denna studie att de som inte utvecklat en ätstörning eller ätstörningsproblematik mindes föräldrarnas omsorg som positiv och med glädje. I kontrast uttryckte de flickor som haft ätstörningar under en längre tid att deras upplevelse av föräldrarnas omsorg var att den var mindre omhändertagande och att deras föräldrar varit mer kontrollerande, än vad de andra i studien upplevde (Hautala et al., 2011).

6.2 Elevperspektiv på ätstörningar och ätstörningsproblematik

Sharpe, Damazer, Treasure och Schmidt (2013) samt Knightsmith, Sharpe, Breen, Treasure och Schmidt (2014a) utgår i sina två studier utifrån elevperspektivet på ätstörningsproblematik i skolan samt hur detta ser ut i relation till hemmet, media,

kompisrelationer och skolpersonal. Sammantaget presenteras i dessa två studier att elevernas perspektiv på och insikt i ätstörningsproblematik är relativt god. Relaterat till ätstörningsproblematik diskuteras även annan problematik som utseendehets, kropps bild och självförtroende (Sharpe et al., 2013 & Knightsmith et al., 2014a). Deltagarna i dessa studier är elever och kommer benämnas vidare i resultatet som just detta för att tydliggöra att dessa åsikter, tankar och känslor kring ätstörningar och ätstörningsproblematik kommer från ett elevperspektiv. Vidare kommer det resultat som återspeglar lärare- och lärarstudenters relation till ätstörningar och ätstörningsproblematik benämnas utifrån vad dessa deltagare tillhör för kategori för att detta ska bli tydligt.

6.2.1 Utseende, kropps bild och bantning

I studien av Sharpe et al. (2013) presenteras en relativt blandad bild kring hur elever ser på vikten av utseende och utseendets betydelse för självförtroende. Gemensamt för flertalet av eleverna var dock att de upplevde att bantning var någonting som var ständigt pågående och närvarande i skolans värld. Alla elever i studien av Sharpe et al. (2013) ansåg sig vara bekanta med begreppet bantning samt att det uppgavs att alla någon gång hade varit på någon form av diet. Bantning presenteras även som statushöjande bland vissa av eleverna. Eleverna beskriver hur de som faktiskt bantar och engagerar sig i det på riktigt ofta är de som inte pratar högt om detta faktum, medan andra mer använder det just som en slags statushöjning och säger att de bantar men inte gör det (Sharpe et al. 2013).

Kroppsideal tas upp tillsammans med självförtroende och kropps bild. Flertalet av eleverna i Sharpe et al.:s (2013) studie beskriver hur de känner press från andra jämnåriga när de exempelvis uttrycker att de behöver gå ner i vikt. Att jämföra sig med andra jämnåriga som uttrycker en önskan om att gå ner i vikt och om denna jämnåriga person dessutom är smalare än en själv, leder det enklare enligt eleverna till att eleven själv då vill gå ner i vikt (Sharpe et al., 2013). Eleverna uttrycker att de har en tendens till att tala om vikt nedgång, kroppsideal och ätbeteende när de diskuterar övervikt. Automatiskt kopplas övervikt till en önskan om att gå ner i vikt och äta hälsosammare enligt eleverna i studien (Sharpe et al., 2013). De främsta anledningarna till en önskad vikt nedgång är enligt eleverna i studien (Sharpe et al., 2013) faktorer som grupstryck och en önskan om att bli accepterad av kompisgruppen, press från familj och släkt, influenser från media och modeindustrin samt att eleverna jämförde sig med andra på antingen internet eller i den så kallade verkligheten (Sharpe et al., 2013).

6.2.2 Påtryckningar från samt att bli accepterad den sociala omgivningen

Sociala medier, exempelvis Facebook spelar en stor roll i pressen eleverna upplever i att se bra ut. I och med sociala medier har elevernas sociala nätverk vidgats och därmed finns det fler jämnåriga att jämföra sig med. Detta leder till en upplevd högre press att se bra ut samtidigt som eleverna är medvetna om att mår sämre av att jämföra sig med människor på internet (Sharpe et al., 2013).

Eleverna i studien (Sharpe et al., 2013) ansåg att de hela tiden blir dömda av alla omkring dem. Vänner, familj och även okända människor på nätet påverkar dem och deras syn på sig själva, sitt utseende och sin kropp. Påtryckningar från familjemedlemmar upplevs vara det som påverkar mest och tas på stort allvar. Flertalet av eleverna i studien (Sharpe et al., 2013) är medvetna om att de blir påverkade både direkt och indirekt av familj och släkt. Exempelvis tenderar de att börja följa samma diet som föräldrarna då det blir enklast att alla äter samma

kost hemma (Sharpe et al., 2013). Media och modeindustrin är en del av hetsen kring kropp, vikt och utseende för eleverna. Kunskap kring hur media och modeindustrin visar upp ett osunt kroppsideal finns och problematiseras av eleverna samtidigt som de fortfarande blev påverkade trots sin medvetenhet (Sharpe et al., 2013).

Det viktigaste för eleverna var att den egna kompisgruppen accepterar dem. Ju äldre eleverna är desto mer medvetna är de om sitt utseende och sin vikt och att de blir dömda utefter det. Det blir viktigare ju äldre eleverna är att bli accepterade och åtrådda av det motsatta könet vilket också bidrar till kropps- och utseendekomplex (Sharpe et al., 2013).

6.2.3 Skolans och omgivningens påverkan

Deltagarna i Sharpe et al.:s (2013) och Knightsmith et al.:s (2014a) studier beskriver hur de tycker att skolan och omgivningen skall kunna bidra till ett bättre klimat för de som lider av ätstörningsproblematik. Skolan och omgivningen anses ha ett ansvar att ingripa (Sharpe et al., 2013; Knightsmith et al., 2014a). Eleverna i Sharpe et al.:s (2013) studie diskuterar att extra stöd från omgivningen, vänner, familj och skolpersonal är viktigt. Mer kritisk granskning av media samt även en större medvetenhet kring hur familjen, vännerna och skolan pratar kring mat anses vara önskvärt. Det är viktigt att elever och skolpersonal får mer utbildning i hur ätstörningar upptäcks, hur symtomen identifieras och hur ätstörningsproblematiker visar sig (Sharpe et al., 2013).

Knightsmith et al.:s (2014a) studie visar på vikten av att tidigt upptäcka symtom på att någon lider av en ätstörning eller någon form av ätstörningsproblematik. Elever och skolpersonal tjänar på att ha en hög medvetenhet kring tecken på ätstörningar enligt Knightsmith et al. (2014a). Elever som kan se tecken på ätstörningsproblematik hos sina vänner kan bidra till att se något som de vuxna lätt missar vilket ger ytterligare en dimension i arbetet med ätstörningsproblematik i förebyggande syfte. Vissa av eleverna i studien (Knightsmith et al., 2014a) upplever att det är svårt att tala med en vuxen, som exempelvis en lärare om ätstörningar och ätstörningsproblematiker och talar hellre med jämnåriga. Orsaken till detta uppges vara att det finns en rädsla för att läraren överreagerar eller tvärtemot inte tar det på allvar när eleverna väl försöker tala med läraren (Knightsmith et al., 2014a). Eleverna är även rädda för att lärare skall berätta om deras problematik för någon annan så att föräldrar och andra vuxna i elevens närhet blir medvetna om problematiken även om det inte är önskvärt (Knightsmith et al.:2014a). Lärares viktigaste egenskap när de talar med en elev om ätstörningar är enligt eleverna i studien (Knightsmith et al.:2014a) att de är öppna, ärliga och tillgängliga för vad eleven säger (Knightsmith et al.:2014a).

Kommunikationen med föräldrarna i Knightsmith et al.:s (2014a) studie upplevs ibland problematisk enligt eleverna. Det finns flera situationer där föräldrarna är en tillgång och kan erbjuda hjälp men då bara om de har rätt kunskap om ätstörningar och ätstörningsproblematik. Skolpersonal främst inom skolhälsan anses tillgängliga för att hjälpa. Exempelvis skolsköterskan anses mer tillförlitlig än andra vuxna i skolan och någon som elever kan tala med utanför klassrummet när de vill vända sig till en vuxen (Knightsmith et al.:2014a).

Det största problemet i studierna (Sharpe et al., 2013; Knightsmith et al., 2014a) identifieras av eleverna som bristen på kunskap kring ätstörningar och ätstörningsproblematik. Elever upplever att det behövs mer kunskap kring ämnet, främst för lärare och skolpersonal men eleverna vill också själva få tillgång till mer kunskap (Sharpe et al., 2013; Knightsmith et al., 2014a).

6.3 Lärarperspektiv på ätstörningar och ätstörningsproblematik

Lärare ska vara medvetna om hur det förmedlar kunskap kring känsliga ämnen såsom ätstörningar och ätstörningsproblematik. Brist på kunskap hos lärare är problematiskt och det krävs mer utbildning i ämnet (O'Dea & Abraham., 2001; Knightsmith, Treasure & Schmidt., 2014b). Lärare och skolpersonal upplever att de har låg eller ingen kunskap om hur de skall stödja elever med ätstörningsproblematik. Det kan också utläsas att lärare och skolpersonal anser att det är allt för lite utbildning om ätstörningsproblematik i skolan samt att de känner sig obekväma med att tala om ämnet med eleverna. Det finns också kunskapsbrister i hur lärare ska integrera elever som har missat skolundervisning på grund av ätstörningsproblematik (Knightsmith, et al., 2014b).

O'Dea och Abraham (2001) fokuserar på hur lärarstudenter förmedlar kunskap om ätstörningar och ätstörningsproblematik samt hur de själva för över egna tankar om kropp, hälsa och mat till eleverna. Denna studie (O'Dea och Abraham, 2001) visar på att flertalet av lärarstudenterna förmedlar en negativ inställning av hur eleverna skall förhålla sig till mat, hälsa och kroppsbild (O'Dea & Abraham, 2001). Majoriteten av lärarstudenterna i studien uppger att de har gett råd om övervikt, bantning och kost till sina elever. Problematiken ligger just i att de själva inte har en bra relation till sin egen kropp, mat och bantning vilket gör att de inte alltid förmedlar bra och hälsosamma råd (O'Dea & Abraham, 2001). 74 % av de kvinnliga lärarstudenterna uppger dessutom att de någon gång har haft en osund relation till mat. Samma grupp uppger även att de någon gång hade haft någon form av ätstörningsproblematik (O'Dea & Abraham, 2001). Lärarstudenterna i O'Dea och Abrahams studie har generellt en problematisk syn på sin kropp och vikt. Detta gäller både kvinnliga och manliga studenter men kan däremot visa sig på olika sätt. Kvinnorna upplever att viktnedgång är mest i fokus medan männen snarare vill utöka muskelmassan (2001).

I studierna av Knightsmith; O'Dea och Abraham (2014b; 2001) ligger grundproblematiken i bristen på kunskap om ätstörningar och ätstörningsproblematik i en skolkontext är stor. Lärarna i Knightsmith et al. (2014b) upplever att de känner sig obekväma och osäkra (35 %) eller mycket obekväma och osäkra (54 %) kring att tala om ämnen som kopplas till ätstörningar och ätstörningsproblematik (Knightsmith, et al., 2014b). Lärarstudenterna i O'Dea och Abrahams (2001) studie visar sig ha bristande kunskaper om ätstörningar och deras innebörd. 12-74 % svarar fel på frågor om ätstörningar (svarsfrekvensen relaterad till vilken fråga). Exempelvis svarar 17 % av lärarstudenterna i studien (O'Dea och Abraham, 2001) att ätstörningar inte finns hos personer under 18 år (O'Dea & Abraham, 2001). Även i studier (Sharpe et al., 2013; Knightsmith et al., 2014b) som istället undersöker elevperspektivet kring samma frågor upplevdes det att bristen på kunskap om ätstörningar och ätstörningsproblematik är det största problemet. Lärare som genomgått utbildning kring ätstörningar och ätstörningsproblematik känner sig mer bekväma i hur de skall ta sig an och hantera ämnet, även om de önskar en djupare kunskap och förståelse. I studien (Knightsmith, et al., 2014b) rapporteras också att lärarna önskar att även andra människor i elevernas närhet skall ha en större kunskap om ätstörningar och ätstörningsproblematik, exempelvis föräldrar, andra elever och personal som arbetar med elevhälsan (Knightsmith et al., 2014b).

6.4 Interventionsprogram, preventionsprogram och medias påverkan på ungdomar

I de granskade artiklarna har vi funnit fem studier som genom olika metoder har utvärderat genomförda interventions- eller preventionsprogram som genom olika sätt arbetat med skolelever för att öka självkänslan, jobba med attityder kring mat och näring samt ge dem ett kritiskt förhållningssätt till media. I dessa studier (Dakanalis, Carrà, Calogero, Fida, Clerici, Zanetti, & Riva, 2015; González, Penelo, Gutiérrez & Raich, 2011; González, Mora, Penelo, Goddard, Treasure & Raich, 2015; Mora, Penelo, Gutiérrez, Espinoza, González & Raich, 2015; O’Dea & Abraham, 2000) är deltagarna flickor och pojkar i åldrarna 11-20. Undantaget är González et al. (2015) som genomfört fokusgruppsintervjuer på pojkar (se bilaga 2).

I studien av O’Dea och Abraham (2000) utvärderades och undersöktes effekterna av ett preventionsprogram där fokus var på självkänsla kopplat till kroppsbild och attityder kring mat. Detta var det första kontrollerade interventionsprogrammet som lyckades med att öka självkänslan för den egna kroppsbilden och producera långtidseffekter på både attityder och självkänsla hos ungdomar. Även González et al (2011) visar på ett resultat av en studie där ett preventionsprogram visades reducera rädslan för att bli tjock, motverka motivationen till viktnedgång samt påverka deltagarna och få dem att inte vilja använda en diet som metod för att minska sin vikt eller kontrollera sitt utseende. Samma preventionsprogram och grupp utvärderades ännu en gång genom fokusgruppsintervjuer där González et al. (2015) gick in på en djupare nivå för att se vad pojkar hade att säga om bland annat kroppsideal och mediainfluenser. Det är åter samma preventionsprogram som ännu en gång utvärderas men här genomfört på en annan grupp ungdomar där Mora et al. (2015) kollar på effekterna kring risker för ätstörningar, ätstörningsproblematik och den interna kroppsbilden kopplat till ideal om kroppens utseende. Vilka effekter mediaideal och objektifieringsprocesser har på ungdomars självkänsla, återhållsamhet kring mat och hetsätning är fokus för Dakanalis et al. (2015) studie.

Enligt O’Dea och Abraham (2000) är preventionsprogram ett sätt att arbeta för att motverka utvecklingen av ätstörningar och det är möjligtvis effektivt, särskilt om det förstärks med hjälp av lärare och familj. Vidare påpekar Mora et al. (2015) att arbeta med media literacy är ett sätt att ge ungdomar styrkor till att klara av livet och kan vara ett sätt att stärka ungdomars självkänsla och på så vis limitera hur stark påverkan media får på kroppsmisnöje. Det är detta kroppsmisnöje som behöver motverkas via dessa program så att kroppsmisnöje hos ungdomar inte leder vidare till användandet av farliga dieter eller utvecklas till en ätstörningsproblematik (Mora et al., 2015). Samt påpekar även Mora et al. (2015) att det finns bevis för att flickor som utvecklat kompetens inom media literacy har en större förmåga att inte påverkas av medias negativa influenser kring den ideala kroppen. De påpekar också att det är viktigt att inte bara jobba med media literacy under kort tid utan att längre preventionsprogram har större effekt på särskilt hur ideal från kultur och media påverkar ungdomar (Mora et al., 2015). Vidare beskrev deltagarna i O’Dea & Abraham (2000) att preventionsprogrammet hjälpte dem med att höja självkänslan, hjälpte dem att lära sig om sig själva, inse vad som är positivt med dem själva och hjälpte dem att förstå och stärka tanken att det är något bra att vara annorlunda.

6.4.1 Utmärkande resultat och särskilda mätningar

Kontrollgruppen visar ofta ett sämre resultat i mätningar av bland annat kroppsbild och självkänsla än den grupp som genomgått någon form av intervention och preventionsprogram som använder media literacy som en del i programmet (Dakanalis et al., 2015; González et al., 2011; Gonzalez et al., 2015; Mora et al., 2015; O'Dea & Abraham, 2000).

Kontrollgrupperna i dessa studier har alltså inte förändrat sina attityder till media, kroppsideal till det enligt tidigare nämnda studierna positiva, därför är deras resultat ansett sämre än programdeltagarna i studierna (Dakanalis et al., 2015; González et al., 2011; Gonzalez et al., 2015; Mora et al., 2015; O'Dea & Abraham, 2000).

González et al. (2011) mätte i sin studie av ett preventionsprogram attityder till ätande och där hade de grupper som genomgått någon av de olika programkombinationerna (se bilaga 2) studien mätte ett lägre resultat än deltagarna i kontrollgruppen. Alltså hade grupperna som genomgått ett interventionsprogram nu vad som enligt forskningen anses vara en bättre attityd till mat och konsumtion av mat (González et al., 2011). Utfallet av Mora et al.'s (2015) studie visade en positiv effekt på ungdomarnas självkänsla och en reducering av deras interna självkritiska syn på sin egen kropp.

Effekten av interventionsprogrammet som O'Dea och Abraham (2000) utvärderade var positivt för både flickor och pojkars tillfredsställelse till kroppen. När kroppsmissnöje mättes i samband med interventionsprogrammet och sedan jämfördes med resultatet av en mätning efter 12 månader hade siffrorna för kroppsmissnöje hos deltagarna minskat jämfört med tidigare. Deltagarna i kontrollgruppen för interventionsprogrammet visade däremot en höjd siffra i samma mätning, kontrollgruppsdeltagarna hade alltså större missnöje relaterat till sin kropp än förut (O'Dea & Abraham, 2000).

I O'Dea och Abrahams (2000) studie mättes specifikt även hur deltagarna såg på sig själva och hur de trodde att deras mamma och pappa såg på dem angående deras utseende. Här fick deltagarna i början bedöma vilken poäng de själva, deras mamma och deras pappa skulle ge dem, och efter 12 månader var även dessa siffror mer positiva i sitt resultat. Detta gäller hur deltagarna såg på sitt eget utseende samt hur de trodde att andra, alltså mamma och pappa, såg på deras utseende (O'Dea & Abraham, 2000). Även Mora et al. (2015) fann i sin studie att deltagarna visade en signifikant högre självkänsla efter preventionsprogrammet genomförts. Självkänslan höjdes hos dessa deltagare samt att de också kände att de inte längre vara lika påverkade av en idealbild av hur kroppen ska se ut (Mora et al., 2015). Att inte bli påverkad av en idealbild är en av de viktigaste faktorerna som kan motverka kroppsmissnöje (Mora et al., 2015). Sociokulturella influenser, hävdar Mora et al. (2015), påverkar den inre idealbilden och är en viktig del i att ha en självkänsla som inte påverkas av det kulturella idealet. Enligt Mora et al. (2015) är acceptans och förståelse av dessa icke nåbara ideal från kulturen en av de faktorer som främst motverkar kroppsmissnöje. Mora et al. (2015) hävdar också att strävan efter att gå ner i vikt bör motverkas. När motverkan av kulturella ideal och strävan efter viktnedgång motarbetas hävdar Mora et al. (2015) att om denna motverkan inte sker kan det i slutändan leda till en ökad risk för utveckling av ätstörningar och ätstörningsproblematik (Mora et al., 2015).

González et al. (2015) fann i sin studie att pojkar och flickor har olika skönhetsideal att förhålla sig till vad gäller idealkroppen (Dakanalis et al., 2015; González et al., 2015). Majoriteten av deltagarna beskriver att flickor ska vara smala, starka och kurviga. Motsvarade kroppsideal för pojkar är en smal men muskulös kropp (González et al., 2015). Både pojkar och flickor påverkas av medias porträttering och objektifiering av den ideala kroppen

(González et al., 2015; Dakanalis et al., 2015). Dock påpekar Dakanalis et al., (2015) att pojkar i lika stor utsträckning som flickor stimuleras av massmedias influenser och objektifieras av orealistiska kroppsideal som sen både pojkar och flickor tar till sig och dessa influenser påverkar dem båda lika negativt när det kommer till hur ungdomarna kritiserar sin egen kropp. Däremot upplever inte pojkar att andra bedömer och utvärderar deras kroppar på samma sätt som flickors kroppar blir bedömda på (Dakanalis et al., 2015).

För att uppnå den ideala kroppen lägger flickorna i studien (González et al., 2015) fokus på att gå ner i vikt genom att utesluta måltider eller minska på mängden mat som förtärs. Pojkarna fokuserar snarare på att inte gå upp i vikt, de har hellre ett fokus på att bygga muskler och på så sätt bli "större" än tidigare och på så vis uppnå "ett manligt ideal" (González et al., 2015). Detta kan resultera i skuld känslor och ångest över utseendet och den egna kroppen när idealet inte uppnås (Dakanalis et al., 2015).

Vikten av så kallad social acceptans var också något som mättes hos både kontrollgruppen och interventionsgruppen i O'Dea och Abrahams (2000) studie. Här visade interventionsgruppen att vikten av social acceptans var något som var viktigt innan interventionsprogrammet genomfördes, men denna siffra sjönk under tiden för interventionsprogrammet. Kontrollgruppen visade en motsats till detta, där den sociala acceptansen och dess innebörd ökade. Effekten av interventionsprogrammet och de siffror som uppmäts vid första mätningen var densamma vid mätning och uppföljning efter 12 månader (O'Dea & Abraham, 2000). Även vikten av atletisk kompetens, exempelvis förmågan att springa fort, visade liknande resultat då interventionsgruppen kände att detta var mindre viktigt medan kontrollgruppen ansåg detta viktigare. Detsamma gäller hur viktigt en person utseende är, där kontrollgruppen ansåg att det var viktigt jämfört med interventionsgruppen som tyckte det var mindre viktigt (O'Dea & Abraham, 2000).

Interventionsprogrammet som utvärderades av O'Dea och Abraham (2000) visade sig ha en positiv effekt på huruvida ungdomar som låg i riskzonen för en ätstörning och hur de påverkades av programmet. Det totala antalet ungdomar som ansågs ligga i riskzonen för att utveckla en ätstörning var 116 stycken varav 63 % av dessa var flickor. Siffrorna för kroppsmissnöje och viljan att bli smal hos ungdomarna med hög risk för att utveckla en ätstörning förändrades till det positiva både angående kroppsmissnöje samt viljan att bli smal. Särskilt kroppsmissnöje minskade hos både pojkar och flickor i interventionsgruppen och detta syntes även vid 12 månaders uppföljning av programmet (O'Dea & Abraham, 2000).

7 Diskussion

7.1 Metoddiskussion

Uppstarten av denna studie och framtagning av litteratur har skett i linje med vad Bryman (2011, s.117) presenterar för hur en litteraturgenomgång kan se ut. Bearbetningen och analysen av de inkluderade forskningsartiklarna har varit en stor del av denna studies arbete där vi har bedömt och läst litteraturen inkluderad i flera omgångar och inte endast vid kvalitetsbedömningen. Detta anser vi ger en styrka till vår studie då den litteratur som väl valts ut till resultatet har genomgått mycket bearbetning. Vid kvalitetsgranskningen av artiklarna som inkluderats i studien valde vi att använda kvalitetsgranskningsfrågorna som exemplifieras i riktlinjerna för denna studie. En ändring gjordes i fråga fyra (se bilaga, samt avsnittet om datainsamling) där vi ansåg att det oavsett studie finns anledning att förstå forskarens förförståelse och kunskap för ämnet i en artikel. Bedömningen av artiklar är något som vi anser är av vikt för att styrka resultatet i studien. En lägsta gräns för resultat av kvalitetsgranskning sattes på tio poäng för granskad artikel. Valet gjordes utifrån en eftersträvan om en hög kvalitet på de artiklar som inkluderas i vår studie.

Två av artiklarna tillkom till denna litteraturstudie genom kedjesökning. Anledningen till inkluderandet av dessa två artiklar trots att de inte är publicerade inom det tidigare valda inklusionskriteriet mellan (2010-2017) kan verka konstigt. Anledningen till att vi valde att ta med dessa två artiklar var att de ofta refererades till författarna J. O'Dea och S. Abraham i litteraturens referenslistor. De två artiklarna (O'Dea & Abraham, 2000; 2001) tillkom via kedjesökning i och med att de var återkommande referenser i inkluderad litteratur. Efter läsning av dessa två forskares arbete på området och kunskapen de verkar besitta ansågs deras artiklar vara av intresse för litteraturstudiens syfte.

Ingången till denna litteraturstudie var att undersöka ätstörningar och ätstörningsproblematik i relation till skolan, särskilt kopplat till hem- och konsumentkunskapen som ämne. Detta visade sig vara en svår ingång eftersom det finns begränsad forskning kring ätstörningar kopplat specifikt till hem- och konsumentkunskap. Därmed har vi valt att i denna litteraturstudie specificera sökningen av material på en högre nivå än ämnesspecifikt vilket har resulterat i en större datamängd. Fokus på endast hem- och konsumentkunskapen som ämne genererar en mindre datamängd än vad som krävs för att studien ska kunna baseras på en tillräcklig mängd litteratur och data, därför har nivån höjts upp till skolan som helhet.

Trots höjningen av nivån, de använda booleska operatorerna och sökorden (se tabell 1) blir ändå resultatet av litteratursökningen begränsat då rent kliniska studier ändå återfanns i resultatet för sökningen. Även studier där deltagarna varit i skolåldern har återfunnits i sökresultat istället för studier gjorda på elever som går i skolan. Detta har gjort att mycket litteratur har fått exkluderas från det ursprungliga resultatet på 195 artiklar. Vidare skulle användandet av trunkering på ordet *adolescent* i databassökningarna varit klokt, för att få båda böjningarna av ordet inkluderade i resultatet. I sökningen skrevs *adolescents* men hade trunkering av *adolescent* skett hade ett resultat kunnat fås gemensamt på både *adolescent* och *adolescents*, alltså både singular och pluralform.

Det slutliga resultatet och dess litteratur har både sina styrkor och svagheter. Dels kan en viss problematik ses i att de flesta studier som kommit med i resultatet är kvantitativa studier. Det

som kan vara svagheter med denna typ av studier är exempelvis att forskarna i dessa studier blir mer inriktade på siffror och det mätbara resultatet utifrån forskarens egen uppfattning och förståelse (Bryman, 2011). Dessutom är många av dessa baserade på enkäter och någon form av självskattningsformulär. Detta kan bli problematiskt i och med att deltagarna i studien både kan ge underestimerade svar men också överdrivna svar. Samt, påpekar Bryman (2011), att deltagarna vid enkäter eller när liknande metoder används måste förstå svarsalternativen vilket kan göra att svaren inte överensstämmer med verkligheten. Dessutom är inte alltid det som avser att undersökas av forskaren relevant för deltagarna i en studie vilket kan leda till missvisande resultat (Bryman, 2011). Kvalitativa forskare har också enligt Bryman (2011) en tendens att vilja generalisera resultaten till den övriga populationen. Den kvalitativa forskaren eftersträvar däremot att förstå beteenden, åsikter och värderingar hos deltagarna (Bryman, 2011). Detta gör att en viss svaghet finns i studien eftersom mycket av den forskning som funnits relevant utifrån inklusionskriterierna och syftet är just kvantitativa studier. Det hade varit mer balanserat att ha fler kvalitativa studier med i resultaten än de som nu finns representerade (Se tabell 2).

7.2 Resultatdiskussion

7.2.1 Uppkomna problem i litteraturen kring ätstörningar

Något som kan ses som problematiskt är hur det i de flesta studier ligger ett starkt fokus på flickors ätstörningsproblematik och oftast är det också flickor som utgör majoriteten av deltagarantalet, exempelvis i Haines, et al. (2011). Enligt Haines, et al. (2011) var flickor mer engagerade i att bli smalare och dessutom mer benägna att framkalla kräkningar samt att hetsäta än vad pojkar uppgav. Studien visade dock på att mer forskning krävs för att identifiera pojkars ätstörningsproblematik och för att öka deltagarantalet bland pojkar i dessa typer av studier (Bentley, 2015).

Bentley et al. (2015) lyfter att pojkar är mindre benägna att söka professionell hjälp för ätstörningar och ätstörningsproblematik. Flickor rapporterar i högre utsträckning att de uppfyller vissa kriterier på ätstörningar och ätstörningsproblematik, dessutom besitter de en signifikant sämre psykosocial funktion än vad pojkarna i studien gjorde rapporterade (Bentley et al., 2015). Ätstörningsproblematik ökar hos både pojkar och flickor men eftersom preventionsprogram ofta är riktade till flickor så glöms pojkarna bort (Bentley et al., 2015).

Allen et al. (2013) lyfter i sin studie att flickor är överrepresenterade i gruppen för ätstörningar vilket även författarna förväntade sig. Diskuterbart är då om författarnas förväntningar på att flickorna skulle uppfylla mer kriterier för ätstörningar faktiskt gjorde att flickorna gavs mer utrymme och fokus, eftersom detta skulle stämma överens med författarnas tes. Pojkarna skulle alltså lika gärna kunna uppfylla samma kriterier men på grund av att de inte ges lika mycket utrymme ens i den teoretiska utgångspunkten innan studien gjorts. Det blir problematiskt att här se att pojkarna får mindre utrymme och därmed hamnar deras problematik i skymundan (Allen et al., 2013). Så samhällsnormen om att det främst är flickor som utvecklar och drabbas av ätstörningar påverkar alltså också forskningens utgångspunkt.

Ytterligare problematik i att undersöka ätstörningar och ätstörningsbeteende är att självskattningsformulären som ofta används resulterar i bias från deltagarnas perspektiv. Respondenterna vid användning av självskattningsformulär har en tendens att antingen ligga högre respektive lägre än vad de faktiskt gör och väljer alltså att skatta sin nivå felaktigt.

Personer som lider av någon form av ätstörningsproblematik har en tendens att försöka gömma och förneka sina problem. Detta förnekande gör att de inte heller svarar utefter hur de egentligen känner vilket gör att resultatet av sådana här undersökningar inte alltid blir helt tillförlitliga (Hautala, et al., 2011). Ätstörningar och ätstörningsproblematik skall alltid tas på allvar. Dock är det den allmänna vårdens skyldighet och uppdrag att diagnostisera ätstörningar och inte skolans eller användandet av självskattningsformulär. Användningen av självskattningsformulären kan vara positivt då det kan identifieras problematik kring ätbeteende och möjligt ätstörningsbeteende. Detta är dock något som senare behöver undersökas och bekräftas av vården och självskattningsformulär är inte ett alternativ till en medicinsk undersökning.

7.2.2 Bristande kunskap hos elever och lärare

Både eleverna och lärarna i flera av de lästa studierna (Sharpe et al., 2013; Knightsmith et al., 2014b; Knightsmith, et al., 2014a) upplevde att det största problemet i skolan relaterat till ätstörningar och ätstörningsproblematik var brist på kunskap. Bristen på kunskap grundar sig i hur en lärare skulle tala om ätstörningar och ätstörningsproblematik. Där det finns en osäkerhet från både lärare och elever i enlighet med studierna (Sharpe et al., 2013; Knightsmith et al., 2014b; O'Dea & Abraham, 2001; Knightsmith, et al., 2014a). Lärarna tyckte det var svårt att tala om ätstörningsproblematik med eleverna då de ansåg att de helt enkelt inte besatt kunskapen kring ämnet för att kunna tala om det på ett korrekt sätt. Eleverna upplevde delvis ett liknande problem, dels att de själva hade bristande kunskap kring ätstörningar och ätstörningsproblematik, men också att de upplevde att lärarna inte hade tillräckligt mycket kunskap att förlita sig på (Sharpe et al., 2013; Knightsmith et al., 2014b; O'Dea & Abraham, 2001; Knightsmith, et al., 2014a). Diskussionen som kan föras här blir ju ett ifrågasättande av hur det kommer sig att kunskapen kring ätstörningar och ätstörningsproblematik är så pass låg. Frågor som kan ställas här är exempelvis om det beror på brist på intresse? Att det inte anses relevant nog att ta upp i större omfattning? Skulle det kunna grunda sig i att skolan har så pass mycket annat att ta upp att det helt enkelt inte finns utrymme för att fokusera mer på ätstörningsproblematiker? I Sharpe et al.:s (2013) och Knightsmith et al.:s (2014a) studier uttryckte eleverna en önskan att ätstörningar och ätstörningsproblematik fick mer utrymme då ämnen som bantning, viktning och kroppsbild är ytterst närvarande och relevant i elevernas dagliga liv (2013; 2014a). Det vi som framtida lärare kan ta fasta på här är alltså att det finns ett behov av att implementera mer utbildning och kunskap om ätstörningar och dess relaterade problematiker i dagens skola. Ser vi till den aktuella forskningen om ätstörningar i en skolkontext som skett under de senaste sju åren utifrån ett lärar- och elevperspektiv, är trots allt det genomgående temat en önskan om ökad uppmärksamhet och kunskap kring hur ätstörningar och ätstörningsproblematik skall hanteras i skolan (Sharpe et al., 2013; Knightsmith et al., 2014b; O'Dea & Abraham, 2001; Knightsmith, et al., 2014a).

7.2.3 Skolan och hem- och konsumentkunskapen

Enligt Skolverket (2011b) ska lärare "ta hänsyn till varje enskild individs behov, förutsättningar, erfarenheter och tänkande" (Skolverket, 2011b s. 14) och från avsnittet om skolan och omvärlden ska skolans mål vara att varje elev "kan granska olika valmöjligheter och ta ställning till frågor som rör den egna framtiden" (Skolverket, 2011b s. 17). Av det skälet är det viktigt att se till elevernas individuella behov genom hela undervisningen och att inte dra generella slutsatser. Det blir därför viktigt att som lärare lyfta vikten av normkritik som tidigare har definierats i denna studie (Se avsnitt om normkritiska perspektiv) och återigen problematisera hur lärare talar om mat, hälsa och bantning i hem- och

konsumentkunskapsklassrummet. När en är omedveten om sitt eget sätt att befästa normer kan det lätt bli fel trots att det är väl menat. För att exemplifiera detta kan vi använda tallriksmodellen. I det svenska hem- och konsumentkunskapsklassrummet är tallriksmodellen (Livsmedelsverket, 2016) ett vanligt exempel för att prata om en god kosthållning, hur en skall äta och även till viss del vad. Att använda sig av ett sådant exempel på hur, vad och hur mycket en elev skall äta menar vi är att motarbeta ett normkritiskt perspektiv. Lärare måste tänka utifrån ett mycket mer individuellt perspektiv såsom Skolverket (2011b) påpekar i avsnittet övergripande mål och riktlinjer.

Sjöholm et al. (2015) beskriver tre grupper av människor i läromedlet för hem- och konsumentkunskap, de som äter normalt; en stor eller liten portion, de fysiskt aktiva och de som är överviktiga. Hur påverkas individer som faller utanför dessa ramar och vad säger dessa tre alternativ om hur människor ska äta? Alla människor är olika och därmed bör lärare i hem- och konsumentkunskap inte enbart utgå från tre alternativ. Dessutom inte heller kategorisera in individer till överviktiga, de som tränar och de som anses normalviktiga (Sjöholm et al., 2015). I kursplanen för hem- och konsumentkunskap står följande; "Individuella behov av energi och näring, till exempel vid idrottande, samt hur måltider kan komponeras efter olika behov" (Skolverket 2011, s.35). Varför utgå från tre energibehov och basera vår undervisning om näring och hälsa på ett läromedel som faktiskt motsäger läroplanen, när vi enligt läroplanen (Skolverket, 2011b) ska arbeta utifrån de individuella energi- och näringsbehoven? Vi menar att detta leder till att lärare omedvetet befäster samhällsnormer om vad som är normalt och lagom. Hur påverkas elevernas tankar kring vad de äter och sin hälsa genom detta arbetssätt? Vi anser att detta kan komma att bli problematiskt och i vissa fall även leda till att elever får ett skevt och sjukligt förhållande till mat och hälsa. Dessutom beskriver Sjöholm et al. (2015) hur skollunchen är en näringsberäknad måltid utifrån en normalportion, att måltiden bör baseras efter tallriksmodellen och motsvara en tredjedel av dagsbehovet. Att basera undervisningen på dessa normer och problematiska synsätt kring näringsintag där vi inte ser till individens behov utan kategoriserar och placerar individer i fack går emot läroplanen. Dessutom beskriver litteraturen i denna studie att tonårstiden är en känslig ålder för just dessa intryck och att kroppsbilden påverkas starkt under tonårstiden. En problematisk relation till just kroppsbilden under tonåren kan leda till ätstörningar (Voelker et al., 2015).

I en studie av O'Dea och Abraham (2001) visade det sig att den bristande kunskapen kring ätstörningar och kroppsbild bland unga, och dessutom i detta fall lärarstudenternas egna relation till dieter och kroppsbilder, är problematisk. Om lärare ska undervisa om kost och hälsa så bör de ha goda kunskaper om ätstörningar, problematik kring kroppsbilder och viktproblem för att kunna undervisa elever (Knightsmith, et al., 2014; O'Dea & Abraham, 2001). Detta för att ge eleverna en så god utbildning som möjligt men också för att inte implicera problematiska relationer hos eleverna (O'Dea & Abraham, 2001).

Trots att hem- och konsumentkunskap är skolans minsta ämne tror vi att det finns en möjlighet för oss som framtida lärare att göra en eventuell skillnad hos eleverna. Arbete med ett normkritiskt perspektiv kring samhällets hälsonormer är viktigt. Dessutom kan hem- och konsumentkunskapslärare ta tillvara på ämnets centrala innehåll för årskurs 7-9 och både behandla "individuella behov av energi och näring, till exempel vid idrottande, samt hur måltider kan komponeras efter olika behov" och "reklamens och mediernas påverkan på individers och grupperas konsumtionsvanor" (Skolverket, 2011b). Här behöver vi ta fasta på det normkritiska perspektivet kring en normal portion samt det individuella behovet kring hälsa. Det är även viktigt att lyfta hur media påverkar synen på den egna kroppsbilden och

självförtroendet. I det centrala innehållet må delen om media beskrivas rätt kortfattat och inte ge lika mycket utrymme för tolkning och diskussion kring hälsonormer, men däremot kan vi se hur media beskrivs i kommentarsmaterialet till hem- och konsumentkunskap, och där finns det mycket mer utrymme för tolkning. Exempelvis står det att ”barn och unga är en central målgrupp för olika former av reklambudskap” (Skolverket, 2011b, s.15) samt att ”sådana budskap anspelar ofta på deras identitetsskapande och behov av tillhörighet och sammanhang” (Skolverket, 2011b, s.15) vilket ger en relativt stor frihet att ta sig an hälsonormer skapade av samhället utifrån ett normkritiskt perspektiv. Ämnet må vara litet, men detta är viktiga saker att ta upp och vill en så finns det likväl utrymme för det som för något annat. Det handlar inte om att avsätta tid för ämnet utan att integrera ett synsätt i undervisningen och vara normkritisk till vad vi lär eleverna om näring och hälsa.

7.2.4 Media literacy i skolan

Den tekniska utvecklingen och kanske framför allt sociala mediers påverkan på ungdomars kroppsbild går inte att ta miste på. Att vara ständigt uppkopplad och tillgänglig gör att ungdomar har en helt ny plattform där de kan jämföra sig med andra. Mora et al. (2015) påpekar att arbeta med media literacy är ett sätt att ge ungdomar styrkor till att klara av livet. Media literacy kan vara ett sätt att stärka ungdomars självkänsla och på så vis legitimerar hur stark påverkan media får på ungdomarnas kroppsmisnöje (Bengs, 2000). Det är detta kroppsmisnöje som behöver motverkas via dessa media literacy program så att kroppsmisnöje hos ungdomar inte leder vidare till användandet av farliga dieter eller ytterligare leder vidare till ätstörningsproblematik (Mora et al., 2015). Vidare beskrev deltagarna i O’Dea och Abraham (2000) att preventionsprogrammet hjälpte dem med att höja deras självkänsla, hjälpte dem att lära sig om sig själva, inse vad som är positivt med dem själva och hjälpte dem att förstå och stärka tanken att det är något bra att vara annorlunda.

Det är av stor vikt att lärare ger elever de verktyg som krävs för att de ska uppnå ett kritiskt förhållningssätt till media och medieanvändning. Oxstrand (2013) lyfter att det finns generationsskillnader som beror på att individer är uppvuxna under olika tider med olika medier. Detta ger olika utgångspunkter för hur människor hanterar media. Ett sätt att arbeta med media literacy är hur man behandlar varandra på sociala medier, ett kritiskt förhållningssätt till det som publiceras på sociala medier och att kränkande behandling kan leda till påföljder (Oxstrand, 2013). Det är särskilt viktigt att lärare följer med i medieutvecklingen och medieanvändningen för att på bästa sätt utforma undervisningen med detta i åtanke. Sharpe et al. (2013) såg ett samband mellan användningen av sociala medier och pressen att se bra ut. Ungdomarna jämförde sig med andra och kände att de blev bedömda av sin omgivning.

Mora et al. (2015) påpekar att det finns bevis för att flickor som utvecklat kompetens inom media literacy har en större förmåga att inte påverkas av medias negativa influenser kring den ideala kroppen. Majoriteten av deltagarna i studien av Sharpe et al. (2013) beskrev att de hade kunskap om hur medie- och reklambranschen manipulerar och förändrar kroppar genom olika redigeringsprogram. Oxstrand (2013) nämner att en god media literacy kompetens bygger på att individer kan urskilja och kritiskt granska media- och reklambranschens budskap samt vilka intentioner och tankar de vill väcka hos mottagaren.

Det är viktigt att arbeta med media literacy kunskaper kontinuerligt eftersom längre preventionsprogram har visat större effekt på hur ideal från både kultur och media påverkar ungdomars självkänsla (Mora et al., 2015). Därför är media literacy något som behöver bearbetas under flera lektioner precis som källkritik eller det etiska perspektivet (Skolverket,

2011b). Enligt O’Dea och Abraham (2000) är preventionsprogram ett bra sätt att arbeta för att motverka utvecklingen av ätstörningar och det är möjligtvis effektivt, särskilt om det förstärks med hjälp av lärare och familj. Så det är inte endast kroppsmissnöje och självkänsla hos ungdomarna som är möjligt att arbeta med via media literacy, det finns även en möjlighet att motverka utvecklingen av ätstörningar. Källkritiken som ingår i begreppet media literacy är dessutom en viktig del i dagens samhälle och det kan dessutom återfinnas och kopplas till flera av skolans ämnen. Som exempel ingår källkritik i kursplanen för både svenska och svenska som andraspråk (Skolverket, 2011b).

7.3 Slutsatser och implikationer

Ätstörningar i en skolkontext är inte ett helt oproblematiskt område. Det går inte att tillsätta varken genus eller särskilda attribut för att se vem som har en ätstörning, risk för att utveckla en ätstörning eller ätstörningsproblematik. Det går varken att säga att de är de högpresterande eleverna, elever med psykosocial ohälsa eller elever med någon form av så kallade externa problem som löper en förhöjd risk att utveckla någon form av ätstörningsproblematik. Både lärare och elever påpekar att det finns brister i både kunskapen och hanteringen av ätstörningar och ätstörningsproblematik vilket ses som mycket problematiskt. Resultatet av detta mynnar ut i en önskan om mer utbildning både i hur lärare och elever kan upptäcka ätstörningar och ätstörningsproblematik och i hur det sen skall arbetas med. Flickor är överrepresenterade i forskningen då de anses vara riskgruppen för att utveckla en ätstörning. Interventioner och självskattningsformulär är därmed inriktade på flickors problematik. Samtidigt har forskare upptäckt att ätstörningsproblematik hos pojkar ökar och att det finns skillnader mellan könen. I de studier som vi har tagit till oss är majoriteten av deltagarna flickor och är ofta överrepresenterade samt ligger i fokus för studierna. I några enstaka studier var deltagarantalet jämnt fördelat mellan könen. Forskningen på ätstörningar måste därmed fokuseras på både pojkar och flickor för att det finns ett behov av en förståelse även för pojkars ätstörningsproblematik.

Hem- och konsumentkunskapslärare behöver ha en förmåga och möjligheten att ge eleverna en stark och solid grund i sin kunskap så att de själva kan göra välgrundade val kring sin egen matkonsumtion kopplat till näring, hälsa och sina individuella behov. Att dessa elever får kunskap om mat där fokus inte är på vad de ska äta eller inte äta eller mängden de ska äta, utan att undervisningen syftar till att lära dem göra egna och medvetna val kring vad som är bra mat för dem. Den individuella välbalanserade dieten, inte den välbalanserade dieten utifrån en norm. Samt att undervisningen ger eleverna en möjlighet att utveckla sin media literacy för att kunna hantera och vara kritiska till de normer de får från olika typer av medier kring hälsa och kroppsbild.

Sammanfattningsvis är grunden i normkritik att vara medveten om att normer finns, hur du kan tänka kring dem och hur en eventuellt skulle kunna arbeta med dem som lärare i skolan. Är lärare och framtida lärare inte medvetna om normer är det lätt att hela tiden befästa normer omedvetet. Detta kan leda till problematiska konsekvenser hos exempelvis elever och hur de tänker kring normer och ideal. Lärare har ett ansvar i att i alla fall försöka tänka normkritiskt för att undvika att bidra ännu mer till de normer som redan är så djupt rotade i samhället att de riskerar att aldrig upplösas helt.

Framgångsrikt för prevention av ätstörningar, ätstörningsproblematik och influenser av negativa kroppsideal på elevernas självbilder återfinns i användandet av media literacy. Media

literacy har vid ett antal tillfällen använts som verktyg och metod för att motverka ideal och få ungdomar att motarbeta normer om hur deras kroppar ska se ut och om vad hälsa faktiskt innebär. För vidare arbete med vad detta examensarbete har presenterat anser vi att fokus borde hamna på hur det ser ut i svensk kontext. Lärare och lärarstudenter bör också få förståelse och kunskap om ätstörningar och ätstörningsproblematik, om normmedvetet arbete samt vad media literacy innebär. Därmed sagt att mer forskning på media literacy och dess möjliga arbetsområde borde studeras ur en svensk kontext. Detta eftersom normkritiken och dess pedagogik går hand i hand med media literacy och dess innehållande källkritik.

För att nämna allra sist: I läromedel för hem- och konsumentkunskap beskrivs hur skollunchen kan intas och hur denna är en normal portion utifrån tallriksmodellen. Vidare beskrivs också hur överviktiga ska gå ner i vikt om de vill banta, att de som tränar ska äta mer och att du kan äta en liten eller stor portion beroende på om du är stor eller liten. Forskning kring normkritik visar på att lärare i klassrummet omedvetet etablerar normer genom hur de pratar om olika ämnen. När en lärare använder sig av uttryck som lagom eller normalt samt utgår från en så pass etablerad norm som tallriksmodellen utan att ifrågasätta den bör vi kanske sätta ner foten. Vi menar här att det inte finns en enkel modell kring hur, vad och hur mycket du skall äta som passar alla, utan det är mer individuellt än så. Vi måste börja tänka normkritiskt kring mat och hälsa genom att ställa oss frågan, vad är en normal portion?

8 Referenslista

*Asterisk för de artiklar som ingår i resultatet

- *Allen, K., Byrne, S., Oddy, W. and Crosby, R. (2013). Early Onset Binge Eating and Purging Eating Disorders: Course and Outcome in a Population-Based Study of Adolescents. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 41(7), pp.1083-1096.
- Bengs, C. (2000). *Looking good [Elektronisk resurs] : a study of gendered body ideals among young people*. Diss. Umeå : Umeå universitet, 2000. Umeå.
- *Bentley, C., Gratwick-Sarll, K., Harrison, C., & Mond, J. (2015). Sex differences in psychosocial impairment associated with eating disorder features in adolescents: A school-based study. *International Journal Of Eating Disorders*, 48(6), 633-640. <http://dx.doi.org/10.1002/eat.22396>
- Bromseth, J & Darj, F. (2010). *Normkritisk pedagogik. Makt, lärande och strategier för förändring*. Uppsala: Uppsala Universitet
- Bryman, A. (2011). *Samhällsvetenskapliga metoder*. (2., [rev.] uppl.) Malmö: Liber.
- Currin, L., Schmidt, U., Treasure, J., & Jick, H. (2005). Time trends in eating disorder incidence. *The British Journal Of Psychiatry*, 186(2), 132-135. <http://dx.doi.org/10.1192/bjp.186.2.132>
- *Dakanalis, A., Carrà, G., Calogero, R., Fida, R., Clerici, M., Zanetti, M., & Riva, G. (2015). The developmental effects of media-ideal internalization and self-objectification processes on adolescents' negative body-feelings, dietary restraint, and binge eating. *Eur Child Adolesc Psychiatry*, 24(8), 997-1010. doi:10.1007/s00787-014-0649-1
- EAT-26. (2017). Hämtad 2017-03-01 från <http://www.eat-26.com/>
- Frisén, A. (2006). Kropp, utseende och sexualitet. I Frisé, A. & Hwang, P. (red.) (2006). *Ungdomar och identitet*. (1. utg.) Stockholm: Natur och kultur.
- Funari, M. (2013). Detecting Symptoms, Early Intervention, and Preventative Education. *NASN School Nurse*, 28(3), 162-166. <http://dx.doi.org/10.1177/1942602x12473656>
- *González, M., Penelo, E., Gutiérrez, T., & Raich, R. M. (2011). Disordered eating prevention programme in schools: A 30-month follow-up. *European Eating Disorders Review*, 19(4), 349-356. doi:10.1002/erv.1102
- *González, M. L., Mora, M., Penelo, E., Goddard, E., Treasure, J., & Raich, R. M. (2015). Gender differences found in a qualitative study of a disordered eating prevention programme: What do boys have to say? *Journal of Health Psychology*, 20(6), 858-874. doi:10.1177/1359105315573426
- *Haines, J., Ziyadeh, N. J., Franko, D. L., McDonald, J., Mond, J. M., & Austin, B. (2011). Screening High School Students for Eating Disorders: Validity of Brief Behavioral and Attitudinal Measures. *Journal of School Health*, 81(9), 530-535. doi:10.1111/j.1746-1561.2011.00623.x

- *Hautala, L., Helenius, H., Karukivi, M., Maunula, A. M., Nieminen, J., Aromaa, M., Liuksila, P R., Räihä, H., Välimäki, M., Saarijärvi, S. (2011). The role of gender, affectivity and parenting in the course of disordered eating: A 4-year prospective case-control study among adolescents. *International Journal of Nursing Studies*, 48(8), 959-972. doi:10.1016/j.ijnurstu.2011.01.014
- Håman, L. (2016). *Extrem jakt på hälsa: en explorativ studie om ortorexia nervosa*. (Doctoral thesis, Gothenburg studies in Educational Sciences, 382). Göteborg: Acta Universitatis Gothoburgensis. Hämtad 2017-02-01 från <https://gupea.ub.gu.se/handle/2077/41122>
- *Knightsmith, P., Sharpe, H., Breen, O., Treasure, J., & Schmidt, U. (2014a). 'My teacher saved my life' versus 'Teachers don't have a clue': An online survey of pupils' experiences of eating disorders. *Child and Adolescent Mental Health*, 19(2), 131-137. doi:10.1111/camh.12027
- *Knightsmith, P., Treasure, J., & Schmidt, U. (2014b). We don't know how to help: An online survey of school staff. *Child and Adolescent Mental Health*, 19(3), 208-214. doi:10.1111/camh.12039
- Livsmedelsverket (2016). *Tallriksmodellen*. Hämtad 2017-03-14 från <https://www.livsmedelsverket.se/tallriksmodellen>
- McLean, S., Paxton, S., & Wertheim, E. (2016). The role of media literacy in body dissatisfaction and disordered eating: A systematic review. *Body Image*, 19, 9-23. doi:10.1016/j.bodyim.2016.08.002
- Martinsson, L & Reimers, E. (2008). *Skola i normer*. Malmö: Gleerups Förlag.
- *Mora, M., Penelo, E., Gutiérrez, T., Espinoza, P., González, M. L., & Raich, R. M. (2015). Assessment of two school-based programs to prevent universal eating disorders: Media literacy and theatre-based methodology in Spanish adolescent boys and girls. *Scientific World Journal*, 2015. doi:10.1155/2015/328753
- *O'Dea, J. A., & Abraham, S. (2000). Improving the body image, eating attitudes, and behaviors of young male and female adolescents: a new educational approach that focuses on self-esteem. *The International journal of eating disorders*, 28(1), 43.
- *O'Dea, J. A., & Abraham, S. (2001). Knowledge, beliefs, attitudes, and behaviors related to weight control, eating disorders, and body image in Australian trainee home economics and physical education teachers. *Journal of Nutrition Education and Behavior*, 33(6), 332-340.
- Oxstrand, B. (2013). *Från media literacy till mediekunnighet: lärares uppfattning och förståelse av begreppen mediekunnighet och IKT i skolan och deras syn på medieundervisning*. Licentiatavhandling Göteborg : Göteborgs universitet, 2013. Göteborg.

- Palmblad, E. & Eriksson, B.E. (1995). *Kropp och politik: hälsoupplysning som samhällspegel från 30-tal till 90-tal*. Stockholm: Carlsson.
- Pérez Tornero, J. M., & Pi, M. (2011). A new horizon. Media literacy assessment and children in Europe. In C. von Felitzen, U. Carlsson & C. Bucht (Eds.), *New questions, New insight, New approaches*. Contributions to the Research Forum at the World Summit on Media For Children and Youth 2010 (Vol. Yearbook 2011, pp. 69-82). Gothenburg, Sweden: Nordicom.
- Sahlgrenska. (2015a) *Ospecifierad ätstörning*. Hämtad 2017-02-28 från <https://www.sahlgrenska.se/w/o/ospecificerad-atstorning/>
- Sahlgrenska. (2015b) *Ätstörningar*. Hämtad 2017-02-28 från <https://www.sahlgrenska.se/w/a2/atstorningar/>
- Sjöholm, Eva., Hjalmarsson, Anette., Arvidsson, Kenneth., Hedelin, Astrid & Margareta Olofsson (2015). *Hem och konsumentkunskap årskurs 7-9*. Limhamn: Interskol Förlag AB.
- *Sharpe, H., Damazer, K., Treasure, J., & Schmidt, U. (2013). What are adolescents' experiences of body dissatisfaction and dieting, and what do they recommend for prevention? A qualitative study. *Eating and Weight Disorders*, 18(2), 133-141. doi:10.1007/s40519-013-0023-1
- Skolverket (2011a). *Kommentarmaterial till kursplanen i hem- och konsumentkunskap*. Stockholm: Skolverket.
- Skolverket (2011b). *Läroplan för grundskola, förskoleklassen och fritidshemmet 2011*. Stockholm: Skolverket.
- *Sundquist, J., Ohlsson, H., Winkleby, M. A., Sundquist, K., & Crump, C. (2016). School achievement and risk of eating disorders in a Swedish national cohort. *Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry*, 55(1), 41-46.e41. doi:10.1016/j.jaac.2015.09.021
- Säljö, R. (2014). *Lärande i praktiken: ett sociokulturellt perspektiv*. (3. uppl.) Lund: Studentlitteratur.
- UNESCO. (2017). *Media literacy* Hämtad 2017-02-28 från: <http://www.unesco.org/new/en/communication-and-information/media-development/media-literacy/>
- Voelker, D. K., Reel, J. J., & Greenleaf, C. (2015). Weight status and body image perceptions in adolescents: current perspectives. *Adolescent Health, Medicine and Therapeutics*, 6, 149158. doi:10.2147/AHMT.S6834
- World Health Organization, 2005. Mental health: facing the challenges, building solutions: report from the WHO European Ministerial Conference. Hämtad 2017-03-02 från <http://www.euro.who.int/document/E87301.pdf> Bilagor

9 Bilagor

Bilaga 1

Bedömningsmall för att mäta studiens kvalitet för artikel

1. Är hypoteser, syfte och/eller eventuella frågeställningar klart beskrivna?

Ja

Nej

Eventuell kommentar:

2. Är problemet och rationalen för studien tydligt beskrivet?

Ja

Nej

Eventuell kommentar:

3. Är väsentliga begrepp definierade?

Ja

Nej

Eventuell kommentar:

4. Kvalitativ artikel: Får vi kunskap om forskarens förförståelse/perspektiv?

Ja

Nej

Eventuell kommentar:

5. Var urvalsstrategin lämplig med tanke på syftet?

Ja

Nej

För att svara ja bör det framgå tydligt varifrån undersökningsgruppen valdes, vilka som valdes och varför samt hur de valdes ut och varför? Tydliggörs eventuella inklusions- och exklusionskriterier?

Eventuell kommentar:

6. Kvantitativ artikel: Framgår det tydligt utifrån vilka grunder urvalets storlek bestämdes?

Ja

Nej

Eventuell kommentar:

7. Är egenskaperna/karaktäristika hos de deltagare som ingår i studien tydligt beskrivet?

Ja

Nej

Eventuell kommentar:

8. Interventionsstudie: Är försökspersonerna randomiserade till interventionsgrupp(er)?

Ja

Nej

Oförmögen att
avgöra

Eventuell kommentar:

9. Interventionsstudie: har interventionen (programmet/en ny form av undervisning etc.) som ska jämföras beskrivits tydligt?

Ja

Nej

Eventuell kommentar:

10. Har studien använt en adekvat datainsamlingsmetod?

Ja

Nej

Eventuell kommentar:

11. Har vilken typ av instrument som använts (ex enkäter, intervjuguider och observationsscheman) samt tillvägagångssättet vid datainsamlingen tydligt beskrivits?

Ja

Nej

Eventuell kommentar:

12. Är den redovisade analysmetoden lämplig?
De metoder som används måste vara lämpliga för data.

Ja

Nej

Eventuell kommentar:

13. Har etiska aspekter beaktats?

Ja

Nej

Eventuell kommentar:

14. Är de viktigaste resultaten av studien tydligt beskrivna?

Ja

Nej

Eventuell kommentar:

15. Svarar resultatet mot syftet?

Ja

Nej

Eventuell kommentar:

16. Har man tagit hänsyn till eventuella bortfall i resultatet?

Om antalet deltagare som ”droppat av” (bortfallet) inte har redovisats, bör man svara att man är oförmögen att avgöra

Ja

Nej

Oförmögen att avgöra

Eventuell kommentar:

17. Är resultaten praktiskt relevanta?

Ja

Nej

Eventuell kommentar:

Bilaga 2

Tabell: litteraturöversikt över inkluderade forskningsartiklar

Tabell 2, litteraturöversikt över inkluderade forskningsartiklar.

Publikationsår/ Land	Författare (Alfabetisk ordning) TITEL	Design	Syfte	Metod	Urval	Slutsats	Kvalitets- granskning/ poäng
2013 Australien.	Allen, K., Byrne, S., Oddy, W. and Crosby, R. TITEL: <i>Early Onset Binge Eating and Purging Eating Disorders: Course and Outcome in a Population -Based Study of Adolescents</i>	Kvantitativ longitudinell studie.	Att beskriva framväxten av ätstörningar och dess tidiga tecken på personer i åldern 14 fram till 20 år, vilka variabler som synts, samt se hur ätstörningspro- blematik påverkat deras psykologiska funktion vid 20 års ålder.	Utskickade enkäter till deltagarna vid 14,17 och 20 års ålder.	Vid 14 år ålder svarade 1598 deltagare, vid 17; 1242 deltagare och vid 20; 1243 deltagare, deltagarna plockades från en stor kohort studie vid namn <i>Western Australian Pregnancy Cohort (RAINE-study)</i> .	Studien adderar till den lilla grupp av tillgänglig forskning om ungdomars ätstörningspro- blematiker på en populationsnivå och erbjuder dessutom uppgifter om ätstörningar och dess utveckling. Genom att kontinuerligt kolla av individer kan man göra skräddarsydda ingripanden för att minska sannolikheten för utdragen ätstörningspro- blematik hos ungdomar som annars kan vara i riskzonen för detta.	15 av 17
2015 Australien	Bentley, C., Gratwick- Sarll, K., Harrison, C., & Mond, J. TITEL: <i>Sex Differences in Psychosocial Impairment Associated with Eating Disorder Features in Adolescents: A School- Based Study</i>	Kvantitativ studie	Att undersöka om det finns skillnader mellan könen kring psykosocial nedsättning relaterat till ätstörningssym- ptom hos ungdomar.	Enkäter som undersökte/utvärderade/ frågade om ätstörningssymtom samt livskvalitet/mående hos ungdomar.	Skolelever som tillhörde Australian Capital Territory, antalet deltagande var n=1135 flickor och n= 531 pojkar.	De ätstörningar/sy- mptom som undersöktes kunde associeras med särskilda psykosociala nedsättningar hos ungdomarna. Skillnaderna fanns i att högre stressnivåer associeras till hetsätande hos flickor men ej hos pojkar. Förutom dessa var det ingen skillnad mellan kön, ätstörning och psykosocial nedsättning.	15 av 17

Publikationsår/ Land	Författare (Alfabetisk ordning) TITEL	Design	Syfte	Metod	Urval	Slutsats	Kvalitets- granskning/ poäng
(2015) Italien	Dakanalis, A., Carrà, G., Calogero, R., Fida, R., Clerici, M., Zanetti, M., & Riva, G TITEL: <i>The developmental effects of media-ideal internalization and self-objectification processes on adolescents' negative body-feelings, dietary restraint, and binge eating</i>	Intervjustudie. Kvantitativ	Att undersöka hur massmedia påverkar ungdomars syn på kroppen och kroppsbilden, samt vilka negativa effekter som kan komma av detta.	Ungdomarna intervjuades under en treårsperiod och svaren analyserades. Intervjuer genomfördes av professionsutbildade som insamlade all data genom SATAQ-3	n=685 ungdomar mellan 14-15 år (47% pojkar).	Resultaten av studien visade på att medias ideal kan kopplas till negativa tankar om kroppen och kroppsbilden. I sin tur kan dessa negativa tankar och känslor leda till ytterligare negativt beteende i form av exempelvis bantning och hetsätning. Stora skillnader mellan könen observerades ej.	12 av 17
2011 Spanien	González, M., Penelo, E., Gutiérrez, T., & Raich, R. M. TITEL: <i>Disordered Eating Prevention Programme in Schools: A 30-Month Follow-up</i>	Kvantitativ studie/preventionsprogram	Att utvärdera effekten av ett preventionsprogram där den önskade effekten var att reducera attityder kopplade till ätstörningar och sociokulturell påverkan från omgivningen kring estetiska kroppsideal.	Tre testtillfällen vid 1 månad, 7 månader och 30 månader efter programmets avslutande. Via EAT-40 och CIMEC-26	I preventionsprogrammet deltog n=254 flickor och n=189 pojkar, mot en kontrollgrupp på n=201. Medianåldern på deltagarna är 13,5 år.	Deltagarna vid preventionsprogrammet fick lägre testresultat än resultatet från kontrollgruppen vid uppföljning.	16 av 17

Publikationsår/ Land	Författare (Alfabetisk ordning) TITEL	Design	Syfte	Metod	Urval	Slutsats	Kvalitets- granskning/ poäng
2015 Spanien	González, M. L., Mora, M., Penelo, E., Goddard, E., Treasure, J., & Raich, R. M. (2015) TITEL: <i>Gender differences found in a qualitative study of a disordered eating prevention programme: What do boys have to say?</i>	Kvalitativ studie	Att utvärdera åsiktsskillnader mellan flickor och pojkar som genomgått ett preventionsprogram i en tidigare studie samt varit med i en stor utvärdering av nämnda studie.	Intervjuer skedde under skoltid efter prevention programmets slut. Intervjuerna var mellan 50-70 min långa, spelades in och transkriberades.	12 pojkar i skolåldern, 4 från varje interventionsprogram indelning deltog i intervjuerna. (Från tidigare genomfört program där medianåldern låg på 13,5 år) n=4 ML n=4 ML+NUT n=4 kontrollgrupp	Resultatet jämfördes med en tidigare studie på flickor. Preventionsprogrammet är effektivt och kan appliceras på både pojkar och flickor. Mer forskning krävs för att hitta skillnader mellan könen samt att konsumtionskulturens påverkan bör beaktas i framtida interventioner.	13 av 17
2010 USA	Haines, J., Ziyadeh, N. J., Franko, D. L., McDonald, J., Mond, J. M., & Austin, B. TITEL: <i>Screening High School Students for Eating Disorders: Validity of Brief Behavioral and Attitudinal Measures</i>	Kvantitativ studie	Att identifiera om frågor kring attityd- och beteende hos ungdomar kan påvisa vilka ungdomar som har en risk för att utveckla ätstörning.	Enkäter Eating attitudes test (EAT-26)	Deltagarna valdes slumpmässigt ut från olika delstater i USA. Till en början deltog 5740 personer men efter bortfall återstod det 3286 st flickor och 2332 st pojkar.	12 % flickor och 3 % pojkar uppgav att de krävs för att kontrollera vikten. 17 % flickor och 10% pojkar uppgav att de hetsäter en eller fler gånger i månaden. Cirka 24 % av flickorna och 8 % av pojkarna uppgav att de fokuserade på att bli smalare.	12 av 17

Publikationsår/ Land	Författare (Alfabetisk ordning) TITEL	Design	Syfte	Metod	Urval	Slutsats	Kvalitets- granskning/ poäng
2011 Finland	Hautala, L., Helenius, H., Karukivi, M., Maunula, A. M., Nieminen, J., Aromaa, M., Liuksila, P. R., Räihä, H., Välimäki, M., Saarijärvi, S. (2011) TITEL: <i>The role of gender, affectivity and parenting in the course of disordered eating: A 4-year prospective case-control study among adolescents</i>	Kvantitativ studie	Att undersöka hur symptom på ätstörning utvecklas från tonåren till högre tonåren, vilka individfaktorer och föräldrafaktorer påverkar utvecklingen av ätstörningar och hur starka dessa faktorer är i tidigt uppkomst och återkommande av ätstörningar.	Självskattningsformulär är vid namn SCOFF som inkluderade bakgrundsinformation och RBDI-formulär. Enkäten besvarades kring 15 års ålder och kring 19 års ålder.	n=1891 deltagare vid första enkät tillfället som valdes från skolor i sydvästra Finland.	Sammanlagt uppvisade 52 % flickor och 17 % pojkar i början av studien symtom på ätstörningar. Det finns ett samband mellan ett långvarigt missnöje till sitt utseende som kunde leda till ätstörningsproblem hos flickor som ej uppvisat symtom på ätstörning tidigare. Föräldrar har en viktig stödjande roll vid återhämtningen av deras barns ätstörningsproblem.	15 av 17
2013 Storbritannien	Knightsmith, P., Sharpe, H., Breen, O., Treasure, J., & Schmidt, U. TITEL: <i>'My teacher saved my life' versus 'Teachers don't have a clue': an online survey of pupils' experiences of eating disorders</i>	Kvantitativ studie	Att utvärdera hur skolelever förstår ätstörningar, hur de skulle försöka hjälpa en vän de tror har ätstörningar och om de vet vad skolans roll är och om de kan bli hjälpta av skolan med ätstörningsproblem.	Online-enkäter som delades ut till eleverna via lärare.	n=511 elever mellan 11-19 år deltog. 72 % flickor och 28 % pojkar.	38 % (n=195) hade en nuvarande eller hade haft en ätstörning. 49 % (n=96) av dessa uppger dessutom att de inte har fått en (ED) ätstörningsdiagnos fastställd. 59 % ansåg att en ökad medvetenhet kring ätstörningar bör finnas i skolan. Endast 7 % svarade att de skulle anförtro sig till lärare om ätstörningar. Mer forskning	13 av 17

						krävs för att veta hur lärare kan upptäcka och arbeta med ätstörningar.	
Publikationsår/ Land	Författare (Alfabetisk ordning) TITEL	Design	Syfte	Metod	Urval	Slutsats	Kvalitets- granskning/ poäng
2014 Storbritannien	Knightsmith, P., Treasure, J., & Schmidt, U. TITEL: <i>We don't know how to help: an online survey of school staff</i>	Kvantitativ studie	Att undersöka om skolpersonal har tillräcklig kunskap om ätstörningar, identifiera symptom, stödja elever med ätstörningar eller stötta elever på väg att utveckla eller med ätstörningssymptom.	Internetbaserade enkäter. 826 svar från skolpersonal samlades in..	n=1250 var inbjudna att svara. n = 826 valde att svara (66 %)	Skolpersonalen upplevde generellt sett att de hade för lite kunskap om ätstörningsproblematik. Genom att utbilda skolpersonal, främst i hur man kan känna igen symptom på ätstörningar samt att skolpersonalen lär sig hur man erbjuder stöd och kunskap om ätstörningar vidare till eleverna skulle öka skolpersonalens egna trygghet i att veta hur man skall hjälpa drabbade elever	14 av 17
2015 Spanien	Mora, M., Penelo, E., Gutiérrez, T., Espinoza, P., González, M. L., & Raich, R. M. TITEL: <i>Assessment of Two School-Based Programs to Prevent Universal Eating Disorders: Media Literacy and Theatre-Based Methodology in Spanish Adolescent</i>	Preventionsprogram och kvantitativ studie	Att utvärdera korta- och långsiktiga effekter efter applicering av två preventionsprogram i skolan där båda program handlar om attityder till kroppsideal, ätstörningssattityder och ätstörningsfaktorer.	Självskattningsformulär (EAT-26, SCOFF, SATAQ-R, CDRS, RSES.)	n=100 flickor och n=100 pojkar Sammanlagt n=200 deltagare. 12-15 års ålder.	Deltagarna i båda experimentgrupper visade en högre självkänsla i långsiktig mätning jämfört med kontrollgruppen över tid. Även lägre testresultat hos båda grupper angående kroppsideal visades jämfört med kontrollgruppen.	15 av 17

	<i>Boys and Girls</i>						
Publikationsår/ Land	Författare (Alfabetisk ordning) TITEL	Design	Syfte	Metod	Urval	Slutsats	Kvalitets- granskning/ poäng
2000 Australien	O'dea & Abraham (2000) TITEL: <i>Improving the Body Image, Eating Attitudes, and Behaviors of Young Male and Female Adolescents: A New Educational Approach that Focuses on Self-Esteem</i>	Interventionsstudie och kvantitativ studie	Att undersöka effekten av ett interaktivt, skol-baserat, självförtroende utbildande program som riktade in sig på kroppsbild och attityder kring att äta hos unga pojkar och flickor efter att programmet genomförts samt 12 månader senare.	Programmet heter Everybody's different och innehåller 9 lektionstillfällen och har sedan utvärderas genom en egenskriven enkät. Samt har deltagarna vid tre tillfällen fyllt i EDI, SPPA och DI formulär kring olika självskattningar.	Deltagarna valdes ut från två olika skolor från årskurs 7-8. n= 470 elever (63 % flickor) och (37 %) pojkar i åldern 11-14 år deltog frivilligt i interventionsstudien och jämfördes med en kontrollgrupp.	Programmet förändrade markant deltagarnas kroppsuppfattning och relation till sin kropp i deras självförtroende; social acceptans, utseende, och atletisk förmåga blev mindre viktigt för deltagarna i studien men mer viktigt för de i kontrollgruppen.	17 av 17
2001 Australien	O'dea & Abraham (2001) TITEL: <i>Knowledge, Beliefs, Attitudes and Behaviors related to weight control, eating disorders, and Body Image in Australian Trainee Home Economics and Physical Education Teachers</i>	Kvantitativ studie	Att undersöka kunskaper och attityder relaterade till viktkontroll och ätstörningar hos lärarstudenter i hem- och konsumentkunskap och bland idrottslärare. Och bedöma deras kroppsuppfattning och metoder för att upprätthålla vikten.	Självskattningsformulär.	Lärarstudenter i hem- och konsumentkunskap (n= 112) samt idrottslärare (n= 104) deltog i studien.	(85 %) manliga studenter och (87%) kvinnliga studenter gav råd för viktnedgång till överviktiga elever. De saknar utbildning i näringslära, särskilt kopplat till vikt. De hade missuppfattningar om ätstörningar. De hade även själva haft eller har ätstörningar och många engagerade sig i problematiska metoder för viktnedgång.	14 av 17
Publikati	Författar	Design	Syfte	Metod	Urval	Slutsats	Kvalite

År/ Land	Författare (Alfabetisk ordning) TITEL						ts- gransk- ning/ poäng
2013 England	Sharpe, H., Damazer, K., Treasure, J., & Schmidt, U. TITEL: <i>What are adolescent s' experience s of body dissatisfac- tion and dieting, and what do they recommen- d for prevention ? A qualitative study</i>	Kvalitativ studie	Att undersöka ungdomars syn på orsakerna till kroppsmisshälsa och bantning och ungdomarnas syn på rekommend- ationer för att förhindra detta.	Fokusgrupper	n=22 flickor från en utvald skola i England, i åldrarna 13-15 år deltog i fokusgrupper. Intervjuerna transkriberades i efterhand.	Fokusgrupperna diskuterade att kroppsmisshälsa och bantning berodde på gruppträck och att bli accepterad bland sina vänner och motverka pressen från familj, att personer jämförde sig med andra på nätet samt att media och modeindustrin hade inverkan på bantning och misshälsa till den egna kroppen.	11 av 17
2016 Sverige	Sundquist, J., Ohlsson, H., Winkleby, M. A., Sundquist, K., & Crump, C TITEL: <i>School Achievement and Risk of Eating Disorders in a Swedish National Cohort</i>	Kohortstudie	Undersöka sambandet mellan hur man presterar i skolan och anorexia nervosa eller bulimia nervosa i en nationell kohort samt att se ett eventuellt samband av familjära orsaksfaktorer.	Utgick från "cox regression" för att undersöka sambandet mellan prestation i skolan och risk för anorexia nervosa eller bulimia nervosa.	1,800,643 personer födda i Sverige mellan 1972- 1990 som fortfarande bode i Sverige vid 16 års ålder.	Hur man presterade i skolan kunde vara associerat med en ökad risk för anorexia nervosa bland både flickor och pojkar. Risk för att utveckla bulimia nervosa bland flickor var även högre dock sågs inte samma samband bland pojkar. Relativa analyser genomfördes och visade på att delade genetiska och miljömässiga faktorer däremot minskade sambandet mellan skolprestationer och anorexia nervosa eller bulimia nervosa.	13 av 17