

# Hur påverkar kroppsuppfattning hälsan hos barn och ungdomar?

För tjock, för mager eller lagom

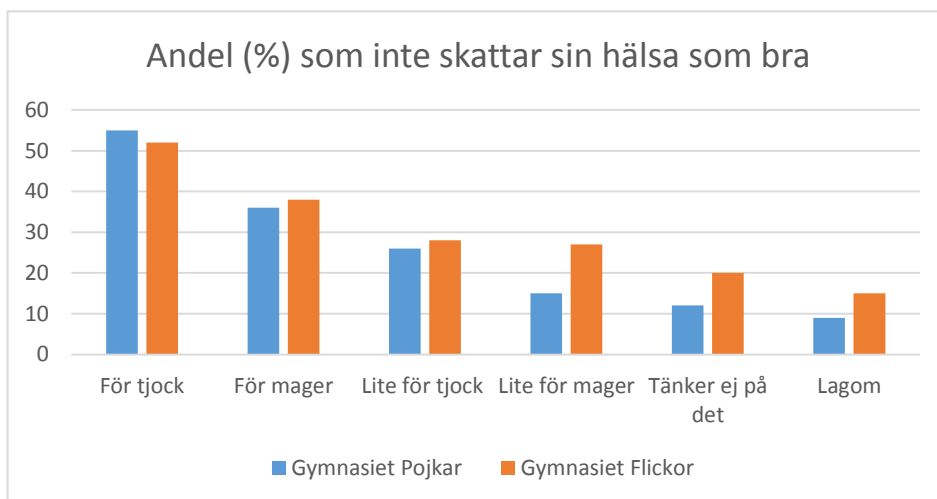
Stig Elofsson

## **Pressmeddelande**

I rapporten studeras hur barn/ungdomar på mellan- och högstadiet samt gymnasiet upplever sin kroppsvikt utifrån frågan *Tycket du att du är?* med svarsalternativen För mager, Lite för mager, Ganska lagom, Lite för tjock, För tjock, Jag tänker inte på det.

I rapporten studeras – vid sidan av variationer mellan kön och skolstadier – hur upplevelsen av att vara för fet respektive för mager kopplas till elevernas sociala bakgrund, deras skol- och fritidssituation samt hälsa och livskvalitet. I likhet med vad som visats i andra studier framträder tydliga könsskillnader – **fler bland flickor tycker de är för tjocka, fler bland pojkar att de är för magra**. Det är viktigt att notera att dessa könsskillnader framträder redan på mellanstadiet, vilket pekar mot att de föreställningar om kroppsideal som framträder i samhället mycket tidigt påverkar barnen. Sambanden med ålder skiljer sig också mellan könen. Andelen som tycker de är för tjocka är bland pojkar cirka 20 % oberoende av ålder medan den bland flickor ökar från 20 % på mellanstadiet till 40 % på gymnasiet. När det gäller hur många som tycker de är för magra blir könsmönstret det motsatta – bland flickor tycker cirka 10 % att de är detta oberoende av ålder, bland pojkar ökar andelen från 10 % på mellanstadiet till ungefär 20 % på gymnasiet. Analyser av förändringar över tid pekar mot att det skett små förändringar.

**Ett mycket centralt resultat visar att barnens/ungdomarnas upplevelse av sin kroppsvikt är starkt kopplad till självskattad hälsa, egenrapporterade (psykiska) besvär och livskvalitet.** Sämst beskriver de som upplever att de är för tjocka sin situation i detta avseende, men det är också viktigt att notera att även de som beskriver sig som för magra beskriver den sämre än de som angett att de tycker de väger lagom eller svarat att de inte tänker på det. Dessa skillnader kvarstår även efter kontroll för elevernas sociala bakgrund. Följande diagram som visar hur många på gymnasiet som skattat sin hälsa som inte bra efter kön och de olika svarsalternativen belyser detta mer i detalj.



I likhet med tidigare studier är sambanden med familjens socioekonomiska ställning och grad av invandraranknytning genomgående svaga medan det finns en tydligare koppling till familjesituationen. **Barn/ungdomar som markerat att de har förtroende till föräldrar är oftare nöjda med sin vikt än de som inte har detta.** Speciellt gäller detta för hur många som tycker de är för tjocka. **Detta tyder på att bättre relationer till föräldrar kan fungera som en dämpande faktor och kanske till en del motverka det tryck som finns i samhället för att leva upp till det västerländska kroppsidealet – att vara smal.**

Resultaten visar också på att det finns klara kopplingar till skol- och fritidssituation. Speciellt de som tycker de är för tjocka tar oftare upp att de upplever negativa element i skolklimatet – att man mobbar, att det förekommer svordomar, könskränkande uttryck, våld och de uppger också i högre utsträckning att de trivs sämre i skolan. Däremot tycks de inte skilja ut sig när det gäller stöd och stimulans – de upplever detta i samma utsträckning som andra.

**Ser man till fritidssituationen kan man notera att både de som tycker de är för mager och de som tycker de är för tjocka som grupp är mindre nöjda med sin fritidssituation, något som kan vara viktigt att uppmärksamma.**

Resultaten kompletterar den forskning som tidigare presenterats och som fortfarande bedrivs, främst inom projekt vid psykologiska institutionen vid Göteborgs universitet, genom ett omfattande datamaterial som belyser ett brett perspektiv på barns/ungdomars levnadsförhållanden ur ett sociologiskt perspektiv.

Materialet har hämtas från undersökningar som inom projektet *Ung livsstil* genomförts i Haninge, Huddinge, Jönköping; Lidingö, Sävsjö och Täby och omfattar svar från sammanlagt mer än 21 000 elever. Svarsfrekvensen i samtliga studier är över 70%, oftast över 80%. Eftersom det finns upprepade studier – i Jönköping vart tredje år under perioden 2003-2015 – och i Lidingö – 2003, 2007 och 2011 – finns möjligheter att mer i detalj studera utveckling över tid.

