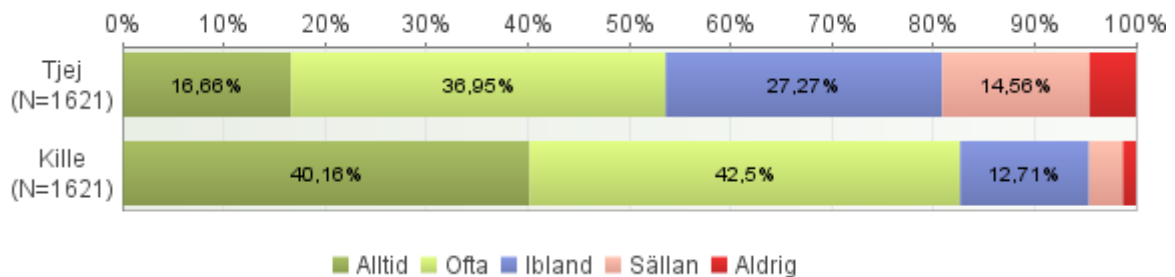


Att duga som man är

Om mig är en webbenkät till ungdomar i årskurs 8 på grundskolan och årskurs 2 på gymnasieskolan i Östergötland. Resultaten visar att det finns stora skillnader mellan könen i fråga om att duga som man är. Fler yngre än äldre uppger att de duger och en betydligt högre andel killar känner att de duger som de är jämfört med tjejer. I enkäten 2015 fick elever i årskurs 8 på grundskolan ge sin bild av varför så få tjejer känner att de duger och ge förslag på hur man kan få fler att känna att de duger. Svaren har kategoriserats och sammanställts i text med tillhörande citat.



Figur 1. Andel ungdomar som de duger som man är. Data från om mig 2014 per kön.

Ungdomar tror att tjejer har svårt att känna att de duger som de är på grund av normer och skönhetsideal i samhället som upplevs skapa orealistiska förväntningar på tjejers utseende och beteende. "Det är mer press på tjejer om hur de ska vara och se ut. Tjejer blir konstant påmind om att de inte duger av sociala medier, filmer och tv-program, reklamer och så vidare och då är det svårt att känna att "jag duger".

Ungdomarna hade också uppfattningen att tjejer är mer känsliga och elaka mot varandra än killar och att de jämför sig och bedömer både sig själva och varandra hårdare än vad killar gör. " Tjejer känner en press. Man jämför sig själv med andra. Det är nog många som känner att dom inte räcker till. Många tjejer dömer varandra och man blir alltid pratad bakom ryggen."

"Man är osäker på sig själv sin kropp och man kan ha det svårt i skolan och man blir inte accepterad som den man är"

En annan förklaring, främst ifrån tjejer, var att de oftare blir utsatta för kränkningar och sexism, både i skolan och på nätet. "Sexism mot kvinnor finns överallt, tjejer blir kränkta av sig själva och samhället hela tiden"

Många killar beskrev att de duger tack vare att de generellt är mer nöjda och självsäkra än tjejer. "Killar har mycket bättre självförtroende och nöjer sig med hur de ser ut. Tjejer tycker alltid att de måste göra sig finare, bli smalare eller ha finare kläder."

Både killar och tjejer efterfrågade hjälp ifrån vuxna i form av kunskap och stöd på både grupp- och individnivå för att stärka ungas självförtroende och självkänsla. "Lärare, klasskamrater och föräldrar måste vara noga med att berätta för sina barn att de duger. Och genom att bara säga att de duger så ökar man deras självkänsla. Jag tycker att jag duger precis som jag är och om någon säger något annat så ska jag se till att få ut den personen ur mitt liv så fort som möjligt."

"Jobba mer med det i skolan att alla ser olika ut, och att vi alla har olika egenskaper som gör oss till den vi är. Att kanske jobba mer med de här skönhetsidealen för att få fram att vi duger som vi är och att det är omöjligt för oss att nå upp till alla de olika krav som finns i dagens samhälle".

De ansåg också att media har ett stort ansvar att framhäva sunda ideal och förebilder. *"Det är större press på tjejerna i vårt samhälle. Det skulle hjälpa ifall vi slutade sexualisera tjejer som vi gör och sluta lägga sån press som vi gör på dem. Främst i form av media och kommersiella syften läggs det en hel del press p.g.a. kapitalismen och företags behov av att sälja produkter för att vi ska känna att vi är accepterade."*

"Att media och samhället slutar att tvinga på tjejer ideal och att man måste se ut på ett visst sätt, och att man måste följa normer etc."

"Att media slutar photoshoppa".

Många ungdomar tror att de själva kan skapa ett bättre klimat genom att bidra till större acceptans och bättre bemötande, både i skolan och på internet. De såg möjligheter att tillsammans kunna motverka och förändra osunda normer genom att ge varandra positiva kommentarer och fokusera mindre på utseende.

"Man kan påpeka det då och då, alltså att man duger".

"Att få ihop tjejerna som en grupp istället för fiender och stoppa näthatet mot tjejer".

"Att mobbning stoppas och att någon säger att man inte ska ha en förebild med stora bröst eller en stor rumpa utan att de ska vara som de är."

Ett annat vanligt förslag var att tjejer skulle tänka mer positiva och stärkande tankar om sig själva och sänka kraven och ägna sig mer åt sådant som de mår bra av. *"Acceptera dig själv som du är för att man kan inte vara någon annan för att alla andra är redan upptagna. Jämför inte dig själv med andra för att det finns ingen annan som dig. Du är unik. Se det positiva i varje situation."*

"Man kan tänka att man bara har ett liv och att man ska leva det så bra som möjligt och inte haka upp sig på små grejer".

Tabell 1. Ungdomar som besvarat tolkningsfrågan om att duga per kön. 2015, % (n)

Kön	Antal (522)	Andel
Tjej	356	68 %
Kille	155	30 %
Annan könsidentitet	11	2 %

Webbenkäten *Om mig* är ett samarbete mellan länets kommuner, Länsstyrelsen Östergötland och Region Östergötland. Mer information: <http://vardgivarwebb.regionostergotland.se/ungdomsenkat>

Region Östergötland (2017). Centrum för verksamhetsstöd och utveckling. Om mig. Artikel 13: Att duga som man är