## Unge og kropsidealer – spørg ungdomsforskeren

Er det særligt svært at være ung i dag, hvor de sociale medier er blevet en integreret del af de fleste unges hverdag, og hvor de unge hver dag bliver bombarderet med billeder af influencere med flade maver eller markerede muskler? De spørgsmål stiller Cecilie Hedegaard Bak til Jens Christian Nielsen, ungdomsforsker ved Danmarks Institut for Pædagogik og Uddannelse, i dette afsnit af Viden i spil.

Vi skal blive klogere på, hvordan kroppen bliver en platform for præstation, ligesom skolen er det, og vi skal se nærmere på, hvordan sociale medier kan påvirke de unge negativt.

Dette afsnit er en genpublicering af afsnittet 'Unge og kropsidealer - ikke fit nok til fitness?' fra podcasten Tillægstid, som tidligere er udgivet i kanalen Mediano Sport & Perspektiv. Dette afsnit er del to af i alt fire afsnit, som du kan finde i kanalen via idan.dk.

## Arbejdsspørgsmål

1. Beskriv, hvordan unges fokus på kroppen har ændret sig over tid.
2. Hvilken rolle spiller sociale medier i forhold til unges selvværd og måden, de ser deres krop på?
3. Overvej, hvilken betydning sociale medier har for jeres eget velbefindende.
4. Diskutér, hvad man kan gøre for at få unge mennesker til at få et mere afslappet forhold til kroppen.

## Supplerende materiale

Læs hovedresultaterne fra Sex og Samfunds undersøgelse [’Unges syn på krop og kropsidealer’](https://sexogsamfund.dk/files/media/document/sexsamfund_undersoegelse_kroppen_final.pdf)

Find rapporten [’Når det er svært at være ung i DK: unges trivsel og mistrivsel i tal’](https://www.cefu.dk/media/225966/trivsel_version_6.pdf)