

# Mirror projekt

VET Student's appearance concerns and the influence on completion rates in VET and on their success rates on the job market



## Projektets mål og målgruppe

*Mirror, Mirror* tar sikte på å utvikle et pedagogisk kursprogram som tar for seg konsekvensene av negativt kroppsbilde.

Prosjektet har som mål å bidra til at flere elever og studenter fullfører sin skolegang i europeiske samarbeidsland ved å ha et spisset fokus på de aktuelle faktorene som tilsynelatende blir oversett eller unngått for å lykkes i få ned frafallsraten.

Å fremme større bevissthet rundt denne problematikken overfor pedagoger og andre som arbeider innenfor utdanningsinstitusjonene, vil bety en forskjell for å flere elever og studenter til å fullføre utdanningsløpet sitt, for derved å gi ungdom bedre muligheter inn i arbeidslivet.

## EU funded project

Dette prosjektet (prosjekt n° 2013-1-NO1-LEO05-06154) har blitt finansiert med støtte fra EU-kommisjonen. Denne publikasjonen reflekterer kun forfatterens syn, og kommisjonen kan ikke holdes ansvarlig for bruk av informasjonen som finnes her.

LEONARDO DA VINCI-TRANSFER OF INNOVATION PROJECT

November 2013 - Oktober 2015.

## Bakgrunn

Negativt kroppsbilde kan påvirke en persons selvoppfatning, som igjen kan få store konsekvenser for hvordan man fungerer og presterer i skole eller på en arbeidsplass. Det har betydning for hvordan man til daglig samhandler med venner eller kollegaer. De negative konsekvensene kan forstyrre viktige områder i de unges liv på en slik måte at fysisk og psykisk helse, utdanningsløpet og hvordan en fungerer i arbeidslivet blir sterkt påvirket, samt en viktig faktor i sosial ekskludering. Disse negative konsekvensene er velkjente som store hindringer. EU trekker disse kjensgjerningene fram som et område de ulike lands styresmakter bør sette på dagsorden.



## Hovedprodukter

### HOVEDPRODUKTENE ER:

- Et kursprogram med et didaktisk opplegg for elever og studenter i Europa, interessenter i utdanningsinstitusjonene, bedrifter med lærlinger og andre interesserte
- Workshop-materiell for pedagoger som f.eks. forskningsmaterieell, vurderingsformer, brosjyrer, oppsummeringer fra forskning og refleksjonsspørsmål

## Partnerskap

For å sikre vellykket gjennomføring av prosjektet, har kunnskap og kompetanse blitt innhentet fra fem europeiske land som er Norge, Portugal, Østerrike, Storbritannia og Danmark. Alle partnere skal bidra til at prosjektets mål blir oppnådd og dermed sikre en vellykket gjennomføring av prosjektet til oktober 2015.



University of the West of England



Associação Regional

Parlamento Europeu dos Jovens dos Açores



Lifelong Learning Programme



## Noen fakta om tema rundt utseende

Psykososial helse er avgjørende for å fremme elevers muligheter samt motivasjon for å prestere bra på skolen. Et dårlig kroppsbilde og bekymringer rundt eget utseende er viktige aspekter i ungdommers psykososiale helse og utvikling. Estimert er 50-70% av elever i den vestlige verden misfornøyd med deler av utseendet sitt (McCabe & Ricciardelli, 2004). Innvandrergupper er også i faresonen for et dårlig kroppsbilde, med et økende sosialt press til å oppfylle de vestlige skjønnhetsidealene som klær og utseende i akkulturasjonen og den sosiale integreringsprosessen. Dårlig kroppsbilde og diskriminering relatert til utseende, er en betydningsfull bekymring for utdanningssektoren fordi begge faktorer er forbundet med dårlige skoleresultater og fysiske og psykiske problemer, deriblant spiseforstyrrelser, stoff- og alkoholmisbruk, selvmordstanker, lav selvfølelse og depresjon. Dessuten har elever som er bekymret over utseendet eller har opplevd mobbing relatert til utseende, en større sannsynlighet for ikke å gå på skolen. En av hovedgrunnene for at elever dropper ut av skolen er knyttet til psykisk helse (Marcussen et. A1, 2011). Samtidig som kroppsbilde og utseende i all hovedsak påvirker ungdommer, er temaet sjeldent adressert til skolen. Det er større sannsynlighet for at elever med dårlige karakterer rapporterer at dårlig kroppsbilde forstyrrer deres akademiske prestasjoner (Yanover & Thompson, 2008). Spesielt lærere/sosialarbeidere som jobber i den yrkesfaglige skolen har kapasiteten til å fremme et positivt kroppsbilde og en aksept for mangfoldet i utseende, både i forhold til hvilke rollemodeller de er og hvordan de underviser i fag og temaer som involverer utseende eller temaer relatert til helse. Temaet passer inn i EU sine prioriteringer; EU koordinerer og oppfordrer nasjonale myndigheter til å bekjempe fattigdom og sosial eksklusjon (<http://ec.europa.eu/social>).

McCabe, M., & Ricciardelli, L., (2004) Body image dissatisfaction among males across the lifespan: a review of past literature. *Journal of Psychosomatic Research*, 56, 675-685

Yanover, T., & Thompson, J.K., (2008) Eating problems, body image disturbances, and academic achievement: Preliminary evaluation of the Eating and Body Image Disturbances Academic Interference Scale *International Journal of Eating Disorders*, 41 pp. 184-187



## Hva kan vi gjøre for å hjelpe elever med misnøye over utseende å fullføre utdanningen?

Lærere og skolens ansatte kan fremme et åpent læringsmiljø ved:

- Få bedre forståelse om hvilke verdier, holdninger og normer ulike kulturer og etniske grupper har i forhold til utseende og/eller avvikende utseende
- Øke bevissthet blant læringer og kollegaer om prosesser av stereotypier og inntrykkdannelse av sine elever
- Øke forståelsen av utfallet forbundet med misnøye over utseende
- Oppmuntre til passende utseende sammenligninger

### Resultater assosiert med misnøye over utseende

Psykisk helse:	Fysisk helse:	Mellommenneskelige relasjoner:	Skolefaglige prestasjoner og yrkesforhold:
Lav selvfølelse	Spiseforstyrrelser	Sosial angst	Dårligere konsentrasjon
Selvbevissthet	Røyking	Dårlige sosiale ferdigheter	Problemer med hukommelse
Grubling og bekymringer	Alkoholbruk	Lite støtte fra venner	Mindre deltakelse i diskusjoner
Depresjon	Seksuell helse	Sosial ekskludering	Dårligere karakterer
Selvskading	Unngå eller overdrive fysisk trening		
	Overdreven soling eller solarium		
	Manglende etterbehandling		
	Kosmetiske inngrep		

