



ZRCALCE, ZRCALCE NA STENI POVEJ ..., ODNOS DEKLET 8. IN 9. RAZREDA OŠ RODICA DO SVOJEGA ZUNANJEGA VIDEZA

Raziskovalna naloga s področja psihologije

Avtorici: Lea Hrovat in Neža Škofljanc, 8. razred, šolsko leto 2010/2011

Mentorica: Vilma Vrtačnik Merčun

Povzetek:

V raziskovalni nalogi naju je zanimalo, ali so najstnice zadovoljne s svojim zunanjim videzom. Rezultati temeljijo na 70 anketah, ki so jih izpolnile učenke 8. in 9. razreda OŠ Rodica. K razumevanju rezultatov nama je pomagal intervju s psihologinjo Pediatrice klinike, mag. Matejo Gorenc. Za dekleta, vključena v raziskavo, sva na podlagi podatkov iz šolskega športnega kartona izračunali indeks telesne mase (ITM). Ugotovili sva, da je samo 22 %

osmošolk in 24 % devetošolk prekomerno hranjenih ali debelih. Samo ta dekleta bi lahko upravičeno trdila, da so predebela.

Ug

otovili pa sva, da s svojim videzom ni zadovoljnih 44 % osmošolk in 54 % devetošolk, glede na ITM četrtina neupravičeno. Zahodna kultura nam preko medijev vsak dan vceplja vitko postavo kot idealni telesni videz, prav tak videz pa bi pred stoletji pomenil pomanjkanje, nezdravo telo s slabo možnostjo preživetja.

Zaradi splošnega družbenega mnenja je večina osmošolk glede telesnega videza do sebe in do svojih vrstnic izredno zahtevna.

Zato mogoče ni čudno, da je večina deklet 9. razreda (63 %) že poskušala shujšati, med osmošolkami pa je bilo takšnih 40 %.

Nestrokovno hujšanje pa ima lahko vrsto zdravstvenih posledic, kot so krhke kosti, neplodnost, nezbranost, izčrpanost, depresija itd. Dekleta naj zato razvijejo kritičen odnos do idealnega telesnega videza.

Ni pomembno, da je človek izredno vitek, pomembno je, da se dobro počuti v svoji podobi.

V življenju je marsikaj pomembnejšega od zunanjega videza, na primer, osebnostne lastnosti osebe, uspešnost na različnih področjih in zdrav življenjski slog, ki omogoča dolgo, kvalitetno in zdravo življenje.