

A

Hejsa :) Jeg har det også sådan. De der Victoria Secret- modeller er unormale, og de bliver ofte syge, fordi de er for undervægtige. Du har noget fedt på kroppen, og det er helt normalt. Vær glad for din krop. Se på dine venner de er sikkert ligesom dig. Jeg har aftalt med mig selv at prøve kun at tænke: Jeg elsker min krop, og den jeg er.

Knus



C

Hej pige på 15! Det du skal tænke på med din krop er, at det er den krop, du kommer til at leve i hele hele dit liv. Hvis du sidder som 80-årig og tænker tilbage på alt den tid, du brugte på at hade dig selv, kan jeg forsikre dig om, at du kommer til at fortryde det. Det er svært, men prøv at fortæl dig selv, at du er pisse lækker, og kig på dine fordele i stedet for dine ulemper.

Kh. en som selv har/har haft det samme problem



KROPPEN

BODY IMAGE

Halløj.

Jeg er en pige på 15 år. Jeg ved, at det er en cliché at skrive, at jeg i denne her alder har et problem med mit "body image". Til pigerne, som kan relatere til dette her, så ved de, at det er ekstremt hårdt at kigge på de sociale medier og se flotte "curvy-thick" og "Victoria Secret"- agtige modeller såsom Kylie Jenner, Josephine Skriver, Gigi Hadid osv.

Jeg er blevet fortalt, at jeg har former og en smal talje, men tja... Jeg er ikke decideret tyk, men har dog fedt her og der. Min livsstil? Ja, hvad med den? Min far er ejer af en pizzarestaurant/isbar, så det er sgu lidt svært. Jeg træner ofte og prøver at passe på mine spisevaner.

Hvad kan jeg gøre for at booste min selvtillid?

Kh.

PIGE, 15 ÅR

BØRNS
VILKÅR

TrygFonden

B

Jeg kan godt forstå dig. Prøv at unfollow alle de der "perfekte" personer. Alle har lidt fedt hist og her, og alle de der modeller osv. det er jo ikke 100% ægte. Der er så meget på nettet om, hvordan man skal se ud, men der er næsten ikke noget menneske i verden der har den "perfekte krop". Enten har man for lange ben, tykke lår eller et tykt ansigt. Alle mennesker har en flot krop, også dig, sig det til dig selv.



D

Du beskriver totalt mit liv lige nu. Jeg har nogenlunde den samme krop, som den du beskriver. Jeg har bare ikke en smal talje, men det vil jeg vildt gerne have. Min far arbejder ikke på et pizzeria/isbar - jeg craver bare for sygt, og kan ikke holde mig tilbage.



A

Hej jeg er en pige. Mange drenge flipper ud over, at hvis ikke de har sixpack, så kan pigen ikke lide dem, men det passer ikke. Det er drengen, vi godt kan lide, og så kan sixpacken bare være noget ekstra, hvis du forstår, hvad jeg mener ;-).
Håber det hjælper.



C

Altså jeg er selv til drenge, der ikke er for trænede haha.. Jeg kan godt lide, når de bare er meget normale i det.
Men dejligt at du har en dejlig kæreste.



KROPPEN

HJÆLP PIGER! SKAL MAN HAVE EN SIXPACK?

Hva så? Er en dreng på 14 år.

Har den her kæreste, og vi har ikke "hygget os" ud over det sædvanlige. Men vi er tit sammen i mindre tøj, fx i et bad eller noget kun iført noget der dækker "den dernede".. Og så kan hun jo se min mave.. Det er der problemet ligger.

Jeg er bange for, at hun ikke syntes, at min mave er flot nok eller veltrænet nok.. Vi kan tale om næsten alt, men den samtale kan vi vidst godt undvære... Jeg er ikke tyk, men jeg er heller ik' tynd. Måske sådan lidt under middel. Min mave er ikke ligefrem en sixpack, men den er vel fin.

Men skal man have sixpack for, at en pige synes at ens mave er flot? Eller kan man nøjes med fx halv sixpack? ;)

Håber, du gider skrive et svar.
DRENG, 14 ÅR

BØRNS
VILKÅR

TrygFonden

B

Hej. Jeg er en dreng, som synes, du skal komme i gang med at opbygge en sixpack. Pigerne er vilde med det. Kan godt forstå dig, jeg har selv været en gennemsnitsperson, men nu efter hård træning er jeg en pigemagnet. THEY LOVE ME MAN!!

