

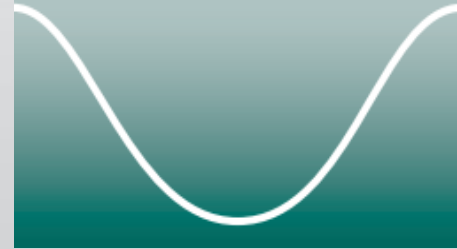
Udsathed i ungdomslivet

Noemi Katznelson

Center for Ungdomsforskning
Aalborg Universitet
Danmark

- Objektivt set har unge stort set aldrig haft det bedre – samtidigt ser stadigt flere ud til at føle sig subjektivt dårligere (markant voksende tal for oplevet mistrivsel blandt unge)
- Vi ser unge, der i en stadig yngre alder gør karriere til unge, der er hængt helt af meget tidligt
- Vi har med rette fokus på social baggrund og ‘arv’, men udsathed er samtidigt blevet mere komplekst at få hånd og greb om

Forbigående
mistrivselserløb



Tilbagevendende
mistrivselserløb



Afgrænsede
mistrivselserløb



Længerevarende
mistrivselserløb

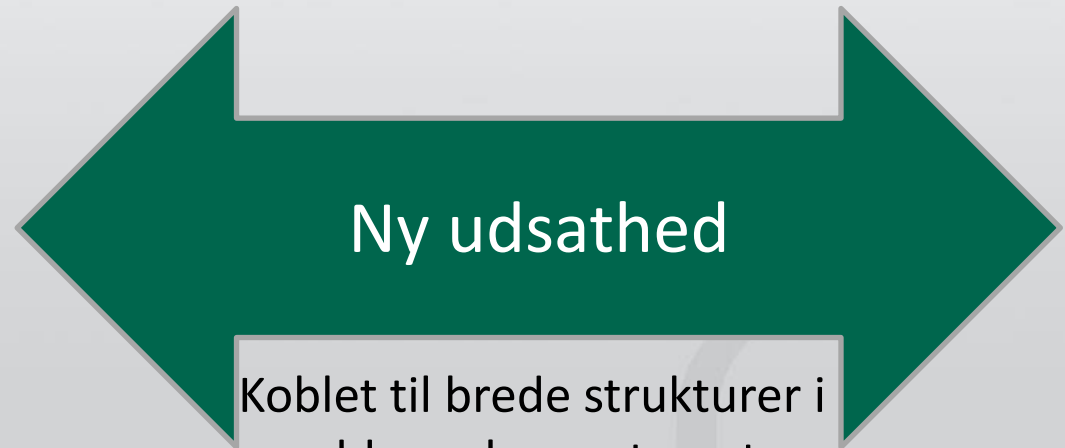


Det var ligesom når man er ude at svømme, at jeg lige skulle holde vejret til man kan komme ind til kanten, og man kan mærke, at man er ved at få det helt dårligt. Jeg havde det virkelig dårligt. Det blev ved og ved. Og jeg blev faktisk nødt til at tage en tur forbi psykiatrisk skadestue, fordi jeg havde det så dårligt (ung kvinde)

Så prøver jeg bare at trække vejret lidt og lukke øjnene og hvile i mig selv og sige, at det er okay at være og bare eksistere. Det er fint. Jeg skal ikke præstere noget, og jeg skal ikke levere noget. Og jeg skal ikke please nogen. Jeg skal bare... Og jeg skal ikke sammenligne mig med, hvad de gør, og hvad de gør. Og hvad de gerne vil have, at jeg skal gøre. Jeg skal bare være og mærke, hvad der gør mig glad. (ung mand)



Koblet til specifikt ringe sociale,
økonomiske og
uddannelsesmæssige kår



Polarisering – fra unge, der i en stadig yngre alder gør karriere, til unge, der er hængt helt af meget tidligt

Jeg har i det mindste en far, som ikke var misbruger. Og det holdte mig oppe indtil han døde. Jeg begyndte at skære i mig selv og drak rigtig rigtig meget, men min mor lagde ikke mærke til noget. Først da jeg fik min dom i retten, der åbnede hun sine øjne. Der var der gået tre år. Nu klarer jeg mig selv. Bor hos venner og sådan. Skal bare have dagene til at gå.



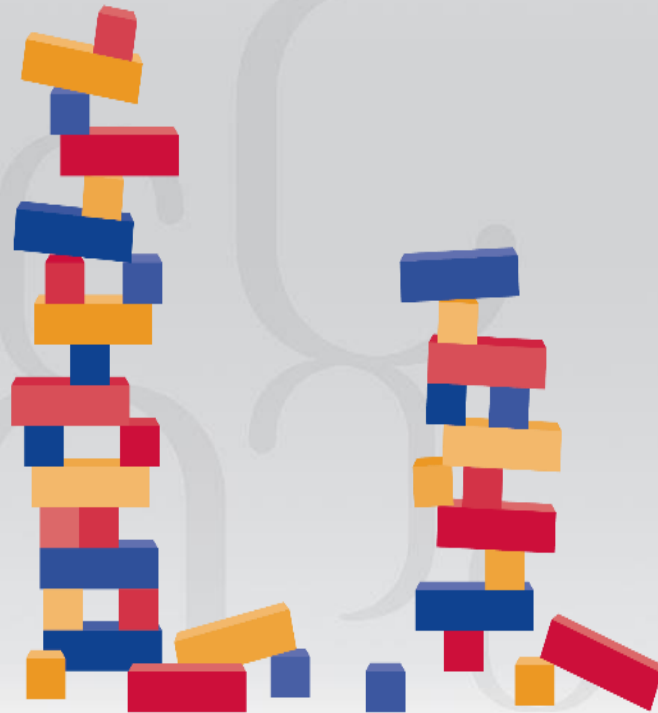
Klassisk
udsathed

- Andelen af unge, som hverken er i uddannelse eller i beskæftigelse har været relativt konstant på 10,5 % de seneste ti år (ca. 70.000 unge)
- MEN afstanden mellem samfundets top og bund er blevet større. Dem, der er udsatte, er mere udsatte, end de tidligere var

Ny udsathed

Ny udsathed

Jeg startede kørekort i starten af 3.g også. Der var en dag, hvor min farmor og farfar havde guldbryllup, så vi havde været tidligt oppe om morgenen, og så skulle jeg i skole, og dagen efter skulle jeg til teori. Så jeg sad og læste op på det, mens vi havde et modul i historie. Og så kunne jeg bare mærke, at det hele blev bare for meget. Så sad jeg ligesom og talte alle de ting, jeg skulle, oppe i hovedet og så havde jeg mit første angstanfald der
(ung kvinde)



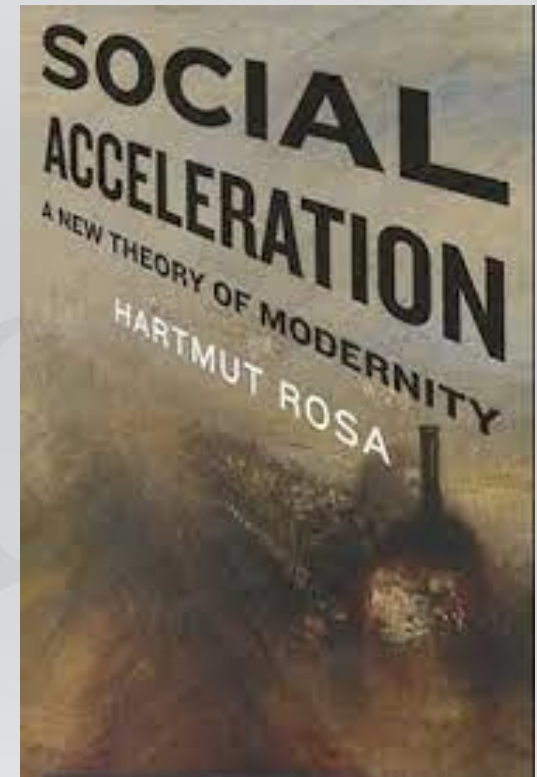
Ny udsathed

Klassisk udsathed

Tendenser i ungdomslivet skaber grobund for mistrivsel



”Hverdagslivet for det gennemsnitlige, senmoderne menneske på de områder, der regnes med til den såkaldte ”civiliserede vestlige” verden, koncentrereres og udmattes mere og mere i forsøget på at komme igennem den eksploderende to-do-liste, og punkterne på denne liste udgør aggressionspunkter, som de møder os i verden: indkøb, opringningen til den plejekrævende tante, lægebesøget, arbejdet, fødselsdagsfejringen, yogakurset: overstå, sørge for, rydde, mestre, klare, afslutte”



- Alting kalder
- Det sociale er blevet mere arbejdskrævende
- Konstant fokus på læringsmål
- Konstant fokus på paratgørelse
- Mange skift der vanskeliggør betingelserne for at etablere stabiliserende vaner og rutiner

Når man kører i et højt tempo, og vi samtidigt er forskellige individer med vores egen historie, så er der ligesom ikke plads til at være et individ, for man skal ligesom passe ind i det der tempo. For så ryger individet og historien og identiteten ligesom ud af mennesket, og så bliver man bare det her (knipser med fingrene hurtigt). Det bliver bare tempo. (Karla, 18 år)

Udsivning af præstation til alle livsarenaer

Og jeg var så kommet i gruppe med nogen, som ikke var så gode til engelsk. Jeg var bare bange for, at det fik mig til at virke sådan, at jeg heller ikke var særlig klog, så det der med at skulle stå og sige noget foran alle mennesker, ... Så hvis jeg laver den mindste fejl, så gider folk ikke at være i gruppe med mig i engelsk. Og så hvis man er dum til det ene fag, så er man nok også dum til det andet fag, så jeg prøver lidt at være stille. (ung kvinde)

Skelne mellem:

- Eksplicit uddannelsespræstation
- Implicit uddannelsespræstation



- Præstationsfokus flyder ind i hverdagens sociale fællesskaber (diskrete problembærere)
- Snævre normer i mange sociale rum (MEN ikke i alle)
- Forestillingen om at det perfekte ungdomsliv og man måler sig og finder sig selv for let

*Jeg tror folk er virkelig bange for at få det skidt. Man er bange for, at man ikke er sjov, ikke. Det er en del af at være perfekt, tror jeg.(...)
Altså, hvis du har det overskud til at grine hele tiden, så har du det også godt. (ung kvinde, 19 år, uden arbejde)*

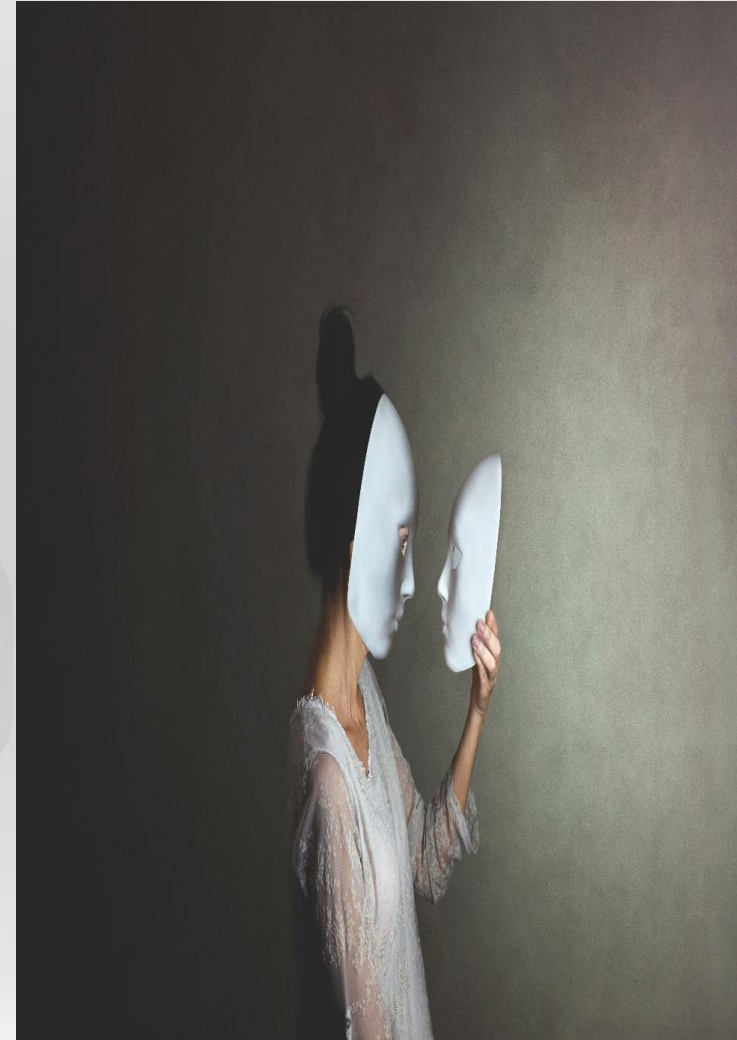
Jeg tror folk er virkelig bange for at få det skidt. Man er bange for, at man ikke er sjov, ikke. Det er en del af at være perfekt, tror jeg.(...) Altså, hvis du har det overskud til at grine hele tiden, så har du det også godt. (ung kvinde)

- Præstationsfokus flyder ind i hverdagens sociale fællesskaber
- Snævre normer fylder i mange sociale rum
- Forestilling om, at der findes et perfekt ungdomsliv, som mange måler sig op ad og finder sig selv for let

- Når psykologien praktiseres af alle
- Når menneskers selvforhold forandres gennem blandt andet kommerialisering af psyken, digitalisering mm.

Fører til:

- Intensiveret selvforhold (et rigt sprog for det indre)
- Selvvurderende introspektion (Præstation siver over i selvforholdet)



Det er vildt nærmest interessant hvor meget, at jeg nogle gange mærker mine følelser. Jeg er vokset op med nogle forældre, som har været meget sådan, talt meget om hvordan man har det og 'har din dag været god i dag?' og 'hvorfor er du ked af det nu?' eller sådan. Der er altid blevet sat meget ord på mine følelser, og på mine søskendes følelser, på deres følelser, konflikter og så noget. (...) Så det er næsten nogle gange synes jeg, at jeg reflekterer for meget over det fordi, at, at det er så meget oppe i hovedet meget af det ik'. (...) Det kan nogle gange være helt vildt trættende (...) jeg kan næsten have det sådan 'lad mig nu bare være ked af det, lad være med at tænke over hvorfor du er ked af det'. (Ung kvinde)

- Mange har et rigt og psykologiserende sprog for det indre
- Stærke refleksive kompetencer ifht relationer og følelsesliv
- Kræver balancearbejde og at det ikke kammer over

- Præstation siver over i selvforholdet
- Det intensiverede selvforhold kammer over i konstant selvmonitorering og selvurderende introspektion
- Måler sig op ad snævert normalitetsbegreb – forstærket individualisering

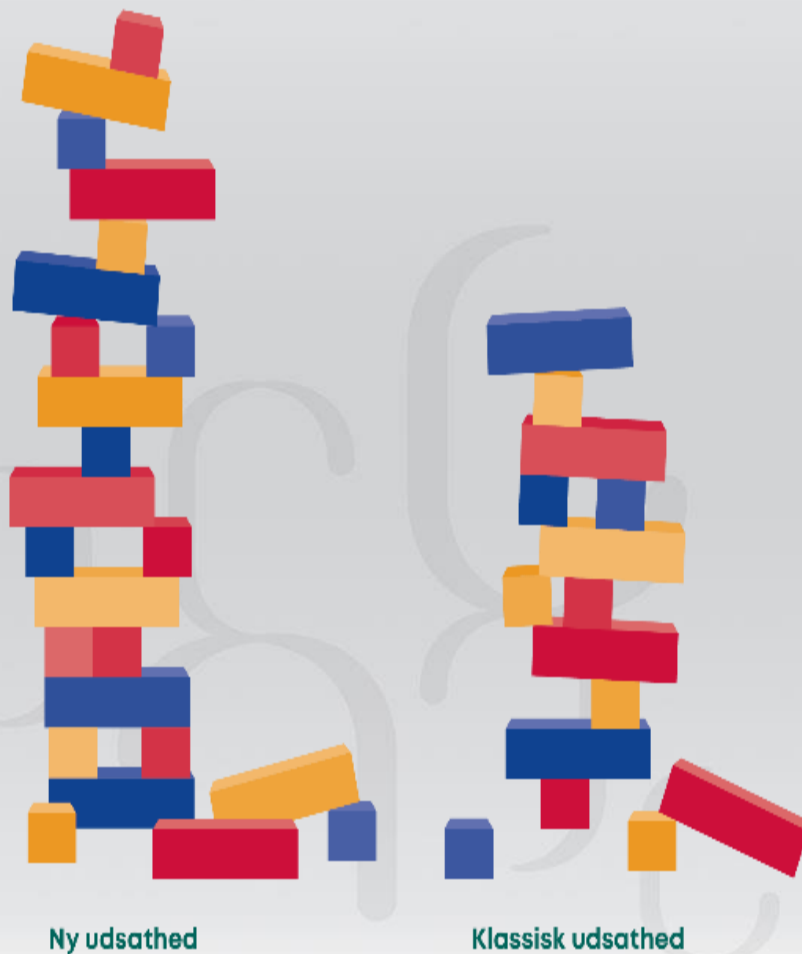
Jeg har også mange andre hårde tanker om mig selv. Jeg er ikke flittig nok, jeg er ikke så disciplineret, og jeg er ikke ordentlig nok. Jeg er ikke sød nok, jeg er ikke ærlig nok. Helt grundlæggende har jeg gået i lang tid og slået mig selv i hovedet over, at det helt grundlæggende i livet, det kunne jeg ikke finde ud af. Altså, sådan bare det at eksistere og være glad (ung mand, 25 år, i gang med videregående udd.)

Det er jo normalen ikke at have det som jeg har det. Så derfor så er verden bygget mod folk, som har det som jeg ikke har det. Og derfor føler jeg mig udenfor. Jeg føler tit, at jeg ikke er klar til verden.

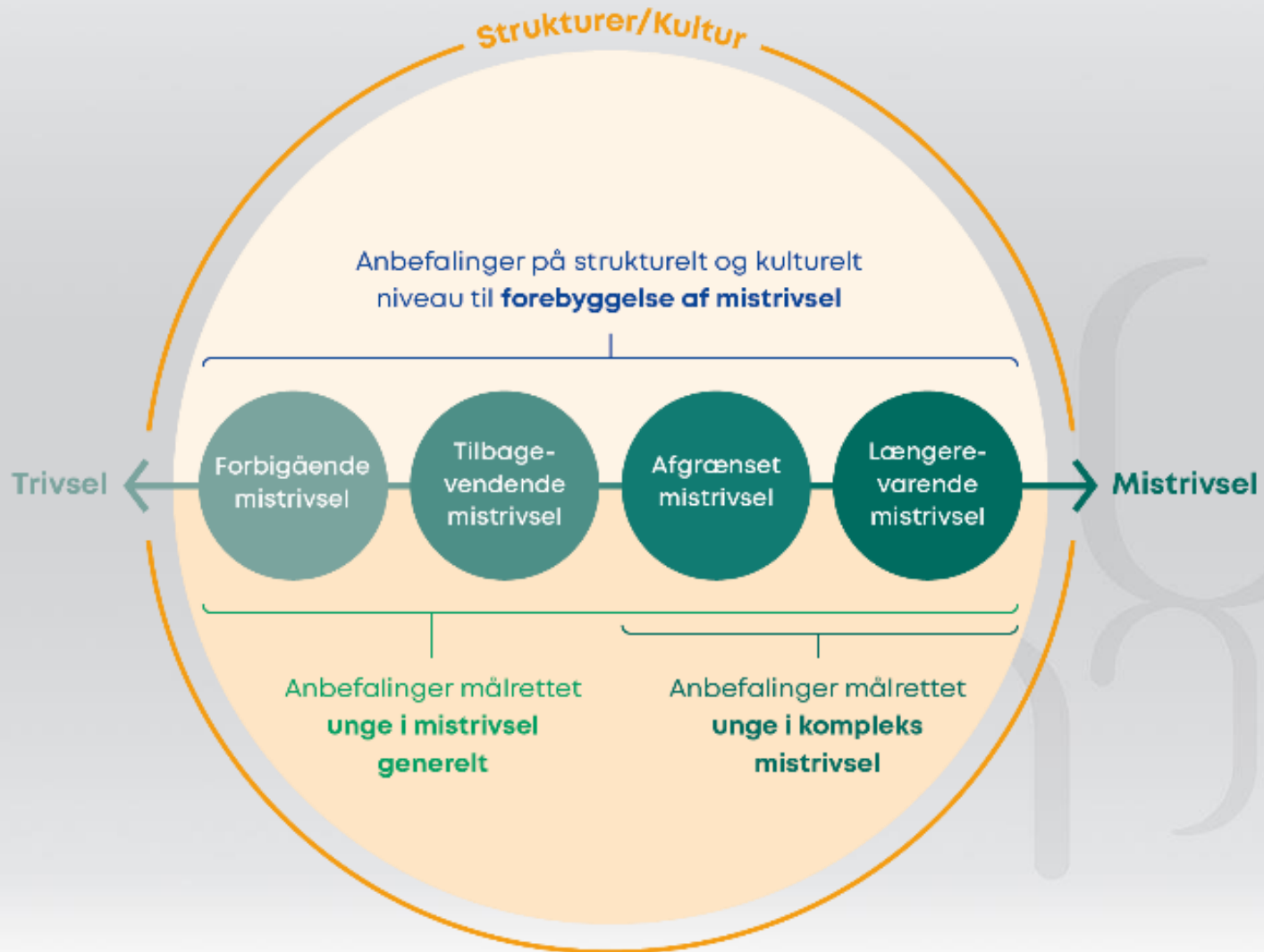
I: Kunne det ikke også være at verden ikke passede til dig måske?

Verden fungerer jo fint. Det er jo ikke verden der er problemet... (ung mand, 19 år. uden udd.)

- Der er meget på spil for de unge – underliggende angst for social og strukturel eksklusion
- Som udgangspunkt ikke problematisk med fokus på præstation acceleration og psykologisering, MEN som entydige, overlejrende og samvirkende tendenser kan de producere mistrivsel



Hvad kan gøres?



Hvad kan gøres i en uddannelseskontekst?

Brede indsatser

- Fastholde at trivselsopgaven i skolen skal kobles til det faglige og til det at skabe gode læringsmiljøer
- Mindre fokus på præstation og tempo (lære stadigt mere hurtigere)
- Mindske utålmodigheden – mindre fokus på paratgørelse. Altså færre betydningsfulde krav og valg
- IKKE fylde flere mere på skolen, snarere løft noget af, skab flere mellemrum, betingelser for faglig resonans osv.
- Styrke skolens brede formål: Nuet (belonging – ikke longing), glæden ved at lære, fællesskaber, naturen mm.
- Nærværende lærere, som interesserer sig for eleverne, både som elever, der skal lære noget og som ‘mennesker’
- Brug for at lære børnene at livet er svært indimellem – man er ikke syg, fordi man er bekymret

Hvad kan gøres i en uddannelseskontekst? (fortsat)

Indsatser for unge i (begyndende) mistrivsel

- I dag kan en diagnose være barnets/den unges vej ud af nogle udfordringer – undgå en incitamentstruktur for at blive syg
- Men samtidigt behov for at tage barnet/den unge alvorligt – mistrivsel har mange årsager, men en god skolegang gør en positiv forskel for alle
- Hurtig indsats, når et barn el en ung mistrives. Behov for fokus på og en professionalisering af, hvad skolen skal gøre, når et barn eller en ung mistrives

Referencer



Nordisk tidsskrift for ungdomsforskning

UNIVERSITETSFORLAGET

VITENSKAPELIG PUBLIKASJON

Årgang 2, nr. 2-2021, s. 83-103

ISSN online: 2535-8162

DOI: <https://doi.org/10.18261/issn.2535-8162-2021-02-01>

Ny udsathed: nuancer i forståelser af psykisk mistrivsel

New forms of marginalization: understanding mental health among young people