

Beteckning: Rel C vt 2003:5



Institutionen för humaniora och samhällsvetenskap

Att vara ung i ett kravfyllt samhälle
Fem ungdomars uppfattningar om krav och trygghet

Maria Eklund
Juni 2003

C-uppsats, 10 poäng
Religionsvetenskap

Religionsvetenskap C
Handledare: Jari Ristiniemi

Att vara ung i ett kravfyllt samhälle

Fem ungdomars uppfattningar om krav och trygghet

Av

Maria Eklund

2003

Institutionen för humaniora och samhällsvetenskap

Abstrakt

Utbränd redan innan gymnasieexamen? Ja kanske, det är i alla fall ingen omöjlighet. Att ungdomar lever under press, stress och krav råder det inga tvivel om. Mängder av undersökningar visar på samma sak: ohälsan bara växer. Syftet med denna uppsats är att lyfta fram människan bakom kravet: Vem är hon? Vad vill hon med sitt liv? Vart kommer kraven ifrån? När känner hon sig trygg? Hur är det att vara ung i detta kravfyllda samhälle? För att få svar på dessa frågor har jag gjort fem kvalitativa djupintervjuer med fenomenografisk inriktning. Min avsikt med undersökningen är inte att ta fram en förklaring på problemet med ohälsan, utan min förhoppning är att den kan skapa någon slags förståelse för hur det är att vara ung idag. Dock tror jag att det är viktigt att vi öppnar oss för ett gränsöverskridande perspektiv om vi ska komma närmare lösningen. Den nya tidens sjukdomar orsakas inte av något virus, utan de antas istället ha sitt ursprung i människans relation till samhället och kulturen. Många människor och framförallt många ungdomar, är idag oförmögna att hantera det liv de förväntas leva. Hans Åkerberg pratar om ytexistentiella och basexistentiella tryggheter och menar att de ytexistentiella attributen har företräde i dagens samhälle; ekonomi, arbete, välfärd, status o s v. Detta framkommer också i min undersökning, men det blir också uppenbart att de ytexistentiella tryggheterna endast spelar en andrahandsroll. Det allra viktigaste i livet är istället de basexistentiella tryggheterna, vilka innebär att känna sig trygg och bekräftad som människa. Den slutsats jag har dragit av detta arbete är att det är viktigt att resonera kring de existentiella dimensionerna, då man utreder den nya tidens ohälsa.

Nyckelord: Ungdomar, krav, trygghet, ohälsa, existentiell ångest

INNEHÅLLSFÖRTECKNING

1. INLEDNING	3
1.1 SYFTE.....	4
1.2 FRÅGESTÄLLNINGAR	4
1.3 AVGRÄNSNING	4
1.4 DISPOSITION.....	4
2. TIDIGARE FORSKNING	5
2.1 SOU 2001:55 BARN OCH UNGDOMARS VÄLFÄRD.....	5
2.2 ELEVVÄLSA: RAPPORT FRÅN ENKÄTUNDERSÖKNING BLAND SKOLSKÖTERS KOR, SKOLPSYKOLOGER OCH SKOLKURATORER.	6
2.3 SVT - UPPDRAG GRANSKNING: FÖR MÅNGA GÖR DET – FÖR FÅ SER DET	7
2.4 URVAL AV UNDERSÖKNINGAR SOM PEKAR PÅ SKOLANS BRISTER.....	8
2.5 HANS ÅKERBERG: EXISTENTIELL ÅNGEST HOS SVENSKA GYMNASIEELEVER	9
2.5.1 <i>Existentiell ångest</i>	10
2.6 STRESS OCH DEN NYA OHÄLSAN.....	11
3. METOD	13
3.1 FENOMENOGRAFI	13
3.2 INTERVJUERNAS UTFORMNING OCH GENOMFÖRANDET	14
4. RESULTAT	16
4.1 PRESENTATION AV DE INTERVJUADE	16
4.2 KATEGORISERING.....	19
4.2.1 <i>Yexistentiella behov</i>	19
4.2.2 <i>Basexistentiella behov</i>	21
4.2.3 <i>Oro</i>	22
4.2.4 <i>Krav gällande familjen</i>	25
4.2.5 <i>Krav gällande skolan</i>	25
4.2.6 <i>Åtgärder</i>	27
5. AVSLUTANDE DISKUSSION OCH SLUTSATS	31
REFERENSER.....	34
BILAGA.....	36

1. Inledning

I Arbetarbladet den 22 februari 2003 stod att läsa:

Utbränd redan innan gymnasieexamen? Tyvärr allt för vanligt, enligt ungdomarna själva. ... Listan blir lång när 17 åringarna räknar upp krav och förväntningar som de själva och deras jämnåriga lever under: Bra betyg, annars ingen högskola. Ingen högskola, inget jobb. Sommarjobb och extrajobb, annars inga pengar. Läxor, prov, träna, hinna vara med kompisar. Se ut på ett visst sätt, vara på ett visst sätt, klä sig rätt, göra rätt saker.

Jag hade precis börjat planera min C-uppsats, där jag på något sätt ville beröra Sveriges växande ohälsa, när jag läste artikeln som jag refererade till ovan. En grupp gymnasieelever skulle sätta upp en konferens där de ville göra vuxenvärlden uppmärksam på vilken press ungdomar lever under idag. Förhoppningen var att skapa en ökad förståelse för deras situation, samt att förslag till konkreta åtgärder uppdagades... Idén till uppsatsen var nu född!

Den 11 mars ägde konferensen rum och det var en salig blandning av människor som deltog. Det var lärare, politiker, vårdpersonal och sen var jag där och min uppgift fick bli att representera högskolan. Under dagen spelades teater, där man påvisade olika situationer när ungdomar blir utsatta för press och krav. Anna-Lena Planting från Skolverket var där och föreläste om regeringens riktlinjer för "Hälsa, lärande och trygghet" och dagen avslutades med en diskussion där alla deltagare tillsammans fick komma med konkreta lösningar på hur man kan minska stressen. Många betonade vikten av att känna trygghet, att ha bra relationer, att ha tid och att ha inflytande över sin situation. Kort sagt, många av förslagen bottnade i existentiella dimensioner och det var där jag såg min uppgift.

Jag kände att jag på något sätt ville lyfta fram människan bakom pressen och alla krav; vem är hon? Vad vill hon med sitt liv? Vart kommer kraven ifrån? När känner hon sig trygg? Och framförallt; hur är det att vara ung i detta kravfyllda samhälle? Min undersökning leder tyvärr inte fram till någon lösning av problemet med ungdomars ohälsa, men min förhoppning är att den kan skapa någon slags förståelse för hur det är att vara ung idag. Och även om den bara baseras på fem ungdomars utsagor, hoppas jag att uppsatsen kan hjälpa till att förstå sig själv och sitt sociala sammanhang på ett nytt sätt, eftersom vi har en värld som är vår egen och en värld som vi delar med andra.

1.1 Syfte

Syftet med uppsatsen är att försöka belysa hur det är att vara ung i ett kravfyllt samhälle. Jag vill beskriva vad gymnasieungdomar har för uppfattningar om krav, trygghet respektive otrygghet, samt vilka åtgärder ungdomarna skulle vilja se för att minska ohälsan.

1.2 Frågeställningar

- Vilka krav känner ungdomar att de lever under och vad innebär dessa krav?
- Vad innebär trygghet respektive otrygghet för ungdomar?
- Vilka åtgärder skulle ungdomarna vilja se för att minska ohälsan?

1.3 Avgränsning

Undersökningen är gjord på fyra tjejer och en kille, alltså ett mycket litet urval, vilket innebär att jag inte har försökt att hitta någon sanning som kan överföras på alla ungdomar. Jag hoppas ändå att undersökningen kan ge någon slags fingervisning om hur läget ser ut idag och att den kan skapa en förståelse som kan överföras till andra än dem som tolkningarna ursprungligen gällde.

1.4 Disposition

I nästkommande avsnitt kommer ett antal undersökningar som har behandlat barn och ungdomars hälsa i Sverige att redovisas. I kapitel tre beskrivs val av metod, samt hur arbetet har lagts upp. Kapitel fyra utgör resultatet av intervjustudien. Svaren från intervjuerna är uppdelade i sex olika kategorier och exempel på citat kommer att illustrera dessa. I det sista kapitlet förs en avslutande diskussion.

2. Tidigare forskning

Under denna rubrik kommer ett antal undersökningar som har behandlat barn och ungdomars hälsa i Sverige att redovisas. Många av utredningarna visar tyvärr att vårt land brottas med allvarliga problem, både inom och utanför skolans väggar. De fyra första underrubrikerna demonstrerar i siffror hur läget ser ut, den femte undersökningen bygger främst på en kvalitativ utredning som också betonar den existentiella dimensionen av ohälsan. Den sjätte och sista undersökningen tar upp ämnet stress och den nya tidens ohälsa.

2.1 SOU 2001:55 Barns och ungdomars välfärd

I Statens offentliga utredningar SOU 2001:55 Barns och ungdomars välfärd, kapitel 8 berörs ämnena hälsa och välbefinnande. Man påpekar att det kan vara svårt att mäta barns psykiska hälsa och ohälsa och att man därför har fokuserat på barnets upplevelse av psykosomatiska besvär som magont, sömnsvårigheter och huvudvärk. Dessa psykosomatiska symptom kan delvis ses som en konsekvens av psykisk ohälsa och användas som indikator på lindrigare former av psykiska besvär.

Tabell 8:1 Indikationer på psykisk ohälsa bland ungdomar, 16-18 år

Ålder	Ofta ledsen eller nere	Ofta spänd och nervös	Ofta sur och irriterad
16-18	21 %	23 %	16 %

Tabell 8:2 Psykosomatiska besvär och upplevelse av stress bland ungdomar, 16-18 år

Ålder	Huvudvärk minst en gång i veckan	Ont i magen minst en gång i veckan	Svårt att somna minst en gång i veckan	Stressad minst en gång i veckan
16-18 år	29 %	19 %	31 %	55 %

Stress är enligt SOU 2001:55 ett vanligt besvär hos barn och ungdomar. Man påpekar dock att det kan bero på att stress är ett vanligt diskussionsämne i samhällsdebatten. Man menar också

att det kan finnas en möjlighet att de som rapporterat stress i undersökningen inte uppfattar den som negativt, men man tror dock att det är den negativa stressen man har fångat.¹

2.2 Elevhälsa: Rapport från enkätundersökning bland skolsköterskor, skolpsykologer och skolkuratorer.

På beställning av Barnombudsmannen (BO), Vårdförbundet, Sveriges Psykologförbund och Akademikerförbundet SSR gjordes våren 2002 en enkätundersökning om skolelevs hälsa. I den efterföljande rapporten ”Elevhälsa” framkom att nio av tio tillfrågade skolkuratorer, skolpsykologer och skolsköterskor anser att skoleleverna mår betydligt sämre än för tio år sedan.

Tabell 3/Fråga 31

”Hur uppfattar du att andelen elever på din arbetsplats förändrats jämfört med situationen för tio år sedan när det gäller nedanstående faktorer?”

	Har ökat	Är oförändrat	Har minskat
Påtaglig stress	95 %	5 %	0 %
Koncentrationssvårigheter	91 %	9 %	0 %
Allmän nedstämdhet	81 %	19 %	0 %
Ofta återkommande värk	80 %	20 %	0 %
Aggressivitet/utagerande beteende	77 %	21 %	2 %
Kronisk/ofta återkommande trötthet	73 %	27 %	0 %
Problem med vuxenrelationer	71 %	27 %	2 %
Dålig självkänsla	70 %	27 %	3 %
Problem med kamratrelationer	54 %	43 %	3 %

¹ SOU 2001:55 s. 239 ff.

I rapporten kan man även läsa att trycket på personalen inom skolhälsovården allmänt sett har ökat på senare år. Av de heltidsarbetande skolsköterskor, skolkuratorer och skolpsykologer som svarade på enkäten hade 51 procent ansvar för fler än 800 elever. Endast 4 procent uppgav att de hade ansvar för 400 elever eller färre. Många vittnar också om att tiden inte räcker till för att möta eleverna i den utsträckning som behövs.²

2.3 SVT - Uppdrag granskning: för många gör det – för få ser det

Enligt SVT:s program ”Uppdrag granskning” har det under de senaste åren inkommit en rad larmrapporter där man fastslagit att självskaдебeteendet bland unga och framför allt bland unga tjejer, har ökat. Två till tre tjejer söker varje dag akut vård i Sverige för skador de åstadkommit sig själva, det innebär ca 1000 fall per år. Siffran är en underskattning och redovisar inte alla de som sökt vård på annat sätt, till exempel hos skolsköterska, privata mottagningar, distriktsmottagningar eller skött om såren själva. Mörkertalet antas vara stort. Någoting har hänt, men ingen vet vad. Ingen vet heller varför man väljer att skada sig själv. Både killar och tjejer skadar sig själva, men antalet unga tjejer uppskattas vara fyra gånger så många. Vissa väljer att skära sig med vassa föremål eller rakblad, andra bränner sig, dunkar huvudet i väggen, äter glas eller trycker in vassa föremål i huden eller i underlivet. Metoderna är många, men syftet är nästan alltid att döva ångest.³ Så här säger en av de tjejer som medverkade i SVT:s Uppdrag granskning:

”När du skurit dig så att du börjar blöda kommer ett lugn över dig. Det fungerar jättebra... det är det värsta”

I en enkätundersökning i Halland, där man tillfrågat närmare 3000 elever i högstadiet och gymnasiet om de någon gång under det senaste året mått så dåligt att de skadat sig själva, svarade sju procent ja.⁴

I SOU 2002:99 ”Barns skador i Sverige” kan man se att Sverige är ett föregångsland när det gäller att förebygga skador. De flesta olyckor och skador minskar genom åren men kurvan för medveten självskada bryter trenden och går stadigt uppåt.⁵ Professor Leif Svanström som arbetar på socialmedicin på Karolinska institutet, säger att han trots 35 års forskning inte har

² Elevhälsa 2002

³ SVT Uppdrag granskning 030520

⁴ Hallands rapport 2001

⁵ SOU 2002:99

någon förklaring till varför dessa skador som framförallt unga tjejer åstadkommer sig själva har ökat.⁶

2.4 Urval av undersökningar som pekar på skolans brister.

- Enligt en undersökning riktad till 600 lärare i sex olika kommuner, som genomfördes på uppdrag av lärarnas riksförbund år 2001, säger en fjärdedel av de tillfrågade lärarna att de överväger att byta yrke. I flera av de undersökta kommunerna närmar sig siffran 40 procent.⁷
- Enligt SCB Statistiska centralbyrån, minskar intresset för lärarutbildningar kraftigt. Endast 4 procent av eleverna i gymnasieskolans avgångsklasser 2002/03 som planerar att börja studera på högskolan tänker läsa en lärarutbildning. Det är mer än en halvering jämfört med läsåret 1997/98.⁸
- Enligt en Temo-undersökning som Skolverket och Högskoleverket gjorde år 2000 framkom att antagningssystemet till universitet och högskolor leder till betygsstress och taktikläsning i gymnasiet. Undersökningen visar att det sätt på vilket gymnasiebetygen används vid urval till högskolan skapar stor stress hos eleverna. De intervjuade eleverna säger att de väljer bort vissa kurser, bland annat språk, då eleverna anser att det är svårt och kräver en stor studieinsats för att få bra betyg. Istället väljer eleverna kurser där de har lättare att få högre betyg eller kurser där de redan besitter kunskaperna. En del tenterar upp sina betyg direkt efter skolavslutningen, andra läser ett fjärde år på Komvux för att få högre betyg och på så sätt komma in på rätt högskoleutbildning. Någon elev menade att det finns elever som väljer att inte bli godkända i ett ämne för att försäkra sig om en plats på Komvux.⁹
- Skolverket rapporterade i februari i år en positiv betygstrend med något högre medelbetyg, fler som har grundläggande behörighet till högskolan och färre som har betyget Icke godkänd på någon eller några kurser. Men de meddelade samtidigt att

⁶ SVT Uppdrag granskning 030520

⁷ Cederström 2001

⁸ SCB 2003

⁹ Skolverket/Högskoleverket 2000

betygsstatistiken visar att en oförändrat hög andel av dem som börjar i gymnasieskolan inte slutför sina studier och får slutbetyg.¹⁰

- Det individuella programmet i gymnasieskolan, som skapades för att tillgodose speciella behov har blivit ett av gymnasieskolans största program, alltså ett huvudalternativ.¹¹
- Enligt en kvalitetsgranskning som Skolverket gjort, framkom att skolorna tidsplanerar utan hänsyn till elevernas individuella behov. Effekter av de brister som tidsanvändningen uppvisar är att eleverna inte får tillfälle till bästa möjliga lärande utifrån sina förutsättningar och att alla elever inte får en likvärdig utbildning. Den kollektiva tidstilldelningen som dominerar i skolan innebär att stress lätt framkallas hos eleverna av obalansen mellan tid och uppgift. Eleverna tenderar att stöpas i samma form och de känner sig stressade av ojämn arbetsfördelning.¹²

2.5 Hans Åkerberg: Existentiell ångest hos svenska gymnasieelever

1987 publicerades Hans Åkerbergs avhandling ”Livet som utmaning - existentiell ångest hos svenska gymnasieelever”. Studien visade att en majoritet av alla unga människor känner ångest inför samhällets oförmåga att ge dem trygghet när det gäller de stora livsfrågorna.

Resultatet av hans mycket omfattande studie säger att ungdomar inte känner någon större förtröstan inför vuxenvärlden, skolan, politikerna, vårdinstitutionerna och andra samhällsorgan. Ungdomarna blir utlämnade åt sig själva och får på egen hand försöka lösa sina existentiella problem. Åkerberg skiljer på ytexistentiella och basexistentiella frågeställningar och menar att de ytexistentiella frågeställningarna får förtur i dagens samhälle, framför de basexistentiella. Ekonomi, arbete och välfärd blir trygghetsattributen i samhället. Men hos de gymnasieelever Åkerberg har undersökt, framkom att de ytexistentiella frågeställningarna blott spelade en andrahandsroll. Han såg en stark kritik från ungdomarna mot det ytexistentiella tänkandet som avindividualiserar, avhumaniserar, avkulturerar, avklipper från historien, avskärmar från möjligheterna till verklig livskvalitet, berövar människan förutsättningar för nödvändig och existentiell frihet, placerar henne bakom personatorer i sciencefictionatmosfärer och gör henne till en konsument av statistik. Han såg

¹⁰ Skolverket 2003a

¹¹ Unckel P. 2002 s. 32

¹² Skolverket 2003b

ett rop efter en ”vertikal dimension” som ett nödvändigt och primärt behov.¹³ Ett citat från en av deltagarna i Åkerbergs studie får belysa detta:

De människor som kan bistå med ökad kunskap som på något sätt kan driva fram den materiella standarden belönas med vördnad och något slags utmärkelse. Sedan finns det något som heter Nobels fredpris, som på något sätt dövar det dåliga samvetet. Det dåliga samvetet inför att man hellre väljer den lätta vägen. Materia är mer hanterbart än mänskliga kvaliteter. Anden har man lagt i graven.¹⁴

2.5.1 Existentiell ångest

Här kan det vara på sin plats att beskriva vad som menas med existentiell ångest. Bo Jacobsen som är psykolog och verksam vid Köpenhamns universitet har skrivit boken ”Existensens psykologi” och han beskriver det som att den moderna människan lever i ett meningstomrum. Frågor som: Varför är jag här? Kommer det någonting efteråt? Vad ska jag satsa på? Anstränga mig för? Att uppleva spänning? Att bli rik? Vara tillsammans med dem jag håller av? Vad lever jag egentligen för? Sådana frågor dyker upp för de flesta, speciellt när man ska fatta avgörande beslut om arbete, familj eller personlig utveckling och det finns idag inga givna svar på dessa funderingar. Även om livet inte var enklare förr, så var i alla fall tillvarons mening och innehåll dikterat av text religion och tradition. Individen fick veta vad allt gick ut på. Om en person drabbades av en kris, talade prästen, familjen och grannarna om vad orsaken var och hur man skulle komma vidare. Tolkningar och levnadsregler var så att säga givna, men det är de inte idag.¹⁵ För inte så länge sedan var det vetenskapen som stod för svaren, den ”visste” hur sanningen såg ut och kunde svara på många frågor om livet. Idag är inte heller vetenskapen självklar, ena dagen säger någon forskare att är det farligt att dricka kaffe och äta chips och andra dagen säger en annan expert tvärtom.

Idag föds människor i ett meningstomrum som de själva måste fylla. Lyckas det inte hotar depression och förtvivlan. Att fylla livet med innehåll kan kulturen ge många förslag på, men individen måste själv forma sin livsmening. Vissa människor hittar lätt sin livsmening, medan andra måste irra omkring, se tillvaron rasa samman och kämpa för att få någon mening i det som blir kvar. Att livet har mening betyder för en människa att hon kan se mönster och sammanhang i det och uppleva ett syfte med sina uppgifter och handlingar. Motsatsen är att

¹³ Åkerberg 1987 s. 302

¹⁴ Ibid. s. 303

¹⁵ Jacobsen 2000 s. 13

livet känns splittrat och att man inte kan uppfatta poängen med vad man gör och med vad som händer.¹⁶

Om livet känns splittrat och man inte ser någon mening i det som sker kan man drabbas av ångest. Inom vetenskapen är det vanligt att man söker ursprunget till ångest i biologiska och sociala fakta, men det finns även en annan typ av ångest som bland andra Paul Tillich och Viktor Frankl har försökt föra in i den vetenskapliga världen: den existentiella. Dessa båda herrar menar att det finns en ytterligare dimension, vilken sammanhänger med människans mest basala frågeställningar: Vem är jag? Varifrån kommer jag? Varför lever jag? Det vill säga de frågor som människor i alla tider och i alla kulturer ställt sig. Dessa frågor kan man inte förklara utifrån biologiska och sociala fakta, utan de måste förklaras utifrån en helt annan dimension. En dimension som på en och samma gång ligger såväl inom som också helt utanför människan själv och hennes samhällsstruktur. Spontant har människan svårt att ta till sig denna dimension och hon flyr in i en livslögn. Denna livslögn förs sedan vidare från individ till individ och blir hos de flesta nästan helt omedveten, eller som man också skulle kunna beteckna det: normal. Människan vet inte att hon lever i någon livslögn.¹⁷

Åkerberg menar att när samhället har sin förankring i teknologisktmateriella grunder, skapas problem när ångesten inför tillvarons yttersta frågor (de basexistentiella) ger sig till känna. Då ökar nämligen samhället snarare än reducerar denna ångest och detta menar Åkerberg, är särskilt påtagligt hos de unga. Den enda möjlighet som återstår för ungdomar idag, är att själva försöka finna ångestreducerade mekanismer.¹⁸ Här finner man också en nyckel till förståelse av många av deras reaktioner: ungdomsrevolternas innebörd, musikens betydelse, intresset för privatreligiositet och sneglandet mot självmord som en sista utväg.¹⁹ Åkerberg kan genom sin avhandling intyga att många ungdomar ser samhället som en totalt misslyckad apparat. Ska man lyckas finna en mening och ett mål, måste man finna den själv och vid sidan av samhällets normer.²⁰

2.6 Stress och den nya ohälsan

Peter Währborg är bland annat sociolog, psykoterapeut och överläkare vid Sahlgrenska universitetssjukhuset. Han har stor erfarenhet av ämnet stress och han menar att en bidragande

¹⁶ Jacobsen 2000 s. 13 f

¹⁷ Åkerberg 1987 s. 217

¹⁸ Ibid. s. 396

¹⁹ Ibid. kapitel 10

²⁰ Ibid. s. 396

förklaring till stressen och den nya ohälsan är att vi är stenåldersmänniskor i dataåldern. Det grundläggande dilemmat för oss människor är att evolutionen och kulturen tar olika lång tid på sig att förändras. Under de senaste årtusendena har den kulturella utvecklingen skett mycket snabbt, men de biologiska förutsättningarna är desamma. Påfrestningarna i våra liv ser numera helt annorlunda ut. Även om den svenska folkhälsan har förbättrats i fler avseenden under 1900-talet, (medellivslängden har till exempel ökat för både kvinnor och män) så anser sig fler personer mellan 16 och 44 år ha en dålig hälsa. I denna grupp är det stressrelaterade besvär som dominerar. Trötthet, depression, oro, ångest, stress, utbrändhet är vanliga diagnoser vid sjukskrivning. Den betydande ökningen av långtidssjukskrivna som ägt rum under de senaste åren kan följaktligen till stor del tillskrivas stressrelaterad ohälsa, menar Währborg. Vidare menar han att vi för att kunna lösa problemen med dagens ohälsa, inte kan fortsätta att dela upp tillvaron i olika ämnesområden. Idag har vi specialister inom sociologi, psykologi och andra skilda medicinska discipliner, men detta arbetar emot sitt eget syfte, anser Währborg. För att få kunskap om den nya ohälsan måste vi istället arbeta över gränserna, eftersom den nya tidens sjukdomar präglas av deras relation till människans sociala och kulturella situation.²¹

²¹ Währborg 2002 s. 20 ff.

3. Metod

För att försöka belysa hur det är att vara ung i detta kravfyllda samhälle, har jag valt att göra fem kvalitativa djupintervjuer, med fenomenografisk inriktning. Anledningen till det, är att det är omöjligt att operationalisera (dela upp t ex en tanke i konkreta delmoment för att den ska få ett vetenskapligt värde) existentiella dimensioner som lidande, ångest, glädje och harmoni, eftersom de i praktiken är omätbara. För att man ska få veta mer om de existentiella dimensionerna måste man istället välja ett vetenskapligt förhållningssätt, med vars hjälp man kan nå fram till de existentiella problemen, detta hur det är att vara människa i en given kontext.²²

3.1 Fenomenografi

Det finns olika sätt att undersöka verkligheten på. Forskningsfrågor kan handla om hur verkligheten ser ut och varför den ser ut som den gör, men de kan också handla om människors uppfattningar kring verkligheten. En grundläggande skillnad mellan dessa är distinktionen mellan *hur* något är och *hur* något *uppfattas vara*. Denna åtskillnad blev grundläggande för den fenomenografiska forskningsansatsen som formulerades av Ference Marton.²³ Marton skiljer mellan *första ordningens perspektiv* – det som handlar om fakta – vad som kan observeras utifrån och *andra ordningens perspektiv* – det som handlar om hur någon upplever något – hur något ter sig för någon. Staffan Larsson beskriver det som att det inte handlar om huruvida något är sant eller falskt, utan frågan om *vad* man studerar. Han ger också ett talande exempel:

En paranoid person kan uppleva sina kamrater som fientligt inställda och som deltagare i en konspiration för att förgöra honom. Ur andra ordningens perspektiv är det en sann beskrivning att han upplever det så, även om det är falskt sett ur ett första ordningens perspektiv. För att förstå vad paranoia är, räcker det inte med en beskrivning om vad människor faktiskt gör – man måste också beskriva hur den paranoide uppfattar sin omvärld. Att se hur omvärlden ter sig för den paranoide är nödvändigt för att upprätta en mänsklig kontakt – förstå. Utan denna kunskap står vi helt främmande utanför den andra – främmande som inför ett ting.²⁴

²² Arfwedson, Ödman 1998 s. 18

²³ Starrin m fl. 1994 s. 111

²⁴ Larsson 1986 s. 12

Inom fenomenografin studerar man inte fenomenet i sig (första ordningens perspektiv), utan upplevelserna av fenomenet (andra ordningens perspektiv). Målet med fenomenografin är att få fram kvalitativt skilda uppfattningar av fenomenet, *utan hänsyn* till hur vanliga de är.

Fenomenografins kunskapsintresse är att fånga och beskriva de olika sätt som ett fenomen kan uppfattas på. Man försöker sedan att sammanföra de delar av intervjumaterialet som har med varandra att göra till en kategori. Utifrån dessa intervjufragment försöker man sedan att ge en mer analytisk beskrivning av innehållet i kategorin.

Fenomenografin försöker *inte*:

- A. Besvara frågan hur det kommer sig att det förekommer olika uppfattningar hos vissa grupper eller personer.
- B. Förklara hur man kan klara av att hantera motstridiga uppfattningar
- C. Tala om vad det innebär för ens handlande att man bär en viss uppfattning.²⁵

Den fenomenografiska ansatsen kan sammanfattningsvis karakteriseras som följande: Man vill beskriva hur fenomen i omvärlden *uppfattas* av människor, det innebär att man är ute efter *innebörder* istället för förklaringar, samband och frekvenser. Det innebär också att man väljer att beskriva hur något *framstår* för dessa människor och *inte* hur något egentligen är.²⁶

Det kan också vara på sin plats att påvisa *skillnader* mellan fenomenologi och fenomenografi:

Fenomenologin: Arbetar med första ordningens perspektiv. D.v.s. man försöker beskriva de väsentliga egenskaperna hos ett fenomen.

Fenomenografin: Arbetar med andra ordningens perspektiv, dvs. man försöker beskriva hur ett fenomen kan uppfattas på olika sätt.²⁷

3.2 Intervjuernas utformning och genomförandet

Jag har alltså valt en fenomenografisk ansats för att få svar på mina frågeställningar. Inför djupintervjuerna iordninggjordes en intervjumall, där vissa grundfrågor sammanställdes. Dessa grundläggande frågor var gemensamma och ställdes till alla informanter, men de

²⁵ Föreläsning av Åke Tilander 03-03-10

²⁶ Larsson 1986 s. 13

²⁷ Föreläsning av Åke Tilander 03-03-10

placerades inte i samma ordning varje gång, utan samtalet fick själv styra när det var mest lämpligt att ställa en av dessa grundfrågor. Vissa följdfrågor ställdes också, men till skillnad från de grundläggande frågorna utvecklades dessa under den enskilda intervjuens gång.

De tilltänkta intervjupersonerna kontaktades först via telefon där en förfrågan om de ville ställa upp på en intervju gjordes. De informerades samtidigt om syftet med intervjun samt intervjuemetod. Alla informanter var positiva till en intervju och tid, plats samt datum bestämdes för frågesamtalet.

Varje intervju planerades till ca en timme, men mer tid än så var avsatt åt varje informant. Det skulle dock visa sig att samtliga intervjuer varade ganska precis en timme. Frågesamtalet inleddes med lite information om:

- Syftet med intervjun
- Vad intervjun handlade om, dvs. de tre frågeställningarna
- Att de som deltog var anonyma och att de skulle få ta del av den färdiga uppsatsen

Intervjuerna genomfördes därefter i samtalsform samtidigt som de spelades in på band. Samtalen skrevs sedan ut på PC för genomläsning, bearbetning och sammanställning. Ett problem då man spelar in på bandspelare och sedan skriver ut texten ordagrant är att det blir talspråk, med allt vad det innebär av omsägningar och avbrutna satser. Detta lägger man inte märke till i intervjun, men i skrift blir det påtagligt. Jag har tagit bort alla omtuggningar, felsägningar och stamningar som utmärkte talet då. Målsättningen har dock varit att utskriften ska ligga så nära det ursprungliga talet som möjligt. Det skrivna intervjumaterialet omformades sedan till olika kategorier som beskriver intervjupersonernas svar.

4. Resultat

Nedan kommer resultatet av mina intervjuer att redovisas.

4.1 Presentation av de intervjuade

Till att börja med vill jag gärna presentera de ungdomar jag har intervjuat. Informanterna består av en kille och fyra tjejer. Att fördelningen blev sådan beror helt enkelt på att det var lättast att få tag på frivilliga tjejer. I mitt urval av informanter har jag försökt att hitta personer med så olika syn på livet som möjligt. Personerna har jag försett med ett fiktivt namn.

”Erik” 2003-04-04

Erik är 18 år och går sista året på gymnasiet. Han bor i ett minde samhälle, eller i en liten håla som han själv beskriver det. Han längtar bort från ”hålan”, som han har svårt att vara sig själv i och ser sin framtid i Stockholm. Erik har blivit utsatt för mobbning under hela sin grundskoletid och beskriver sig själv som en person som går sin egen väg. Det som betyder mest för honom i livet är musiken och att han får höras, synas och uttrycka sig. Han spårar delvis denna längtan till den mobbning han blivit utsatt för och han har alltid tänkt att: *När jag bli stor då ...* Han hade få kompisar som barn och som en slags ”kompensation” för det hade han musiktister som han såg upp till, de blev en ”fantasivärld” där han kunde gömma sig. Erik är mycket målmedveten och han vet vad han vill. När det gäller musiken ställer han höga krav på sig själv och hans dröm är att bli något. En paradox i Eriks liv är att han å ena sidan vill gå sin egen väg, men å andra sidan måste han anpassa sig efter de krav som musikbranschen ställer på honom: han ska se ut och vara på ett visst sätt osv. Speciellt utseendet beskriver han som sin känsliga punkt. På andra områden av livet försöker dock Erik att inte ställa så höga krav på sig själv, utan han prioriterar att han mår bra.

I framtiden vill han arbeta med sina stora livsintressen: film och musik. Han poängterar också att han vill ha roligt: *Jag kan inte tänka mig att göra något tråkigt, för då bli jag galen.* Om Erik skulle lyckas inom musiken och bli en kändis vill han gärna sätta sig in i skolfrågor och försöka motverka mobbning. Idag bor Erik tillsammans med sina föräldrar och sin lillasyster och beskriver sitt hem som tryggt. Det ställs inga direkta krav på honom hemma och hans föräldrar är vana vid att han gör som han vill, det har också varit naturligt för honom att bara få vara sig själv.

”Kristina” 2003-04-04

Kristina är 18 år och går sista året på gymnasiet. Hon beskriver sig själv som en glad, positiv och lugn tjej. Humöret kan dock ändras väldigt snabbt och hon kan gå från att vara jätteglad till att bli hemskt arg. Dessa temperamentsvägningar kommer ofta då Kristina har mycket runt omkring sig och något mitt upp i allt detta går fel. Tidigare i livet tryckte hon tillbaka dessa starka känslor och låste in sig på rummet, men idag släpper hon ut de arga känslorna, vilket hon upplever som mycket skönt efteråt.

Kristina vågar inte titta så långt in i framtiden och hon har ingen aning om vad hon vill hålla på med, förutom att det ska ha någonting med människor att göra, kanske vill hon jobba med problemungdomar. Inom den närmaste framtiden har hon tänkt tjäna ihop lite pengar så att hon kan ut och resa. Syftet med resandet är att få se andra kulturer och att få komma iväg. Kristina har alltid känt ett sug efter att få komma bort och se något nytt och målet hon har med resandet är att få känslan ”nu har jag gjort det här, nu vill jag hem”.

Kristina bor idag tillsammans med sin mamma och pappa och sin lillasyster, hon har även ett äldre syskon som har flyttat hemifrån. Hon trivs med att bo hemma, även om hon ibland kan känna att det börjar bli dags att flytta, så att hon får vara ensam. Det som betyder mest i livet för Kristina är familjen och kompisarna. Kristina kan ibland få känslan av att hon uppskattar sina kompisar lite för lite, att hon ständigt är på jakt efter något annat och att hon därför ”glömmer bort” dem. Det ställs inga krav på Kristina hemifrån, men hon har själv satt upp ett krav på sig själv att alltid göra det bra för sin familj.

”Malin” 2003-03-31

Malin är 19 år och går sista året på gymnasiet. Hon beskriver sig själv som en öppen, glad, lite virrig fast ändå kontrollerad tjej. Hennes fritidsintressen är att motionera, dansa, resa och vara med pojkvännen. I den närmaste framtiden ska Malin jobba inom hemtjänsten och tjäna en massa pengar, så att hon får råd att åka utomlands. Efter att hon har rest i ett eller ett par år hoppas hon att hon har kommit på vad hon vill göra med sin framtid. Hon tror att hon kanske läser till historielärare eller så utbildar hon sig till arkeolog.

När man träffar Malin får man ett intryck av att hon är en mycket öppen tjej, som inte alls är rädd för att göra bort sig. Hon berättar dock att hon visst kan ha denna rädsla, men att attityden är ett slags ”skydd” hon har. Hon beskriver att hon som barn blev betraktad som lite töntig, men att det sedan kom en förändring och efter den blev hon istället sedd som klassens

clown. Malin bor idag tillsammans med sin mamma och pappa. Det som betyder mest för henne är kärlek och familjen, dit hon även räknar sina två utflugna storasyskon med familjer, mor och farföräldrar, samt två kompisar. När hon tänker på sina nära och kära känner hon även en rädsla att förlora allihop. Malin känner sig trygg som person och upplever sin situation hemma som bra.

”Lena” 2003-04-24

Lena är 19 år och går sista året på gymnasiet. Hon tycker att det är skönt att de är sista året, även om hon tänkt läsa vidare. Hon bor i ett mindre samhälle tillsammans med sina föräldrar, hon har även ett äldre syskon som har flyttat hemifrån. Just nu ägnar hon nästan all sin tid åt studier, men hon försöker också att ta tillvara på fritiden och vara aktiv på denna. Hennes framtidsplaner är att få ett bra och utvecklande jobb som ger en god lön och drömmen är att bli läkare. Lena ställer ganska höga krav på sig själv både vad gäller skola och privatliv. I skolan upplever hon att nästan allt handlar om att få bra betyg. Många gånger går kunskaperna in genom det ena örat och ut genom det andra. Att hon går det program hon går, gör hon bara för att hon vill bli läkare, skulle det inte handla om betyg skulle hon förmodligen ha valt något annat program. Lena upplever få ämnen som roliga, givande och självutvecklande. Hon tycker också att det tävlas mycket inom programmet, något som hon förövrigt tror förekommer inom alla gymnasieprogram.

Det som betyder mest i livet för Lena är att hon själv och hennes nära och kära får vara friska. Det ställs inga större krav på Lena hemma, mer än att hon får hjälpa till med de dagliga sysslorna. Lena känner sig trygg som person och tycker också att hon har haft en trygg uppväxt.

”Anna” 2003-04-04

Anna är 18 år och går andra året på gymnasiet. Hon beskriver sig själv som en envis, estetisk och glad tjej. Hon tycker om att vara i centrum och hon älskar att sjunga, spela teater och framförallt att dansa. Hon flyttade hemifrån när hon var sexton år på grund av att hem och skola låg långt ifrån varandra. Idag bor hon tillsammans med två kompisar. Hennes stora dröm är att bli professionell dansare och kunna tjäna pengar på det. En annan dröm som Anna har är att åka som biståndsarbetare och hjälpa barn i fattiga länder. Hur det än blir tror hon att hon på något vis kommer att jobba med människor i framtiden. Det som betyder mest i Annas liv är dansen, familjen och vännerna. Viktigt är också hennes tro på att utveckla ett bra

självförtroende: ”Jag tror på mig själv och att jag ska lyckas, annars känns det helt värdelöst, det är svårt att leva”, säger hon.

Anna framställer också sig själv som stressad, hon har alltid något på gång och gör allt på samma gång. Hon poängterar också faran med denna livsstil: ”Ja, man tänker: imorgon ska jag göra det och det. Framförallt glömmen man bort sig själv också, det är jättelätt att man glömmen bort sig själv och det får man ju absolut inte göra”.

4.2. Kategorisering

Mina tre frågeställningar för undersökningen var följande:

- Vilka krav känner ungdomar att de lever under och vad innebär dessa krav?
- Vad innebär trygghet respektive otrygghet för ungdomar?
- Vilka åtgärder skulle ungdomarna vilja se för att minska ohälsan?

Utifrån de upplysningar som informanterna lämnat, har jag delat in intervjuvaren under sex olika kategorier. Nedan visar jag dessa, samt exempel på citat som illustrerar dem. I de direkta citaten står I för den som intervjuar (Maria) A = Anna, E = Erik, K = Kristina, L = Lena, M = Malin. Analys föregår varje citat.

Kategorierna är följande:

- Ytexistentiella behov
- Basexistentiella behov
- Oro
- Krav gällande familjen
- Krav gällande skolan
- Åtgärder

4.2.1 Ytexistentiella behov

Att lyckas i livet och att bli något, är ett ytexistentiellt behov som framträder hos informanterna. Lena berättar här att hon vill leva ett bra liv, med ett utvecklande arbete, som ger en god lön.

I: Framtidsplaner?

L: Jag vet inte hur min framtid ser ut. Jag vill ju ha ett bra jobb och en bra lön och lönen styr ju jättemycket. Man vill ju ha ett visst slags liv, det är ju vad man har tänkt sig och då måste man ha en bra lön. Jag känner även att jag vill ha ett jobb som jag kan utvecklas inom, att det inte är begränsat, utan att jag kan göra... om man tröttnar på någonting så kan man alltid gå vidare på något sätt. Det är väl lite det som styr vad jag ska läsa, fast jag vet inte vad jag ska läsa nu då.

I: Hur tror du att det kommer att bli då?

L: Det är jättesvårt. Tillslut hoppas jag verkligen att jag kommer att bli läkare och troligtvis kommer jag att gå någon utbildning först, men jag har svårt att tänka mig själv att göra samma sak ända tills jag blir pensionär.

Malin beskriver sin rädsla för att hamna i ett lågstatusjobb och spårar längtan efter att lyckas, till att hon blev retad som barn.

I: Fast du tror kanske att du blir historielärare?

M: Ja kanske, jag lovar att jag blir städare eller kassörska eller något sånt.

I: Är det liksom en rädsla som finns?

M: Ja, Ja när man kommer tillbaka i "nian" då när man återförenas alla om 25 år. "Jaha, vad har du blivit då?" Civilingenjör, säger dom. Ja du då Malin? "Jag sitter på Ica ... fortfarande."

I: Men varför är det så skrämmande?

M: Jag vet inte. Jag har i alla fall alltid velat lyckas. Öh, jag vet inte för att jag blev lite retad när jag var liten, så jag har alltid velat komma tillbaka. Ha mycket pengar och vara jättesnygg och ha det jättebra och perfekt, men det går ju inte, men sen är det väl mycket TV och sånt där som spelar in.

Erik har också blivit mobbad tidigare i livet och även han tror att det är en orsak till varför han idag känner ett behov av att bli något stort. Han har alltid känt att det har varit rätt att inte ändra på sig, men för att kunna uppnå drömmen att bli kändis, måste han se ut på ett visst sätt och på den punkten kan han därför inte längre vara sig själv.

I: Vad betyder mest för dig i livet?

E: Det är musiken, helt klart! Att få höras och synas och att få uttrycka mig. Jag tycker mest om det.

I: Hur kommer det sig att du känner så, kan du spåra det till någonting?

E: Jag vet inte, delvis kanske det är att jag har blivit mobbad när jag var liten, från lekis till högstadiet och jag har alltid tänkt att: "När jag blir stor då..." Jag har alltid gått min egen väg och jag har alltid varit mig själv ändå, jag har inte ändrat på mig och då på nått vis har det väl blivit så.

I: Kan du ibland känna tvång att göra saker som de egentligen inte vill?

E: Ja, det kan jag göra. Och det har väl också med det här med drömmar att göra, att man kan känna ibland... att man för att kunna uppfylla vissa krav... måste man göra vissa saker liksom.

I: Kan du ge något exempel?

E: För att kunna bli kändis, så måste man se ut på ett visst sätt och så vidare. Det är väl det att som person har jag aldrig haft det här att jag måste... Jag har aldrig ändrat på mig, utan jag har alltid varit mig själv så liksom. Men när det gäller utseende så har jag... det är min känsliga punkt liksom...

I: Är det kravet från samhället att du ska vara snygg?

E: Ja, visst är det så. Så jag vet inte vad man kan göra åt det... Det är klart att många tänker att man kan vara sig själv och så där, men alla vet ju att det är inte så det är.

Behovet att se bra ut framkommer även hos Anna. När hon var yngre upplevde hon, att hon för att bli accepterad var tvungen att se ut på ett visst sätt. Idag bryr hon sig inte om vad folk tycker, men inifrån sig själv känner hon fortfarande ett krav på att vara fin. Vissa dagar känner sig Anna ful, medan hon andra dagar upplever sig som vacker, ett dilemma hon förövrigt tror att de flesta tjejer tampas med.

I: Måste du vara på ett visst sätt för att bli accepterad?

A: Ja, just nu känner jag inte så, men när jag var yngre kände jag så, man måste vara sminkad och ha speciella kläder och skor. Jag känner ju fortfarande den där pressen att jag vill vara fin och jag vill ha snygga kläder och att folk ska få ett helt okej intryck av mig när dom ser mig: "Tuff tjej!" Men jag skiter i om folk tycker att jag är jätteful och jättekonstig, det bryr jag mig inte om något mer, men förut, speciellt när man gick på högstadiet, då är det jätteviktigt att synas och ha rätt kläder och se bra ut.

I: Kan du ibland känna att du inte duger som människa?

A: Ja, det kan jag faktiskt känna. Ibland... jag tror dom flesta tjejer faktiskt får sådana ångestattacker: men gud vad ful jag är och... Vissa dagar kan man känna sig gud vad jag är fin, gud vad jag är vacker och sen vissa dagar då tänker man: "jag är så värdelös, jag kan inte ens komma i tid till jobbet och jag kan inte göra det och jag har inte lämnat in läxorna och det är jättehemskt och ..." Det är allt möjligt, vissa veckor då bara känner man sig så jättevärdelös, det är jättehemskt att man ska behöva känna så.

Kristina påpekar också utseendets betydelse och hon beskriver att det finns dagar då hon struntar i hur hon ser ut, vilka hon framställer som de absolut bästa. Men sen har hon också dagar då hon påverkas utifrån och känner kravet på att se ut på ett visst sätt.

I: Är det mycket krav från samhället, jag tänker till exempel på utseendefixering?

K: Det är olika. Ibland är jag en "skiter i allt person", det är det härligaste. När jag är i den perioden då är det jätteskönt, men sen så kommer det så klart. Det är också när man sitter och pratar... Det är så mycket man påverkas av utifrån och det är ju så klart att man gör det, men när man verkligen börjar kolla: "Åh, gud vilken snygg kropp... ja, det har hon ju," typ så där.

Ett annat ytexistentiellt behov som finns är stabil ekonomi, vilket Lena och Malin påpekar.

I: Vad innebär trygghet för dig?

L: ... Även ekonomiskt är ju en trygghet.

M Pengar och familj. För så länge man vet att man har en 500-hundring på kontot, känns det bra.

4.2.2 Basexistentiella behov

Att känna trygghet är viktigt för alla informanter. För Erik är trygghet framförallt att inte behöva oroa sig för framtiden. Han kan inte beskriva hur det känns att vara trygg, men han mår bra när han får bekräftelse.

I: Vad innebär trygghet för dig?

E: Det är väl att inte behöva oroa sig för en massa saker och inte behöva ha ångest över hur saker ska gå och så vidare. Inte behöva oroa sig för framtiden framförallt.

I: Hur känns det i kroppen när det är tryggt?

E: Jag vet inte, det var ett tag sedan. Jag vet faktiskt inte. Jag jobbar väl med att på något vis försöka uppnå den känslan kanske, men det gäller ju att hitta. Så jag vet inte.

I: I vilka situationer känner du att du mår bra och känner lite av den här tryggheten?

E: Det är väl när jag på något vis får bekräftelse, tror jag. Det är väl någonting som alla söker egentligen, fast på olika sätt. Men bekräftelse vill väl alla ha för att känna att vi duger och att det vi gör är bra. När jag får höra att jag gör bra saker eller när jag får komplimanger eller någonting sånt där, då mår jag bra. När jag får göra sådant jag tycker är kul.

Att känna sig som hemma är en aspekt på trygghet som alla fyra tjejer tar upp.

A: Trygghet hos någon annan är framförallt det att jag kan lita på den personen. Den människans kan få mig att känna mig stark, att jag känner att det är en bra människa. Jag känner inte trygghet hos en människa som jag inte känner så väl, som jag kanske bara hejat på några gånger. Det är jag faktiskt väldigt uppmärksam på, vem jag litar på och vem jag släpper in så där nära. Jag är verkligen försiktig med det. Visst jag har jättemycket kompisar och jättemycket bekanta, men det är väldigt få som står mig nära.

L: Familjen... stabila förhållanden mellan familjen.

M: Familjen betyder mycket.

K: Trygghet innebär att känna mig säker med omgivningen. Jag ska känna att här passar jag in, här kan jag vara. Att jag trivs! Det behöver inte vara under de bästa förhållandena, bara det att jag ska känna att dom här människorna kan jag lita på. Det har mycket med människor att göra, det är det enda jag känner: trygghet har med en annan människa att göra.

Ett annat basexistentiellt behov som finns är att vara trygg i sig själv, vilket Anna och Kristina påpekar.

K: Sen finns det en annan trygghet att jag ska vara trygg i mig själv och det är ju bra, men det är lite svårare. Det är också en periodvis grej, att man kan vara trygg eller inte trygg i sig själv. Till hjälp då, så är det ju människor omkring en, en stor trygghet.

A: Trygghet hos mig själv, det är också att jag litar på mig själv, det är inte ofta man gör det. Jag har ingen självdisciplin för fem öre, man gör allt som man inte ska göra, man blir arg på sig själv.

4.2.3 Oro

Att göra bort sig på det intellektuella planet är en stor oro hos fler av informanterna. Kristina kan ha svårt för att ta ställning i olika frågor, att bilda sig en egen uppfattning. Detta upplever hon som irriterande, då hon inte kan säga vad hon tycker, eftersom hon är rädd att hon bara en liten stund senare ska byta uppfattning, vilket hon upplever som pinsamt.

I: Det är nog ganska sunt att göra så. Det krävs ju reflektion över det man ska lära sig, det tar ett tag innan bitarna faller på plats. (Om K. inte förstår ngt i skolan låter hon det vara)

K: Det kan jag bli jätteirriterad på. Säg att jag ska säga en sak och så tycker jag att: ”ja, det låter rätt” och så kommer någon annan och säger något annat, då kan jag känna att: ”ja det

där låter rätt". Så blir det som att man vänder kappan efter vinden, fast ändå så kan jag hålla med båda två, men sen när jag kommer hem och får tänka över vad alla har sagt då kan jag få min egen uppfattning. Det tar så lång tid innan jag får min egen uppfattning och det är därför som... när man håller på och frågar i skolan eller när det är sådana där grejer, då är inte jag den som sitter och frågar utan då är jag mer den som lyssnar och tar in. Sen vill jag inte säga heller om vad jag tycker, för jag vet att jag kanske ångrar mig om två minuter och det kan bli lite drygt.

I: Är det att du kanske ångrar dig sen, att du har sagt fel som skrämmer dig?

K: Ja, lite grann. Det är bara det att jag inte kan bestämma vad jag tycker. Det är liksom det. Jag bara hör vad andra säger. Och dom gånger jag verkligen trott att "det här är rätt" kan det visa sig att det inte var det och det är så pinsamt tycker jag. För jag vet själv att jag kan bli irriterad på andra som står vid sin sak och inte kan ta in andra uppfattningar. Och det är därför jag är tyst för jag vill inte vara så. För man är ju... sånt man stör sig på är egentligen sig själv.

Malin har svårt för att visa att hon inte förstår något i skolan. Istället för att riskera att göra bort sig, går hon hem och frågar sin pappa.

I: När du inte förstår någonting, vad gör du då?

M: Jag kan låtsas att jag förstår, men jag säger inte mycket. Jag säger kanske: Ja ja, precis. Och sen går jag hem: "Pappa... Vad betyder det där?" Man vill inte riktigt visa att man inte förstår.

Lena framhåller också en oro över att göra bort sig intellektuellt. Hon beskriver hur både lärare och elever kategoriserar eleverna, efter hur smarta de är. Hon kan peka ut vilka som anses vara smarta, mindre smarta och "fusksmarta". Hon upplever också att lärarna hellre ger ett högt betyg till någon som anses vara smart, än till någon som anses vara mindre smart, även om den som anses vara mindre smart, har presterat bättre.

I: Kan du fråga en lärare också, utan problem? (Om ej förstår något i skolan)

L: Ja, eller det är också vissa lärare, vissa frågar man hellre än andra, utan att det påverkar betygen.

I: Det är så illa, att man tänker: Frågar jag den där nu, då får jag inget bra betyg?

L: Ja gud ja. Vissa lärare skulle jag absolut inte fråga, som svenskläraren, det skulle ju dra ner direkt. Har man fått för sig i alla fall, jag vet inte om det är så. För folk får ju en stämpel på sig att den är smart och den är mindre smart, så har man det ryktet om sig att vara smart då ser ju läraren att dom... Dom ger ju hellre ett MVG till en elev som folk tycker är smart, än till en som inte ses som jättesmart. Det är ju jättekonstigt. Man har ju konkreta exempel på när personer som anses vara mindre smarta har presterat bättre, men fått sämre betyg än dom som anses vara smarta.

I: Du kan alltså peka ut vilka som är smarta?

L: Ja, det är ju hur dom pratar ... och hur dom betar sig för överhuvudtaget. Tjejer som sitter och fnittrar dom anses ju mindre smarta än tjejer som säger: "Ja, men jag tror..."

I: Tror du att det finns dom som anses vara smarta, men som egentligen inte är det?

L: Det finns ju sådana som... Det vet man ju nu också när man har gått med folk en längre tid, så vet man ju vilka som är "fejksmarta" och vilka som verkligen är smarta och liknande. Det finns ju dom som verkligen går in för att ge sken av att dom verkligen är smarta. För att alla vet ju att det lönar sig i betygen om lärarna tror att man är det. Ibland kan dessa personer säga konstiga saker om man funderar: "men ved säger personen"? Men läraren säger: "Men vad bra", för att den tycker att eleven är smart.

Något som Erik beskriver som ett orosmoment är att man inte tillåts må dåligt i skolan. Vissa lärare uppvisar ingen empati och Erik känner sig inte förstadd, utan snarare misstrodd. När

Erik inte känner sig tillåten att må dåligt i skolan kommer känslan av ensamhet, känslan av att inte tillhöra. Han upplever de andra i klassen som duktiga, medan han själv känner sig lite ”korkad”, eftersom han inte orkar hänga med.

E: Men en annan sak också som är väldigt krav, är att man har inte tid att må dåligt. Om man mår dåligt i skolan nu för tiden... Jag har panikångest och då är det så att jag ibland kan bli väldigt deprimerad och då är det så att då hinner inte jag, då orkar jag inte göra vissa saker. Och då är det så att vissa tar för givet, dom tror att man inte bryr sig, för det är ju många som inte gör det också. Men jag tycker att det är dålig stil, för om man mår dåligt, då ska man få må dåligt.

I: **Signalerar du det på något vis, så att dom vet att du mår dåligt?**

E: Jo, det är klart. Jag pratar alltid med lärarna och jag har ju intyg från läkare och så vidare. Så då tycker jag att det är väldigt dålig stil.

I: **Känner du att dom har dålig kunskap om ångestens problematik?**

Delvis det, men man kan ju aldrig sätta sig in hur någon annan känner sig egentligen, men jag tycker att man på något sätt måste kunna ha någon slags empati.

I: **Kan du försöka beskriva hur de här kraven känns, som kommer från skolan?**

E: Det är väl det att dom på något sätt gör så att man ska känna någon slags... att man inte tillhör... man blir liksom på något sätt... och man känner att om inte jag gör det här nu, då tror dom andra att jag är dålig, då tror dom andra att jag är korkad och på nått sätt kan många lärare ha den attityden att det blir liksom så att dom försöker att få en att känna så också. Självklart finns det många jättebra lärare också, men...

Det är väl det att man känner sig väldigt individuell på något vis. Det känns som att det bara är jag som har det här nu och alla andra är så duktiga och jag är så korkad. Så kan jag känna.

Jag tycker att skolan ska bli mer individuell, men det ska vara på rätt sätt. Till exempel att man ska kunna välja hur man vill redovisa saker, bara en sådan grej... som jag tycker att borde kunna vara individuell. Men när det gäller sådana här saker ... Jag menar en skola liksom, det ska ju kunna vara någon slags sammanhållning, annars är det meningslöst.

Brist på empati menar även Malin är ett bekymmer.

I: **Måste du vara på ett visst sätt för att bli accepterad?**

M: I skolan måste jag möjligtvis vara glad, eller det är klart att folk accepterar om jag är sur, men det är det som är irriterande när man kommer till skolan och kan vara sur. ”Man blir så ledsen när du är sur Malin, för du är jämt så glad” Det är jobbigt att höra. Klart jag kan vara förbannad och sur någon gång.

Anna och Kristina känner oro då dom inte riktigt får kontakt med en annan människa.

I: **I vilka situationer känner du att du mår dåligt och är otrygg?**

A: Just den där obehagskänslan... när man är med människor som man inte riktigt vet om man litar på. Man känner sig helt enkelt otrygg när man inte riktigt vet vad personen har för avsikter. Jag träffar på mycket konstiga människor, dom dras till mig tror jag. När man är med människor som man inte riktigt känner tillit till och när man känner: ”oj, nu är jag på farligt vatten”.

K: Det är när jag är med människor som jag känner att jag inte riktigt känner för, jag kommer inte riktigt in på dom. Jag är väldigt mycket för att det ska gå lätt att få kontakt med en människa, då vet jag att då flyter det på. Men blir det att det går fel från början, då är jag väldigt otrygg och även fast man inte vill, så får man akta sig för vad man säger.

4.2.4 Krav gällande familjen

Ingen av de intervjuade känner att familjen ställer krav på dem, men däremot finns ett krav inifrån att inte göra andra besvikna. Här ger Malin uttryck för en rädsla att hennes nära och kära ska tro att hon struntar i dem.

I: Finns det fler krav du känner från skola, fritid eller annat håll?

M: Krav att hinna med allt kanske. Krav att hinna med att vara med sin pojkvän, samtidigt underhålla sina kompisar så att de stannar kvar, samtidigt vara med familjen och samtidigt hälsa på mor- och farföräldrar. Sådant krav.

I: Krav, för att andra inte ska bli sura på dig?

M: Ja, så ingen tänker: ”Ja, ja hon skiter i mig.” Jag bryr mig ju om alla men, man hinner liksom inte.

Anna betonar kravet att man ska vara en bra människa, alltid vara snäll och trevlig.

I: Ställs det andra krav på dig, t ex på fritiden?

A: Det är ju alltid krav hemifrån... att man ska vara en bra människa, alltid vara snäll och alltid vara trevlig och sådana grejer.

Kristina har inga krav på sig hemifrån, men hon har själv satt upp ett krav att alltid göra det bra för sin familj.

I: Ställs det krav på dig hemma?

K: Nej, inga alls faktiskt.

I: Inga krav som du känner, fast ingen ställer. Det kan ju vara det här att du känner att du vill höra av dig.

K: Jo, precis. Det har jag ju, jag vill ju..., men jag vet inte om det är ett krav. Jag har satt upp ett krav själv på mig att jag vill göra det bra för dom. Jag vill att dom ska må bra, men det är inget krav som dom har ställt. Och hur många gånger som helst har man bara velat att dom skulle vara värsta ”häxfamiljen”. Så att man bara kunde sticka därifrån, utan att känna samvetet. Jag gjorde det en gång... men då hade jag samvete som hette duga sen.

4.2.5 Krav gällande skolan

Att skolan förutsätter kunskaper som inte eleverna har, är något som fler av de intervjuade känner. Erik menar att många lärare tar för givet att alla elever är lika duktiga och kan lika mycket. Han berättar om lärare som ger elever utskällningar på grund av att de inte har lärt sig saker tidigare. Han tror också att det finns två kategorier av lärare; de som vill hjälpa och de som vill känna makt.

I: Krav från skolan då?

E: Krav från lärarna tycker jag att... många lärare tar för givet att alla elever är lika duktiga och att man ska kunna lika mycket saker när man börjar gymnasiet. Som till exempel mattelärarna. Jag har alltid haft värdelösa mattelärare, måste jag få säga, för dom har alltid tagit för givet att... Genom att jag alltid har haft dåliga mattelärare och att jag är dålig på matte då blir det så att jag inte har lärt mig liksom. Och så kommer man till gymnasiet och då tycker jag att det är fel när man får t e x utskällningar från lärarna för att man inte har lärt sig saker tidigare, så har det varit och det tycker jag är patetiskt hur folk uppför sig.

I: Det är så alltså?

E: Ja, absolut! Senast förra året hade jag en mattelärare som var vidrig och som verkligen blev sur. ”Ja, det här skulle du ha lärt dig på högstadiet” Ja ha, nej så är det inte.

I: Det är ju helt sjukt. Men varför blir sådana människor lärare om de inte vill lära ut...

E: Det finns nog två sorters... dom är indelade i två kategorier. Dom ena är dom här som verkligen vill hjälpa folk och lära ut och sen har vi dom där som jag tror blir lärare för att dom vill få respekt. Dom vill bara se ner på folk och det märker man väldigt tydligt.

Malin upplever liksom Erik att hon förväntas kunna saker som hon inte har fått hjälp med att förstå i tidigare kurser.

I: Jag kunde känna när jag gick i skolan; ”okej jag fattar hur en molekyl ser ut, men jag fattar inte hur det hänger ihop i det stora hela, hur ska jag få ihop det med min vardag?”

M: Ja så känner jag med matten också. Mycket som kommer i Matte C nu: ”Det här lärde ni er i A-kursen...” Va? ”Jo det här gjorde ni en massa då.” Nej, inte jag ... tror jag...

Anna tycker inte heller att skolan tar hänsyn till eleverna och deras behov. Ofta förklarar bara läraren vad som ska göras, vilken uppgift som ska in och sen får de klara sig själva.

I: Har du någon idé om hur det skulle kunna gå till? (Diskuterar förbättringar angående upplägget av skolverksamheten)

A: Alla är ju inte lika, men som jag skulle tycka... jag är ingen morgonmänniska... om man börjar kanske vid tio, elva på dan och sen jobbar man intensivt i några timmar och sen går man hem och så har man kanske längre tid på sig att lämna in arbeten och att lärarna hjälper till mer.

Nu förklarar lärarna vad man ska göra, går igenom och sen får man gå hem och plugga på det och då blir det så här: ”Ja ha, men jag kanske behöver mer hjälp” Jag vet inte riktigt hur man skulle kunna ändra på det, men jag t ex har ganska svårt för att koncentrera mig i skolan, så jag skulle behöva mer stöd från lärarna.

Lena ställer krav på sig själv att prestera bra i skolan. Hon vet i vilka kurser hon har förutsättningar för att få ett bra betyg och det är i dessa som hon lägger ner mest möda. Hon upplever mycket av studierna som korvstoppning och hon glömmer lätt bort det hon har pluggat in till proven. Även om hon inte tycker att det borde vara så, föredrar hon nästan sådana prov, eftersom hon då slipper frågor där hon själv ska redovisa för vad hon tycker. Faran med dessa frågor är att hon kan svara ”fel”, om inte läraren anser att hennes svar är i linje med lärarens egen åsikt. Ett fel på ett prov kan innebära sämre betyg och detta är något som Lena inte vill ha. Om hon känner att hon inte har pluggat tillräckligt inför ett prov, ringer hon hellre och sjukanmäler sig, än gör det och riskerar att det blir ett dåligt resultat, med ett sämre betyg som påföljd.

I: Vilka krav ställer du på dig själv?

L: Det är ju att man ska prestera bra och ha bra på proven och även andra krav utifrån att man ska motionera och man ska va på ett visst sätt och så där. Men det jag känner från skolan är ju att man ska få MVG och så där.

I: Uppnår du det?

L: I vissa kurser gör man ju det. Man vet ju vilka kurser man ska satsa på MVG och VG och så där.

I: Kan du försöka känna efter hur dom här kraven känns, hur dom påverkar dig?

L: Man blir ju stressad. Det är väl egentligen det det handlar om, att det kanske är ett prov snart, att jag måste plugga inför det. Inte det att jag ska lära mig saker... det är bara för betygen som man pluggar och så där. Det går in genom det ena och ut genom det andra många gånger. Det är inte så att man kommer ihåg så mycket från kanske ettan och tvåan, det gör man ju inte. Vi lär oss inte på det sättet utan det är ju korvstoppning. Man kanske gör ett prov och sen tar man inte upp det något mer.

Lena sammanfattar sin syn på betygshetsen:

L: Allt handlar om betygen och sen finns det ju dom som är fjäskiga och ”pluggissar” och liknade... och dom blir ju också... folk kollar snett på dom. Det är också fel att vara ”pluggis”. Man ska vara smart, men man får inte plugga, utan det ska vara en naturbegåvning. Det är ju verkligen snurrigt alltså. Helst ska man kunna allting före man har hört det också.

Kristina uppfattar sig själv som en medelperson och hon är egentligen ganska nöjd med sina betyg och studieprestationer, men när hon börjar jämföra sig med andra, kan hon känna att hennes resultat inte är tillräckligt bra.

I: Krav i skolan då?

K: Men, det är att man ska ha bra betyg och man ska vara så himla duktig, men det går perioder. Ibland så tänker jag bara att det får bli som det blir. Jag har alltid haft medelbetyg, det har jag haft hela tiden för jag slappnar liksom inte av till fullo, men jag går inte på så hårt så att jag inte klarar av det. Så om man tänker i det stora hela så har jag ju det ganska lugnt. Det är bara ibland och sen har det ju blivit mycket med kompisar och så.

Jag vet när jag började gymnasiet, eller före gymnasiet, så var det liksom... ”Ja va bra jag fick ett VG.” Nu är det: Folk bara skriker efter MVG:n och får man Godkänt, då är det skitdåligt och då blev det jättemycket krav. Speciellt i ettan och tvåan, då kände man: ”Åh, vad dålig jag är” och då blir det jobbigt. När man samtidigt känner att: ”jag klarar inte av det, jag orkar inte göra det här”. Så skulle man lägga ner 100 % så skulle man säkert kunna göra bättre, men jag tror att jag är en medelperson och det liksom duger i slutändan.

Malin är en tävlingsmänniska och vill gärna vara bland de bästa.

I: Skolan då, vad ställer den för krav på dig?

M: Skolan kräver ju godkänt. Åh, jag vet att alla mina kompisar skulle tycka om mig ändå, fast jag hade IG. Men, jag är en sån tävlingsmänniska, så om någon har MVG, då ska jag också ha det. Åh, jag blir riktigt förbannad när jag inte får det. Vilket jag inte har, men jag ha MVG i många ämnen, men just såna här svenska och sånt där. Jag har alltid varit en sådan medelmåtta, jag får VG i allt! Jag vill vara bland de bästa.

4.2.6 Åtgärder

Erik anser att samhället måste ändra inställning. Vi måste börja tillåta varandra att må dåligt och börja prata om det. När människor börjar acceptera och prata om problemen vet man att man inte är ensam och att det finns andra att prata med. Han tycker även att människor måste

börja vara trevligare mot varandra. Speciellt lärarna ska föregå med gott exempel. Även om en lärare har en dålig dag ska inte det behöva gå ut över eleverna. En åtgärd mot detta skulle kunna vara att man blev ärligare mot varandra. Läraren kan berätta att; ”idag mår inte jag så bra” och på så vis har man skapat en förståelse, istället för att inte säga någonting alls.

I: Vad skulle man kunna göra för att hjälpa ungdomar idag?

E: Inte ställa så höga krav på dom som... alltså inte ställa höga krav på någon egentligen, men just det där när folk mår dåligt, så ska folk kunna få må dåligt. Och att folk ska veta att det finns någon där, som dom kan prata med. Och känna det: att det är lugnt du får må dåligt. Du kan ta det här sen.

Det som jag tycker är det viktigaste av allt, är hur man är. Är man lärare så... Okej om man har en dålig dag, visst men man ska inte ta ut det på någon annan, man ska ändå kunna ha det där att ändå vara glad och trevlig. Okej man kanske inte behöver skratta, men man kan säga det att: ”Idag är jag lite hängig och jag orkar inte vara så alert idag.” Men vissa lärare är ju så himla sura och jag tycker att, jobbar man inom sådana här yrken då har man inte rätt att vara så tycker jag. I alla fall inte om man ska jobba med barn och ungdomar. Då ska man inte vara otrevlig och sur mot folk. Jag kräver inte att alla ska gå omkring och skratta och vara jätteglada, men man ska inte vara elak och otrevlig.

I: Som du var inne på. Kan det kanske vara bra att läraren säger att: ”Idag mår inte jag så bra.” För om du får höra det, då får du en helt annan förståelse...

E: Jo precis. Det är väl samma sak för dom också. Dom känner väl också den där pressen att dom får inte mår dåligt och... Det är så himla enkelt och självklart, enkelt att lösa, så jag förstår inte hur folk... Man blir arg på något vis.

Om Kristina fick chansen att hjälpa ungdomar att må bättre, skulle hon jobba för att få dem att känna sig trygga. Hon skulle vilja vara en stötspelare som ungdomarna skulle kunna luta sig emot och som aldrig sviker dom. Det handlar inte om att ge pengar, utan att ge trygghet.

I: Om du var politiker och hade obegränsat med pengar. Vad skulle du göra för att hjälpa ungdomar att må bättre?

K: Skulle jag ha pengar, skulle jag vilja hjälpa personer personligen. Det dumma då är ju att man inte skulle kunna hjälpa så många. Jag skulle vilja att... verkligen försöka följa dom... sen behöver det ju inte vara jag, utan jag skulle vilja hitta på människor som vill samma saker som jag och jag vet att dom här människorna kommer att kämpa för kanske dom här fem personerna. Och verkligen lägga ner energi och pengar på dom, så att dom vet att dom har någon att luta sig tillbaka på.

Sen tror jag inte att det ger så mycket om man bara ger en massa pengar till en massa människor, jag tror att det hjälper mycket mer om man går in på så många man kan att man verkligen går in på dom, annars tror inte jag att det hjälper så mycket. Allt handlar ju om att en människa ska känna sig trygg. Man ska följa med den här människan ett bar tag, i många år. Och när man verkligen är säker att den här människan inte behöver mig, då går man över till nästa.

Anna tycker att det är viktigt att barn och ungdomar ska få vara just barn och ungdomar. Idag blir de vuxna alldeles för fort. Viktigt är också att vuxna människor finns i ungdomarnas liv som förebilder, men att de kan tänka som en ungdom så att ungdomarna känner sig förstådda.

I: Vad kan man göra åt dessa problem, att ungdomar mår dåligt?

A: Ungdomsgårdar tycker jag är bra. Många hamnar snett idag och det händer mycket hemiska saker, speciellt i den här stan. Det är hur mycket som helst, man får höra så mycket som händer hela tiden. Barnen måste växa upp så fort här... det är just det jag vill

förhindra, att man ska få ha sin tid på sig. Det är klart att man ska få göra tabbar i tonåren och prova på, men det är inte bara alkohol och cigaretter, utan det är droger och det är sex också. Och det är farligt! Det är sådant som kan förstöra en människa. Inte sex så, utan man måste vara mogen för det.

I: Hur kan man förhindra det?

A: Jag tror inte på att åka runt i skolorna och informera, visst det funkar för stunden, man tycker att det är så tragiskt när man kommer ut därifrån, men sen på fredagskväll då blir det så här: ”Ja alla tjejkompisar ska ut och festa dom ska bara dricka några öl..., ja men jag hänger på, jag blir inte alkoholist för att jag dricker tre öl.” Det är så man tänker när man går i sjuan, åttan, nian och det tänker man ju fortfarande. Visst, jag vet att jag inte kommer att bli alkoholist för att jag går ut och dricker en kväll, men ...
Det är också viktigt med vuxna förebilder, att dom finns i ungdomarnas liv. Men det är viktigt att man också som vuxen kan tänka på ett bra sätt, man ska tänka som en ungdom fast man fortfarande är vuxen. Det är mycket så med lärarna också att dom måste tänka som vi ungdomar.

Malin tror på att alla någon gång skulle få chansen att gå och prata med en kurator. Någon som verkligen tog sig tid att lyssna och som inte bagatelliserade bekymren.

M: ... Någoting annat som skulle vara bra. Jag tror att alla skulle behöva gå till en kurator.

I: Kan du känna att du saknar det, att få prata med någon?

M: Jag vet att jag själv har behövt prata med kuratorn faktiskt, men jag har inte orkat tagit tag i det liksom. Och när jag pratade med min mentor så frågade hon om jag mätte bra och då sa jag: ”Ja, men jag har sådan dödsångest, det har jag haft sedan jag var liten, sen har det blivit bra, men nu har det kommit tillbaka” Ja men det har jag också, sa hon. ”Jaha!” Vidare...

Även Erik tror att det skulle vara bra om man hade chansen att träffa någon typ av kurator. Han berättar om en kompis som gått till en psykolog en gång och som blev hjälpt efter detta enda besök. Man skymtar även en rådande inställning att det inte är riktigt okej att uppsöka ex skolhälsovården, en inställning jag förövrigt funnit hos fler av informanterna.

I: Jag kan känna att det vore bra om alla kanske en gång om året fick chansen att gå och prata med en kurator eller något, jag upplever att behovet finns, vad säger du?

E: Det tror jag är underbart. Jag har en kompis som säger att hon varit hos en psykolog en gång och det var så bra och den enda hon behövde och sen blev det jättebra liksom.

I: Ja det är ju så. Tyvärr finns attityden att du måste vara riktigt nere om du ska få hjälp.

E: Ja, precis. Man måste på något vis försöka ändra själva inställningen att det inte är så farligt, man får må dåligt. Och i och med att skolorna uppför sig som dom gör, så är det inte konstigt att folk är rädda att gå till psykolog. Till exempel min syster om hon har mått dåligt så har jag sagt: ”Men gå och prata med skolsyster.” – Nej usch, det skulle jag aldrig göra. Det blir lätt så.

För att skapa en bättre skolmiljö framhäver Anna och Lena vikten av små klasser/grupper.

I: Hur skulle man kunna ändra skolan?

L: Mindre klasser, för det har betydelse. T ex idag så gjorde vi en labb och vi var sex stycken och man fattade faktiskt, det brukar man inte göra, för det brukar vara så virrigt och rörigt. Det är väl för att läraren har tid för en.

A: Kanske mindre klasser, att dom som känner att dom behöver mer stöd får gå in i en grupp och dom som kan jobba mer självständigt kan gå hem eller dom kanske känner att dom

klaras av det ändå. Dom kan jobba på deras sätt. Jag har alltid sedan jag var liten haft jättesvårt för matte och när jag var liten och gick i ettan fick jag gå till en hjälplärare i ett annat rum och jobba själv på matten och det har ju alltid gått mycket bättre när man jobbar i en mindre grupp och man får mer förklarat. Jag tror att det är många elever som behöver det och jag har hört många elever, det är ju fler än jag som har koncentrationssvårigheter på lektionerna och har svårt för att hänga med.

5. Avslutande diskussion och slutsats

Att ungdomar lever under press, stress och krav råder det ingen tvekan om. Under rubriken ”Tidigare forskning” har jag redogjort för en del undersökningar som understryker detta. Det framkommer bland annat att ungdomar skadar sig själva för att döva ångest, många har indikationer på psykisk ohälsa och ett stort antal ungdomar känner sig stressade. Denna bild bekräftas också av skolkuratorer, skolpsykologer och skolsköterskor som i en undersökning säger att skoleleverna idag mår betydligt sämre än för tio år sedan. Även lärarna mår sämre och många överväger att byta yrke. Till det kan man lägga en undersökning som säger att endast 4 procent av de gymnasieelever som går ut nu i vår och som planerar att börja studera på högskolan, tänker läsa en lärarutbildning. Skolan verkar med andra ord inte vara en plats där människor trivs. Man kan fundera om det är så konstigt att det ser ut på det viset, för enligt en annan undersökning framkommer det att många elever inte väljer kurser för att de är intresserade, utan istället väljer man kurser där man har chans att få ett bra betyg, kurser som man redan besitter kunskaperna i, allt för att man sedan ska kunna komma in på högskolan. Ytterligare en studie säger att många elever inte får den tid dom behöver för att ta till sig kunskap, man kan fråga sig om det är dessa elever som syns i den utredning som säger att allt färre slutför sina gymnasiestudier.?

De studier jag refererat till ovan, är gjorda på en stor mängd individer. Man kan då kanske tro att det bara är extremfall som syns i undersökningarna, men tyvärr tror jag att det är fel. Min egen undersökning utgör bara fem ungdomar, men kraven finns även hos den lilla populationen. Vad har jag då sett i min undersökning?

Jo, är du ung idag ska du lyckas i livet, du ska helst bli någonting stort och få ett välbetalt arbete. Om det inte är för att imponera på andra, eller knäppa gamla plågoandar på näsan, så är det ju bra att ha en stark ekonomi, så att du kan känna dig trygg. Men för att nå dessa mål, ska du inte plugga, utan du ska vara en naturbegåvning. Du ska inte heller göra bort dig intellektuellt och besvära skolan genom att påpeka att du inte besitter den kunskap du borde förfoga över. Då kan läraren nämligen bli arg och skämma ut dig inför klassen. Har du riktigt otur kan läraren du frågar också sänka dina betyg, eftersom läraren då förstår att du inte är så smart, som du ger sken av att vara.

Är du ung idag ska du också se bra ut, men det ska vara naturligt, du ska helst inte lägga ner tid på ditt utseende. Du ska också vara modemedveten, men du ska inte vara snobbig. Det är massvis med krav, som motsäger sig själva och hur ska dom då kunna uppnås? Dock är det mest intressanta jag funnit, att det som betyder absolut mest i livet för dom ungdomar jag har intervjuat, är inte att bli något stort och tjäna mycket pengar, utan allra viktigast är att känna sig trygg och bekräftad som människa. Men varför ser det då ut som det gör? Varför jagar man bara vidare, istället för att söka det som verkligen betyder något?

Peter Währborg, som har stor erfarenhet inom ämnet, säger att vi är stenåldersmänniskor i dataåldern. Biologins historia är lång, men människans kort. Det grundläggande dilemmat för oss människor är att evolutionen och kulturen tar olika lång tid på sig att förändras. Under de senaste årtusendena har den kulturella utvecklingen skett med explosionsartad kraft och snabbhet, men de biologiska förutsättningarna är desamma. Påfrestningarna i våra liv ser numera helt annorlunda ut. En av de frågor vi därför måste ställa oss idag, är hur vi skall skydda oss mot de påfrestningar som tillskapats i den moderna kulturen. För det är i detta sammanhang som begrepp som stress, depression, oro och ångest har vuxit fram, oftast definierade som individens oförmåga att hantera det liv hon förväntas leva.

Hur ska man då kunna lösa problemet? Währborg pekar på en viktig faktor, när han säger att den traditionella vetenskapliga uppdelningen i sociologi, psykologi och skilda medicinska discipliner motverkar sitt eget syfte. För att få kunskap om den nya ohälsan måste vi öppna oss för ett gränsöverskridande perspektiv. Den nya tidens sjukdomar präglas av deras relation till människans sociala och kulturella situation.

Därför tror jag att det är viktigt att ta till sig studier som Hans Åkerbergs. Existentiell ångest kanske är en av orsakerna till ohälsan. Jag har här övergått från att fokusera på ungdomar till att prata mer generellt om människan, för jag tror nämligen att det i grunden är samma problem vi alla brottas med, även om de unga kanske blir mer utsatta. Samhället erbjuder inte den trygghet det en gång gjorde, utan idag är det upp till var och en, att finna sin livsmening. Åkerberg pratar om ytexistentiella och basexistentiella tryggheter och menar att de ytexistentiella attributen har förtur i dagens samhälle; ekonomi, utseende, status, för att nämna några av dem som framkom i min studie. Men denna trygghet räcker inte, vi måste också tillfredsställa det basexistentiella behovet.

För att tillfredsställa detta behov, måste vi återetablera förbindelsen mellan människan och världen menar företrädarna för den existentiellt inriktade psykologin, däribland Bo Jacobsen. Jacobsen menar att vi måste utveckla sensibilitet och öppenhet för det närliggande: vår egen kropp, våra stämningar, våra egna närmaste relationer. Men det finns också behov av sensibilitet och öppenhet för det avlägsna. Människor lever både i det närliggande och i det avlägsna. Om man i tanken skär bort det avlägsna, blir perspektivet felaktigt. Vi måste återupptäcka att allt hänger samman.

Vart ska vi då börja? Jag tror att det är viktigt att vi sätter igång en diskussion människor emellan. Vi måste stanna upp och fundera, reflektera och prata om de existentiella dimensionerna. Jag har en känsla av att livsfrågorna glöms bort idag, att de inte är en del av vardagen. De ungdomar jag har mött i den här studien, var mycket positiva till frågorna och påpekade att det var roligt, men också svårt att prata kring livet. Det var inget de var vana att göra, men jag upplevde inte att någon kände sig besvärad av frågorna, utan tvärtom kände jag att vi hade ett avslappnat och naturligt möte. Jag vill här också passa på att rikta ett stort TACK till dessa fina ungdomar, som jag fick chansen att lära känna.

Den slutsats jag har dragit av studien är att det är viktigt att resonera kring de existentiella dimensionerna, då man utreder den nya tidens ohälsa, både vad gäller ungdomar och vuxna.

Att möta världen öppet, att låta sig genomströmmas av den, att bevara sitt centrum men vara i rörelse och sätta andra i rörelse, att låta världen komma till synes och bli närvarande genom en själv – det är att existera, att leva.²⁸

²⁸ Jacobsen 2000 s. 248

Referenser

- Arfwedson G, Ödman P-J. (1998) *Intervjumetoder och intervjutolkning: en dialog kring ett kvalitativt alternativ i lärarutbildning och skolforskning*. Stockholm: Häften för didaktiska studier
- Bjurwill C. (2001) *A, B, C och D: vägledning för studenter som skriver akademiska uppsatser*. Lund: Studentlitteratur
- Cederström J-O. (2001) *Lärarnas arbetsmiljö i sex städer*. Malmö: Lärarnas riksförbund
- Jacobsen B. (2000) *Existensens psykologi: en introduktion*. Stockholm: Natur och Kultur
- Larsson S. (1986) *Kvalitativ analys: exemplet fenomenografi*. Lund: Studentlitteratur
- Starrin B, Svensson P-G (red) (1994) *Kvalitativ metod och vetenskapsteori*. Lund: Studentlitteratur
- Statens offentliga utredningar SOU 2001:55, *Barns och ungdomars välfärd: antologi från Kommittén Välfärdsbokslut*
- Unckel P. (2002) *Ingen åt sitt öde: kunskapsreform för en bättre framtid*. Stockholm: Timbro
- Währborg P. (2002) *Stress och den nya ohälsan*. Stockholm: Natur och kultur
- Åkerberg H. (1987) *Livet som utmaning: existentiell ångest hos svenska gymnasieelever*. Stockholm: Norstedts
- Föreläsning av Åke Tilander *Kvalitativ forskningsmetod: fenomenografi*
2003-03-10

Internetreferenser

- (2002) *Elevhälsa: Rapport från enkätundersökning bland skolsköterskor, skolpsykologer och skolkuratorer*.
<http://www.psykologforbundet.se/www/sp/hemsida.nsf/PagesByUNID/304440429F492CF7C1256CD9003DA6B9> 2003-05-15 11:08
- (2003) Pressmeddelande från SCB - Statistiska centralbyrån
<http://www.scb.se/press/press2003/press090uf0513.pdf> 2003-05-14 15:24
- (2003a) Pressmeddelande från Skolverket
<http://www.skolverket.se/publicerat/press/press2003/press030203.shtml>

2003-05-19 14:24

(2003b) Pressmeddelande från Skolverket

<http://www.skolverket.se/publicerat/press/press2003/press030122.shtml>

2003-05-18 12:55

Statens offentliga utredningar SOU 2002:99, *Barns skador i Sverige*

<http://social.regeringen.se/propositionermm/sou/sou2002.htm> 2003-05-20 22:49

SVT Uppdrag granskning, *För många gör det - för få ser det.*

<http://www.svt.se/granskning/> 2003-05-20 23:23

(2000) Temo-undersökning Skolverket/Högskoleverket, *Tillträdesreglerna till högskolan och dess inverkan på gymnasieskolan*

<http://www.skolverket.se/pdf/press000626.pdf> 2003-05-19 13:39

(2001) *Ungdomars liv och hälsa i Halland*

http://www.lthalland.se/dynamaster/file_archive/021008/ba86201c1f3be7a9551bd038fe045c9f/liv%20o%20h%e4lsa.pdf 2003-05-20 22:14

Bilaga

Intervjumall

- Berätta syftet med intervjun
 - Berätta vad den kommer att innehålla, dvs. de tre frågeställningarna
 - Berätta att de som deltar är anonyma
 - Skriv ner E-postadress, om de vill se den färdiga uppsatsen
 - Skriv ner namn och ålder
- 1)
- Vad gör du just nu i livet? – fritidsintressen och skola
 - Vilka framtidsplaner har du?
 - Vad betyder mest för dig i livet?
- 2)
- Hur ser din familjesituation ut/Vad består din familj av?
 - Hur upplever du din situation hemma?
- 3)
- Vilka krav ställs på dig hemma? – Hur känns dessa krav? – som bördor/utmaning?
 - Vilka krav ställs på dig i skolan? -ll-
 - Vilka krav ställs på dig på fritiden? -ll-
- 4)
- Får du ge utlopp för din begåvning och förmåga i skolan?
 - Hur känns miljön allmänt i skolan? Vad skulle kunna bli bättre i skolmiljön?
 - Om du inte förstår något i t.ex. skolan vad gör du då?
 - Hur ser din relation till klasskompisar/lärare ut?
- 5)
- Vad innebär trygghet för dig?
 - I vilka situationer känner du att du mår bra och är trygg?
 - I vilka situationer känner du att du mår dåligt och är otrygg?
 - Vad gör du om du känner dig nere och mår dåligt? – Vad saknar du i dessa situationer?
- 6)
- Måste du vara på ett visst sätt för att bli accepterad?
 - JA: I vilka situationer gäller detta?
 - NEJ: Vad är det som gör att du "kan vara dig själv"?
 - Kan du ibland känna tvång att göra saker du egentligen inte vill? Ge exempel.
- 7)
- Kan du ibland känna en rädsla för att inte duga som människa? Beskriv!
- 8)
- Om du var politiker och hade obegränsat med pengar. Vad skulle du göra för att hjälpa ungdomar att må bättre?