

Jeg ville få det bedre hvis...

En undersøgelse af trivslen blandt unge i
Region Syddanmark

Jeg ville få det bedre hvis ...

En undersøgelse af trivslen blandt unge
i Region Syddanmark

Udarbejdet af
Ungdomsbureauet
i samarbejde med TrygFonden

Indholdsfortegnelse

Indledning	5
Resultaterne – en opsummering	7
<i>Pres og krav</i>	<i>7</i>
<i>Valg, beslutninger og ansvar</i>	<i>7</i>
<i>Corona.....</i>	<i>8</i>
<i>Overgang fra barn til voksen</i>	<i>8</i>
<i>Mangel på almen dannelse</i>	<i>8</i>
Metode	10
<i>500 unge</i>	<i>10</i>
<i>Workshopopbygning.....</i>	<i>11</i>
<i>Pædagogisk tilgang</i>	<i>13</i>
<i>Ingen krav om aktiv deltagelse øger den "passive" deltagelse.....</i>	<i>13</i>
Resultater og løsninger – en uddybelse	16
<i>Pres og krav</i>	<i>16</i>
<i>Løsningsforslag</i>	<i>17</i>
<i>Valg, beslutninger og ansvar</i>	<i>17</i>
<i>Løsningsforslag</i>	<i>18</i>
<i>Corona.....</i>	<i>18</i>
<i>Løsningsforslag</i>	<i>20</i>
<i>Overgang fra barn til voksen</i>	<i>20</i>
<i>Løsningsforslag</i>	<i>21</i>
<i>Mangel på almen dannelse</i>	<i>21</i>
<i>Løsningsforslag</i>	<i>22</i>

Der var mindre pres fra omgivelser og vi var bedre til at snakke om det, fordi det ville løfte noget af presset, hvis man kunne dele tingene med andre, så man ikke skal gå med det hele selv	Hvis der ikke var så meget tabu om at have det dårligt	Jeg ville få det bedre hvis jeg arbejder med mig selv og når de ting jeg sætter mig, fordi det vil gøre mig glad og mere positiv i min hverdag
Jeg ville få det bedre hvis unge kunne få mere viden og erfaring omkring (og hjælp til) fx at skrive jobansøgninger, søge ind på uddannelser, søge studiebolig og andre ting som man skal tage stilling og sørge for når man er ung.	Jeg ville få det bedre hvis jeg blev bedre til at sige fra og til fordi det ville lette noget af det pres jeg har i hverdagen, og jeg ikke ville føle mig skyldig over at sige nej til noget og ja til noget andet	Jeg ville få det bedre, hvis genåbningen af samfundet gik lidt hurtigere, fordi jeg længes efter en normal hverdag med mere socialt samvær, flere arrangementer og mere frihed.
Hvis corona ikke fandtes så vi som klasse kendte hinanden meget bedre:)	Mine forældre ikke opføre sig som sindsforvirrede 16 årige, fordi det ville tage presset lidt af mig.	Jeg ville få det bedre, hvis man ikke havde så høje forventninger til sig selv - men også lavere forventninger fra samfundet, fordi man dermed ikke vil føle sig nær så presset til at skulle opnå noget bestemt for at have det godt.
Hvis der ikke var så meget fokus på karaktererne, men mere på det arbejde man har lavet, og ikke skal stresse over et tal	Hvis der blev lagt flere penge ind i projekter og foreninger. Dvs. fokus på foreningslivet i form af økonomisk (og administrativ?) støtte.	Jeg ville få det bedre hvis jeg opnåede mine mål og forventninger til min fremtid, fordi så lever jeg et lykkeligt liv
Hvis karaktersystemet blev ændret. Det sætter pres på en når man kun bliver bedømt udefra et tal, og egentlig ikke får nogle midler til at forbedre sig og fortsat lære.	Jeg afhang mere af mig selv for glæde, kunne slappe af og hvile komplet og aldeles i mig selv og ikke havde for høje forventninger til mig selv, til andre og fra omverdenen.	Jeg vil få det bedre hvis, man blev bedre til at snakke om nogle forventninger der kan opstå
Jeg ville få det bedre hvis sociale medier ikke fyldte så meget, fordi de stjæler ens dyrebare ungdom		
Jeg fik flere penge	jeg var 18 år nu, sådan så jeg kunne komme ud og køre. Jeg elsker benzin, så at skulle vente på at komme ud og køre på vejene er noget bras.	Jeg ville få det bedre hvis jeg blev afklaret om hvad jeg vil med mit liv, og hvor jeg gerne vil være når jeg gør det. Det ville hjælpe fordi jeg stresser over tanker om fremtiden og hvad jeg skal bruge den på. Jeg savner at føle mig afklaret.
der blev fundet en kur mod corona. fordi det ville gøre verden til et nemmere sted at være.	corona ikke var der. så ville jeg have mere frihed og kunne lave flere ting	vi ikke skulle have alle de regler og vi kunne åbne landet igen helt. fordi det er noget lort og skulle prøve og leve arbejde og gå i skole og hele tiden holde øje med hvad man laver og hvem man er sammen med
Jeg ville få det bedre hvis corona aldrig fandtes sted. Fordi at corona har edelagt min fritidsinteresse som indgår fitness og tungløftning, taget venner, fester, fritid og glade stunder fra mig. Fordi jeg ikke kan se familien som jeg plejer.....	Jeg ville få det bedre hvis jeg opnåede flere af mine personlige mål. Fordi jeg gerne ville bevise over for mig selv at, jeg kan opnå hvad end jeg sætter mig til.	der ikke var noget corona
Jeg ville få det bedre hvis corona ikke fandtes, fordi så kunne jeg leve som en 'rigtig' ung.	Karaktererne blev afskaffet, jeg synes det er forkert man skal bedømmes ud fra en karakter i stedet for f.eks. under middel, middel, over middel. Det synes jeg fordi, især os unge bliver alt for påvirket og stresset af, hvilke karakter man får:)	Jeg ville få det bedre hvis jeg ikke følte så stort pres fra forventninger, fordi det vil gøre mig mindre stresset.
Jeg ville få det bedre hvis forventningerne ville være meget lavere. Og hverdagen med skole og ting man skal nå, ville være nemmere at finde rundt i. Fordi så kunne man også have tid til at være ung:)	hvis karakterer blev ændret til at være objektive i stedet for subjektive, fordi det kan være svært at bedømme om læreren mener 7 er en god karakter for eksempel, da det er individuelt hvor højt man vægter forskellige karakterer.	Jeg ville få det bedre hvis vi som klasse /gruppe brugte mere tid på at snakke med hinanden om hvordan vi har det, fordi det giver bedre forståelse for hinanden og vores forskellige forhindringer i hverdagen.
Jeg ville få det bedre hvis jeg sænkede nogle af mine forventninger til mig selv og lagde mere fokus på hvad jeg selv vil og ønsker at lave., fordi det gør mig presset når jeg tænker på det. Dog er det stadig godt at have forventninger til sig selv.	selvværd skal baseres på hvad man er stolt af man kan, og ikke hvad andre synes du skal kunne	Jeg havde flere giz🤔
Jeg ville få det bedre hvis vi ikke blev bedømt på alt vi gør, fordi det ville give mere rum til at tænke på andre ting end presset fra alle sider	Jeg ville få det bedre hvis folk stoppede med at have så mange forventninger til unge og bare har tillid til at de nok skal klare den med de beslutninger det tager når de er klar til at tage dem.	Det var mere klart hvad der blev forventet af unge i samfundet fordi det ville være nemmere at navigere i som ung
Hvis der ikke var så stor fokus på karakterer og man	Jeg ville få det bedre hvis vi i samfundet holdte op med at stille spørgsmålet "Hvad vil du være?" fordi det	Jeg ville få det bedre, hvis der var mere fritid og kortere skoledage. Så kan jeg mødes mere med mine venner og have det sjovt. fordi jeg ikke skal bruge den

Indledning

"Hvordan har du det?" - det spørgsmål har Ungdomsbureauet i samarbejde med TrygFonden stillet til omkring 500 unge i Region Syddanmark i foråret 2021. Gennem 25 workshops fordelt over 25 klasser på 8 forskellige ungdomsuddannelser er unges trivsel i Region Syddanmark blevet sat i fokus for at få indblik i, hvordan unge i Syddanmark har det, og hvordan de kan få det bedre.

De 25 workshops indgår som en del af TrygFondens store indsats omkring børn og unges trivsel i Region Syddanmark. Formålet med workshopsne er at skabe viden om unges trivsel, og at denne viden skal skabe grundlag for, at lokale projekter igangsættes for at imødekomme de udfordringer, unge oplever.

Spørgsmålet "hvordan har du det?" har altid været relevant at stille unge, men særligt efter mere end et år med nedlukning og en ny normal med mindre frihed, fællesskaber, rammer og muligheder grundet covid-19 har spørgsmålet fået en ny dimension af relevans. Unges trivsel har nemlig taget et stort dyk under covid-19 - og hvad, vi har set, når vi har snakket med de medvirkende unge, er, at covid-19 ud over at have konsekvenser for unges trivsel i sig selv også har forstærket de udfordringer, der allerede var til stede blandt unge.

Da vi spurgte de medvirkende unge om, hvad det bedste ved at være ung er, gik bestemte tematikker igen. Særligt fremhævede de friheden, de flere nye muligheder, at de har få eller ingen forpligtelser. De oplever mere ansvar dog uden de store bekymringer, og at det er okay at begå fejl og i stedet lære af dem. Komplexiteten opstår, når de efterfølgende beskriver det sværeste ved at være ung. For her går mange af de samme tematikker igen. Friheden kan virke magtesløs og uoverskuelig i sig selv, det større ansvar er for stort, men ikke nødvendigvis et de selv bestemmer over, det forventes, at de opfører sig som voksne, men behandles stadig som børn, og de mange muligheder er uadskillelige med et stort forventningspres fra både dem selv og deres omverden. Hermed vises det, hvordan unge føler sig fanget i midten af barndommens ubekymrethed og voksertilværelsens forpligtelser. De er hverken eller, men både/og, midt i mellem.

At unge føler sig klemt mellem barn og voksen er næppe noget nyt. Men vi ser, at unge i dag oplever udfordringer, som ikke i samme grad var til stede i tidligere ungegenerationer. I dag er grænserne for, hvad unge kan og skal have ud af livet ophævet. Mulighederne er uendelige, og unge fortælles, at de selv kan forme den fremtid, de ønsker. Det lægger et øget pres på unge, og de ophævede grænser og evige muligheder resulterer i, at unge oplever kun at have sig selv at bebrejde for ikke at slå til og formå at træffe de rigtige valg, der ender ud i det liv, de drømmer om.

Når vi oplever, at corona har forstærket de udfordringer, der allerede er til stede blandt unge, skyldes det, at corona har begrænset dem i at kunne undersøge,

udfordre og erfare både det bedste og sværeste ved deres ungdom lige nu. Som en af de adspurgte unge skriver: "Corona ødelægger vores bedste år". Corona har taget friheden, fællesskabet og alle de nye muligheder fra dem, men ikke fjernet forventningspresset. Det er derimod det, de står tilbage med i en verden, hvor de ikke kan komme ud og prøve af og finde støtte i fællesskabet.

Det simple svar på spørgsmålet "hvordan har du det?" må derfor være: "okay, men...". Hvad men'erne består af, og hvordan unge selv vurderer, de kan løses, vil vi udfolde her i rapporten.

Resultaterne – en opsummering

I følgende afsnit vil vi kort beskrive en række punkter, der i særdeleshed har stået ud i workshopsne. Det vil sige, at det er de områder og problematikker, eleverne har peget på flest gange, eller som er blevet givet mest opmærksomhed af de deltagende unge undervejs i workshopsne. Senere i rapporten vil vi følge op på disse problematikker og uddybe dem yderligere med hjælp fra specifikke nedslag i enkelte workshops samt redegøre for de løsningsforslag de deltagende unge selv peger på.

Pres og krav

"Forventningspres", "karakterpres", "høje forventninger" og "karakterkrav" er alle ord, der er gået igen i samtlige workshops, vi har afholdt med klasser fordelt rundt i regionen. Om det er pres fra forældrene, skolen, samfundet eller dem selv varierer en hel del, men fælles for alle er, at presset og forventningerne er for store, og de sætter trivslen over styr. Når vi spørger unge, "hvad er det sværeste ved at være ung?", så er der altid en større gruppe i enhver klasse, der skriver noget lignende: "At alle har forventninger til, hvad man skal blive, og hvordan du klarer tingene." eller "Alle forventningerne og kravene fra de voksne." Der er mange varianter, men i stort set alle tilfælde bliver de beskrevet som en negativ påvirkning af det at være ung. Hvorfra forventningerne og presset konkret kommer, vil vi videre beskrive senere i rapporten.

Valg, beslutninger og ansvar

Hvordan træffer man det rette valg? Kan man træffe det rette valg, når der er så mange muligheder? Som vi har beskrevet kort i indledningen, lever vi i dag i et samfund, hvor mulighederne er uendelige, og du selv er herre over, hvilken retning dit liv skal tage. De uendelige muligheder er både en ting, der fylder i det bedste ved at være ung, men i lige så høj grad i det sværeste. Lige pludselig rammer de en alder, hvor valgene ikke er taget for dem, hvor ansvaret ligger på deres egne skuldre, og hvor beslutningerne potentielt set er afgørende for deres fremtid. Det handler derfor meget om de valg, der skal træffes her og nu – uddannelsesvalg, boligvalg de små dag-til-dag valg mv. Derudover er en af de andre ting, der fylder, at det kan være svært at overskue de konsekvenser, der ligger bag både til- og fravalgene, da konsekvenserne ligger langt ude i fremtiden ift. den beslutning, der skal tages nu og her. Der er flere af de adspurgte, der ikke føler sig klædt på til sådanne beslutninger. Slutteligt er der også den dimension, at man selv skal kunne stå på mål for de beslutninger, man tager.

Corona

"Corona ødelægger de bedste år af vores liv", "Corona er et fængsel" og "Ens ungdom bliver spildt" er alle eksempler på sætninger, der igen og igen er blevet nævnt i workshopsne. Som vi også har nævnt i indledningen, udgør corona en udfordring i sig selv, men lægger også ekstra pres på de udfordringer, unge i forvejen oplever. De medvirkende unge beskriver både direkte og indirekte, hvordan corona påvirker deres mentale helbred. De har ikke mulighed for at dyrke deres relationer, de føler sig meget isoleret og nogle nævner decideret ensomhed. Tilmed umuliggør corona, at de kan opleve den frihed, der følger med at blive ældre og især "spildet" af ungdom går igen. De medvirkende unge udtrykker stor frustration over, at mange af de førstegangsoplevelser, de har alderen til at opleve nu, ikke kan ske – alt det, de har glædet sig til, og som de har set andre unge gøre og opleve år efter år, snydes de for. Deres studieture, gymnasieår, fester, den første bytur efter man er fyldt 18 år mv. Samtidig udtrykker mange af eleverne, at de ikke oplever stor forståelse for deres situation, og at "de voksne" og dem med ansvar, ikke forstår, hvor meget corona ødelægger for dem.

Overgang fra barn til voksen

"Man er gammel nok til at kunne tage ansvar, men ikke gammel nok til selv at kunne bestemme", "Voksne regner med, at man skal kunne alt" og "Man bliver ikke rigtig respekteret" er alle eksempler på udfordringer, der ligger i overgangen fra barn til voksen. Citaterne beskriver et dilemma og en frustration, som går igen i stort set alle de klasser, vi har talt med. Som vi også har beskrevet i indledningen, fylder overgangen fra barn til voksen meget blandt de elever, vi har snakket med, både blandt det bedste og sværeste ved at være ung. Overgangen repræsenterer nemlig både de mange nye muligheder, mere ansvar, mere frihed, men samtidig også kompleksiteten i ikke helt selv at kunne bestemme over sin frihed, sit ansvar og de valg, man træffer.

Mangel på almen dannelse

En tematik, der ofte endte med at fylde i samtalerne på workshopsne, er unges oplevelse af manglende almene dannelse. Med manglende almen dannelse menes, at de medvirkende unge beskriver, hvordan de står på tærsklen af det voksne liv og mærker tyngden af det nye ansvar, de nye valg der skal træffes og alle forventningerne, men ikke oplever at have lært, hvordan "den virkelige verden" fungerer, og hvordan de skal fungere i den. Hvad sker der, når de fylder 18 og skal til at betale skat? Hvordan skriver man en ansøgning til sit første fritidsjob? Hvad laver man egentlig på arbejdsmarkedet, som alle har forventninger til, at jeg skal ud på? Unge efterspørger redskaber og viden om det liv, de ved, de skal ud i, men ikke føler sig klædt på til at agere i.

Metode

I følgende afsnit forklares, hvordan empirien, som denne rapport baserer sig på, er produceret, hvordan workshoppen er opbygget, og hvilken pædagogisk tilgang vi, som workshopholdere, har haft til forløbet og worksne.

500 unge

Empirien, som denne rapport bygger på, er indsamlet fra omkring 500 unge i Region Syddanmark gennem 25 workshops fordelt på 25 klasser på 8 forskellige ungdomsuddannelser i regionen. I figur 1 ses et skema over fordelingen på ungdomsuddannelser, uddannelsesretninger og antal elever, der har deltaget. Ungdomsuddannelserne er rekrutteret ud fra et princip om, at det udsnit af ungdommen, vi har snakket med, skulle være tilnærmelsesvis repræsentativt for hele ungdommen i Region Syddanmark. Derfor har vi både haft de forskellige uddannelsesretninger og en geografisk spredning på uddannelsesstederne i regionen for øje.

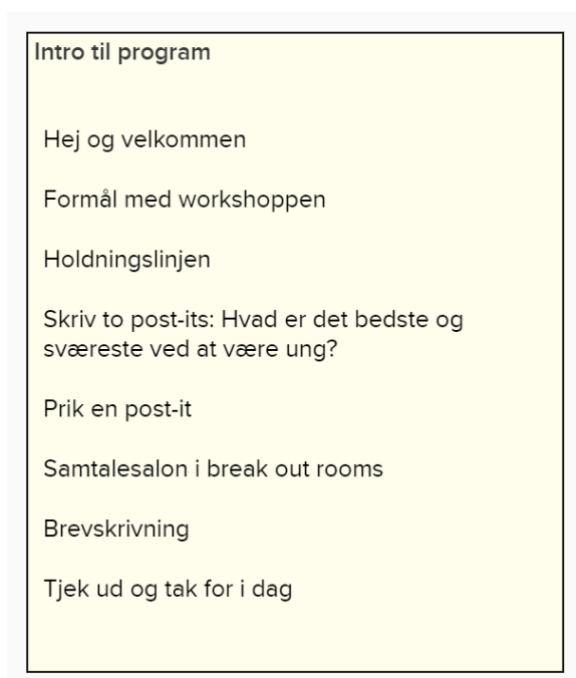
Uddannelsesinstitution	Retning	Antal elever
Ribe Katedralskole	5 STX-klasser	110
Deutsche Gymnasium	2 STX-klasser	32
Vestfyns Gymnasium	3 STX-klasser	56
Det Blå Gymnasium Sønderborg	1 HHX-klasse	25
IBC Aabenraa	4 HHX-klasser 2 EUD-klasser	137
Svendborg Erhvervsskole og Gymnasium	3 EUD-klasser	53
FGU Syd, Sønderborg	2 FGU-klasser	20
FGU Vest, Esbjerg	3 FGU-klasser	28
		I alt: 461 elever

Figur 1

Workshopopbygning

Grundet covid-19 blev workshopformatet udviklet til at kunne afholdes online, men hvor både vi og eleverne kunne deltage sammen og samtidigt, ligesom vi ville have gjort det, hvis vi havde lavet workshoppen fysisk i et undervisningslokale.

Programmet for workshoppen så således ud, og store dele af workshoppen foregik



Figur 2

i det program, der hedder Mural. Mural er en online platform, der muliggør interaktion mellem deltagerne og afholder/deltager. Mural gjorde det dermed muligt for os at lave interaktive øvelser, som vi ville have lavet dem fysisk. F.eks. lavede vi holdningslinjer, hvor elever skulle placere en figur på et barometer, alt efter hvor enige eller uenige de var med det pågældende udsagn. En øvelse der under fysiske rammer fungerer sådan, at elever placerer sig på en linje i rummet ud fra samme



Figur 3



Figur 4

enig/uenig princip. I Mural havde vi også mulighed for at brainstorme og skrive post-its, som hvis vi havde været fysisk til stede, og vi lavede derfor en brainstormsession, hvor eleverne ved hjælp af post-its skulle svare på henholdsvis, hvad der er det bedste og sværeste ved at være ung. Se figur 3 og 4 for eksempler.

Både holdningslinjen og brainstormsessionen bidrog til at sætte gang i tankerne, om elevernes generelle trivsel. Derudover var det to gode øvelser, der sammen og hver for sig kunne vise de deltagende unge, at de ikke er alene om de problemer og udfordringer, de går med. De fik altså muligheden for at spejle sig i og identificere sig med hinanden, hvilket kan være første skridt på vejen til at få startet en dialog i klassen om, hvordan man har det, når man ved, at andre også har det på samme måde som en selv eller går og bakser med de samme udfordringer.

Efter holdningslinje og brainstormsession sendte vi eleverne ud i break-out-rooms, hvori de skulle diskutere og snakke videre om den ting, de skrev som det sværeste ved at være ung. Her kom de igennem 3 forskellige stadier, hvor de skulle bearbejde den problemstilling, de havde skrevet i brainstormsessionen. Først skulle de fortælle hinanden om en situation eller episode, hvor de havde følt eller oplevet det, de syntes, var det sværeste. Herefter skulle de i fællesskab prøve at finde ud af, hvem eller hvad der havde skylden eller ansvaret for den pågældende problematik eller udfordring, som de hver især havde beskrevet, og slutteligt skulle de sammen i gruppen forsøge at finde på løsninger eller råd til, hvordan man kunne afhjælpe eller udbedre den italesatte udfordring eller problematik.

Vi sluttede af med en øvelse, vi i programmet for workshoppen har kaldt "Brevskrivning", som i al sin enkelthed gik ud på, at de skulle færdiggøre sætningen

"Jeg ville få det bedre, hvis... fordi...". Vi har vedlagt et eksempel herunder i figur 5.



Figur 5

Brevskrivningsøvelsen foregik i et program, der hedder Menti, da vi ligesom i Mural har mulighed for at genbesøge alle svar og data, og samtidigt undervejs i workshopen kunne dele svarende løbende med de deltagende. Dette er et yderst brugbart program til sådanne workshops, hvor formålet er at dataindsamle samt at få alle medvirkende til at deltage. Derudover fungerer brevskrivningsøvelsen godt som en opsummering på de ting, vi har været igennem i workshopen og som en måde at opsummere alle de tanker og refleksioner, workshopen igangsatte hos de deltagende unge. Her kunne de få lov til skrive præcis, hvad der skulle ske for, at de ville få det bedre og hvorfor.

Pædagogisk tilgang

I dette afsnit vil vi beskrive, hvordan vi som workshopholdere har gået til opgaven at agere dataindsamlere i et potentielt sårbart rum. Hvilke benspænd det har ført med sig, og hvilken læring vi tager med os af forløbet.

Ingen krav om aktiv deltagelse øger den "passive" deltagelse

Som vi har beskrevet i afsnittet ovenfor, der handler om workshoppens opbygning, har vi aktivt valgt en form for workshop, hvor deltagerne skal skrive en del ting ned. Det hjælper os i vores arbejde som dataindsamlere, da vi her efterfølgende har al data og alle svarende gemt i dokumenterne, men vi har også kunnet mærke en reel forskel i deltagelsen i selve workshopsne. Når man som os snakker om emner som trivsel, velvære, samfundsproblemer og personlige hverdagsskærmydsler, kan nogle have svært ved at stille sig frem i rampelyset og tage ordet. Det kan både

virke angstprovokerende at skulle snakke om det foran sine klassekammerater og foran os fremmede mennesker. Samtidigt kan det faktum, at det hele foregår online på zoom også være hæmmende for den aktive deltagelse, da man i et online rum ikke på samme måde kan mærke de øvrige deltagere eller på anden måde aflæse reaktioner. Derfor fungerede det godt, at workshopformatet gjorde det muligt at deltage på anden vis ved f.eks. at skrive sine svar ned anonymt i Mural eller Menti. Vi oplevede, at alle, der havde interesse i at deltage, kunne gøre det på deres egen måde. Om det var ved at svare mundtligt på vores opfølgende og uddybende spørgsmål eller ved at deltage i holdningslinjen og skrive post-its i brainstormsessionen, var så vidt lige gyldigt – det eneste, der talte, var, at de medvirkende unge var med på deres egne præmisser. Vi er overbeviste om, at dette har medvirket til, at det data, vi har fået, er let aflæseligt og yderst brugbart i det videre forløb.

Vi har tillige gjort meget ud af at fortælle de medvirkende unge, at det er dem, der er eksperterne og dem, der har alle svarende. Vi sidder ikke på forhånd og ved, hvad det vil sige at være ung i Region Syddanmark, eller hvilke problematikker der rør sig i deres lokalområde. Dette har medvirket til en forhøjelse af deltagernes selvforståelse i workshoppen og forståelse for vigtigheden af deres deltagelse, da der ikke er andre end lige præcis dem, der ville kunne give os de svar, vi havde brug for.

Frivilligheden i deltagelsen, som jeg netop har beskrevet, har også været et benspænd for vores afholdelse. Vores fornemmeste opgave har været at få så mange unge mennesker i tale og dermed få så mange svar som muligt, men da frivillighedsprincippet har været en så vigtig grundpille i vores workshopformat, har det medført en vis gnidning mellem den egentlige opgave og formatet, som vi dog har kunnet komme over ved at appellere til vigtigheden af deltagernes medvirken i undersøgelsen og dermed de efterfølgende resultater og forhåbentlige forbedringer.

Resultater og løsninger – en uddybelse

I denne sidste del af rapporten vil vi igen komme ind på de største problematikker og udfordringer, eleverne har yttet sig omkring. Vi vil uddybe de korte beskrivelser fra tidligere i rapporten samt tilføje nogle af de løsningsforslag, eleverne selv er kommet med i løbet af workshopsne.

Pres og krav

Som beskrevet tidligere fylder forventninger, pres, karakterer og krav rigtig meget hos de unge, vi har snakket med. Det handler både om presset og forventninger fra dem selv, men i lige så høj grad om forventninger og pres fra omverdenen i form af forældre, venner, samfund og skole. Det handler i høj grad om, at de både skal klare sig godt i skolen, præstere i de sammenhænge, de er en del af og føle, at de skal opnå noget med deres liv, men uden helt at vide hvad endnu.

"Jeg ville få det bedre, hvis man ikke havde så høje forventninger til sig selv – men også lavere forventninger fra samfundet, fordi man dermed ikke vil føle sig nær så presset for at skulle opnå noget bestemt for at have det godt."

"Jeg ville få det bedre, hvis der ikke var så mange krav ift. at komme videre med sin uddannelse, og der ikke var begrænsede pladser, fordi jeg ikke skulle bekymre mig over, om jeg er god nok."

Citaterne herover er fra den afsluttende øvelse i workshoppen, hvor vi bad eleverne om at færdiggøre sætningen "Jeg ville få det bedre, hvis... fordi..." og er derfor direkte svar på, hvordan enkelte elever ville få det bedre, og hvad der konkret skulle til, for at det kunne ske.

Udover at skulle præstere er der også en del, der sætter præstationssamfundet under lup og peger på, at netop forventninger til en selv kommer af spejlinger og sammenligninger med ens venner og klassekammerater, fordi f.eks. noget som karakterer fylder så meget og er blevet så stor en del af tilværelsen for unge. Det bliver derfor et spørgsmål om image, som er med til at øge presset. En elev fra Vestfyns Gymnasium skriver blandt andet, som løsningsforslag: "Man skal gøre sit bedste, man skal ikke gå så meget op i karakterer/image." mens en anden fra Vestfyns Gymnasium skriver: "karakterfrie gymnasier (indtil 3.g)(?), mere fokus på arbejdet frem for karakteren, anderledes undervisning? (mere fysisk og aktiv undervisning)" og skyder samtidigt en del af skylden over på systemet og samfundet med sætningen: "skolens forventninger til eleverne er for karakterorienteret."

Udover disse elever fra Vestfyns Gymnasium er der flere af de medvirkende unge, der efterlyser mere fokus på reelle kompetencer fremfor de karakterer og tal, der lige nu er styrende for deres videre fremtid.

Ved disse problematikker og udfordringer ser vi dog, ligesom vi har beskrevet det i indledningen, at en del af de medvirkende unge også her peger indad og lægger ansvaret tilbage på sig selv for at ændre ved dette forventnings- og karakterpres. De skal selv blive bedre til ikke at lade sig styre af de mange forventninger og ikke lade sig presse ud i beslutninger, de ikke selv kan stå inde for, men i stedet tage den med ro og selv tage styringen over deres liv.

Løsningsforslag

Et af det hyppigste løsningsforslag, der optræder i workshopsne, er en karakterreform af den ene eller anden slags. Nogle, som i citatet ovenfor, foreslår konkret at lade gymnasier være karakterfrie indtil i 3.g. Andre foreslår at lave karakterskalaen om, så det bygger på udmærkelser og feedback i stedet for de tørre tal, som den består af i øjeblikket. I forlængelse af karakterreformer er der også en del, der sætter fokus på karakterkravene på de videregående uddannelser, der kun er med til at øge presset og forventningerne til karakterer.

Med hensyn til forventninger og forventningspres ser vi, at langt de fleste løsningsforslag peger indad. Her handler det i høj grad om selvtillid og om at turde stole på sig selv nok til at kunne stå imod det pres, der ligger i vores samfundsstruktur.

Valg, beslutninger og ansvar

Hvad er det sværeste ved at være ung? Det er et af de mange spørgsmål, der har indgået i alle vores 25 workshops. Et svar, der har gået igen i forskellige former, har som sagt omhandlet valg, beslutninger og ansvar, som vi også har beskrevet længere oppe. "Træffe valget om, hvad man vil i fremtiden.", "Når man tænker på de valg, man skal tage i fremtiden." og "At tænke over fremtiden." er alle tre forskellige udlægninger af det samme problem. Problemet er sådan set en positiv udvikling i samfundet, hvor mulighederne på tværs af landet er blevet bredere og mere alsidige uafhængigt af geografisk startsted eller socialt lag, men alligevel sætter det ungdommen under pres. Som elevernes svar på spørgsmålet ovenfor indikere, fungerer friheden som en stressfaktor: "Det sværeste ved at være ung er alle de muligheder, man har. Der er for mange valg, man skal tage." Måske er det sværeste ikke mængden af valg, men mangel på konkret og brugbar vejledning til at træffe det eller de rette valg. Hvad skal man overveje? Hvor kan man gå hen for at opnå ny viden på området? Hvem kan man snakke med? Skal man træffe

beslutningen helt selv eller må man få hjælp? Skal det være blåstemplet af ens omgangskreds, eller kan man godt bare følge sin egen sti? Spørgsmålene er mange, og det samme er valgene, som unge mennesker skal træffe, men måske er det ikke mængden, der er problemet men hjælpen.

"Jeg ville få det bedre, hvis jeg ikke skulle tænke så meget på mine karakterer, altså ikke være så nervøs for, om jeg kan komme ind på en uddannelse. Fordi det ville lette presset om, hvad jeg vil i fremtiden og på den måde give mig mere ro til at vælge."

I citatet ovenfor hører vi fra en elev fra IBC Aabenraa, der kobler denne problematik direkte op på den forrige, vi behandlede her i rapporten – forventnings- og karakterpres. Eleven skriver, at karakterpresset, der blandt andet er født ud af et spørgsmål om fremtidsønsker og adgangskrav til uddannelser, vil have en direkte effekt på elevens evne til at træffe "den rette beslutning", hvis presset bliver lettet en lille smule.

Løsningsforslag

En elev, der skriver om de mange valg, og som er bange for at tage de forkerte valg og ende med at bruge tiden på noget forkert, efterlyser: "Mere individuel og specifikt målrettet vejledning."

I de forskellige Murals, hvor der har været fokus på de svære valg og mange beslutninger, er der generelt konsensus om at åbne sig op og tale med folk om det svære i det. En enkelt elev skriver endda, at "Det er nok ikke noget, man bare lige kan gøre, for det er en udvikling, der er sket gennem mange år." Altså skriver eleven, at det kan være svært at ændre ved. En anden skriver: "Man kan slappe lidt af med at informere unge i så tidlig en alder og lade dem nyde barndommen lidt endnu." Her handler det i høj grad om mængden af muligheder, der bliver præsenteret, og "Det her med at man skal hurtigt igennem uddannelsessystemet."

Corona

Corona udgør en af de største udfordringer, som unge peger på, når vi har snakket med dem. Men hvad betyder det, når unge peger på corona som det sværeste og værste ved deres ungdom lige nu? Som vi også har været inde på før, rummer corona udfordringer i sig selv, men tilføjer derudover også en ekstra dimension på de udfordringer, der allerede var til stede før corona. Kigger vi på, hvad de deltagende unge har svaret til vores spørgsmål "Jeg ville få det bedre hvis..." går

sætningerne "hvis landet åbnede op" og "hvis corona aldrig var kommet" igen og igen. Men hvad er det, som eleverne efterspørger, fra før corona var blandt os? Det, der gør udfordringerne ved corona komplekse, er, at eleverne ikke kun peger på én ting, som corona udfordrer dem på. Alligevel går visse tematikker igen. Flere af de adspurgte unge ytrer, at corona særligt udfordrer dem på deres sociale relationer. De nævner, at de savner deres venner, deres fritidsinteresser, skole og klasse. De beskriver, hvordan manglen på socialt samvær gør dem ensomme og deprimerede, at de keder sig og føler sig fanget i et fængsel.

Savnet til skolen og klassen repræsenterer også en anden udfordring, som eleverne peger på, der er ved corona. De savner deres hverdag med faste rammer, definerede forventninger og gøremål. Corona kræver, at de i langt højere grad selv strukturerer deres hverdag og evner at dele skole og fritid op, til trods for det hele foregår foran samme skærm. Dette lægger yderligere pres på elevernes forventninger til dem selv og fodrer den utilfredshed, de i forvejen føler over ikke at kunne træffe valg og "gøre det rigtige", hvis de ikke lykkes med at sætte rammerne for dem selv og overholde dem. Det ses også, hvordan eleverne oplever utryghed over at føle, at de går glip af meget læring i skolen. Dette taler ned i den udfordring, de i forvejen har, der handler om presset om at skulle klare sig godt, for at kunne få den fremtid, de ved, er mulig, og som de drømmer om. For hvilken konsekvens vil det have for dem, at de går glip af undervisning, og at deres faglige niveau falder under pandemien?

"Jeg ville få det bedre, hvis vi kom tilbage i skole, fordi jeg synes, at det er hårdt at sidde hjemme, og vi mister meget socialt samvær med klassekammeraterne. Jeg føler også, at min faglige udvikling går langsommere, når vi sidder hjemme."

Udover at corona udfordrer unges mentale helbred og trivsel, ses der en generel følelse blandt eleverne af, at corona frarøver dem deres ungdom. Eleverne har en alder, hvor de endelig er blevet gamle nok til at måtte mere og gøre alle de ting, der hører ungdommen til, og oplever, hvordan de bliver snydt for disse oplevelser. Med andre ord er friheden, som de endelig føler, de har fået alderen til at have, blevet taget fra dem. Her er der særligt fokus på festerne med vennerne, friheden til at kunne se dem de vil og være "rigtig unge".

Løsningsforslag

Kigger vi på de udfordringer, eleverne nævner, de oplever grundet corona, kan vi særligt se, at visse tematikker går igen. Det er særligt fællesskaberne, der lider under corona, og der er derved et stort momentum for at skabe og understøtte unge fællesskaber og sikre, at unge kommer igen i deres sociale liv. Især unge, der har været på kanten af fællesskaber, skal aktivt inviteres ind og sikres en plads i fællesskaberne igen, og der vil være stor værdi i, at civilsamfundsorganisationer mv. er med til at skabe og understøtte nye fællesskaber.

Overgang fra barn til voksen

Hvilke udfordringer er der ved at være ung? Det har vi blandt andet sat fokus på gennem de 25 workshops, og her er tematikker, der omhandler overgangen fra barn til voksen, gentagende. De unge, der har medvirket, nævner, hvordan det er frustrerende at være et sted midt i mellem at være gammel nok til at tage ansvar, men ikke gammel nok til selv at kunne bestemme. De oplever, at når de tager et ansvar, er det ikke sikkert, at det modtages med respekt og alvor fra voksne. En relevant overvejelse at gøre sig i denne sammenhæng er, hvorvidt dette kan udmønte sig i, at unge helt mister lysten til at ytre sig. For hvad sker der, hvis unge bliver bedt om at tage ansvar, ytre sig og tage del i de sammenhænge, de er en del af, men ikke oplever at blive respekteret, taget alvorligt eller lyttet til, når de gør det? Udover at skulle forholde sig til dette spørgsmål peger flere af de deltagende unge også på, hvordan mere tillid fra voksne også ville styrke dem i deres tro på sig selv, hvis de faktisk oplevede at blive taget alvorligt, når de tog det ansvar, voksne forventer af dem.

"Jeg ville få det bedre, hvis jeg fik mere ansvar og flere af mine egne beslutninger, fordi så kan jeg føle mig voksen og få følelsen af, at jeg ikke skal blive carried hele vejen igennem livet."

"Jeg ville få det bedre, hvis de unge blev mere hørt (Altså mere seriøst, og ikke blot overfladisk), fordi vi er den nye fremtid, og vores meninger er også vigtige."

Da vi spurgte dem om, hvad der kunne være af løsninger på denne udfordring, oplevede vi, at eleverne ofte pegede tilbage på dem selv. De skal også selv blive bedre til at insistere på at blive hørt og turde stille sig frem og sige sin mening højt.

Dette afspejler ikke kun en tendens, der relaterer sig til denne udfordring, men tegner i stedet et generelt mønster. Vi oplever, hvordan unge peger på sig selv, som dem der også skal løse de problemer, de selv oplever. Dette er problematisk, fordi de styrker det pres, de i forvejen føler, for ikke nok med at de skal lære at leve, så er det også deres egen skyld og ansvar, hvis de ikke kan leve, som de gerne vil. Hertil peger nogle elever dog også på de løsninger, som fremgår af citaterne, der indebærer, at voksne sætter handling bag deres ord og lader unge tage det ansvar, som de faktisk tager, og støtter dem i deres fejl i stedet for at bebrejde dem, dem.

Løsningsforslag

Der ses flere forskellige muligheder for at imødekomme nogle af de udfordringer, eleverne beskriver. Når eleverne f.eks. beskriver, at de skal blive bedre til at insistere på at blive hørt, og turde stille sig frem, kunne en konkret løsning være at iværksætte projekter, der understøtter dem i at få en større demokratisk selvtillid og tro på eget forandringspotentiale. En anden løsning, når eleverne nævner, at de gerne vil høres af voksne, kunne være at facilitere møder, hvor voksne skal lytte til unge og derved være med til at skabe et forum, der understøtter denne udfordring.

Mangel på almen dannelse

En tematik, som vi oplever generelt, kan være underbelyst, er unges oplevelse af ikke at være klædt ordentligt på til det liv, de snart skal ud i. Vi oplevede, at unge på workshopsne ytrede frustrationer over ikke at kende til "lavpraktiske" ting i voksentilværelsen, såsom viden om skat, økonomi og budgetter samt viden, der kunne klæde dem bedre på til at kunne træffe de valg, de står overfor.

"Jeg ville få det bedre, hvis unge kunne få mere viden og erfaring omkring (og hjælp til) fx at skrive jobansøgninger, søge ind på uddannelse, søge studiebolig og andre ting, som man skal tage stilling til og sørge for, når man er ung."

"Jeg ville få det bedre, hvis jeg ikke skulle tænke på indkomst og stresse over regninger, og hvordan man betaler dem, og hvordan man er voksen, fordi det stresser mig helt vildt, og jeg er så forvirret."

Flere nævner også, hvordan de ikke ved, hvordan de skal finde rundt i junglen af muligheder, og heller ikke ved, hvor de kan finde hjælp. Vi oplever, både at flere af

eleverne har en oplevelse af, at de valg, de skal træffe, er vigtige for resten af deres liv, men måske ikke ved hvorfor, og at andre elever ville ønske, de havde haft mere viden, så de kunne have truffet andre valg på vejen dertil, hvor de er nu. For hvad er det, valgene definerer? Hvor låst er man, når man har truffet et valg?

"Jeg ville få det bedre, hvis jeg tidligere i mit liv havde fået mere undervisning/træning i økonomi, sundhed og motion, sociale medier, internettet og mindfulness."

Som det ovenstående citat også peger på, efterlyser flere unge også værktøjer til at kunne håndtere de udfordringer, de står overfor. Værktøjer, der lærer dem om at mærke sig selv, lærer dem at begå sig i de sammenhænge, de allerede er en del af, sige fra og til og hvordan krop og sind hænger sammen.

Løsningsforslag

Som eleverne selv gør opmærksom på, kunne en løsning på denne udfordring være mere viden og læren om "det virkelige liv". Eleverne efterspørger konkrete værktøjer, der kan klæde dem på til voksentilværelsen, såsom læren om økonomi, skat, budgetter, hvordan man skriver en ansøgning, sammenhængen mellem krop og sind mv. Der er derfor en oplagt mulighed i at iværksætte projekter, der kan imødekomme denne udfordring blandt unge.

