



**Hilde Bjørka Eidem**

---

## **Psykiske helseplager blant ungdom**

**«...man prater høyt om det, at man er psykisk dårlig»**

**En studie om ungdomsskolelæreres erfaringer med ungdoms psykiske helseplager.**

**Masteroppgave i sosialt arbeid**

**OsloMet – storbyuniversitetet**

**Fakultet for samfunnsvitenskap**

## **Sammendrag**

Forskning slår fast at ungdom i økt grad rapporterer om psykiske helseplager. Samfunnet har som mål å forebygge psykiske lidelser og helseplager. Som et resultat av dette har forskning vedrørende årsaker til den økte rapporteringen blitt viktig. Problemstillingen i denne undersøkelsen handler om ungdomsskolelæreres erfaringer og refleksjoner rundt ungdommers psykiske helseplager, spesielt knyttet opp mot stress og press.

Datamaterialet som er samlet inn er fra to gruppeintervjuer, fra to forskjellige skoler. I den ene gruppen var det fire informanter, i den andre gruppen var det tre. Datamaterialet ble transkribert og analysert. Sammen med teori og tidligere forskning danner dette grunnlaget for funnene i undersøkelsen.

Funnene indikerer en økning av fokus på psykiske helseplager og et samfunn med høye forventninger og press. Lærerne erfarer et økt fokus på psykisk helse og en tendens til «sykeliggjøring» av ungdom. Funnene tyder på at det er både normale utfordringer i ungdomstiden, men også en opplevd usunn utvikling, der psykiske helseplager og individualisme gjør lærernes hverdag utfordrende. Lærerne erfarer et økende antall elever som skal ha individuelle tilpasninger og oppfølging.

Mine funn viser at det er mye lik problematikk ved de to skolene, men også ulike uttrykk for psykiske helseplager. Funnene indikerer et utfordrende samarbeid mellom skole, hjem og hjelpeinstanser. Lærerne ønsker seg et bedre samarbeide mellom skole og hjem. De har erfaringer med at det fungerer bedre da, og at det bidrar til at elevene har en bedre hverdag.

## **Abstract**

Research establishes that young people, to an increased extent, report mental health problems. The society's aim is to prevent mental disorders and health problems. As a result, research on reasons for the increased reporting has become important. The problem posed in this survey revolves around secondary school teachers' experiences and reflections on young people's mental health problems, especially related to stress and pressure.

The data collected is from two group interviews, from two different schools. In one group there were four informants, in the other group there were three. The data material was transcribed and analyzed. Together with theory and previous research, this forms the basis for the findings in this survey.

The findings indicate an increase in focus on mental health problems and a society with high expectations and pressure. The teachers are experiencing an increased focus on mental health and a tendency to "sickening" young people. The findings indicate both normal challenges in adolescence, but also a perceived unhealthy development, where mental health problems and individualism make teachers' everyday life challenging. The teachers are experiencing an increasing number of students who must have individual adaptations and follow-up.

My findings show that there are many similar problems at the two schools, but also different expressions of mental health problems. The findings indicate a challenging collaboration between school, home and aid agencies. The teachers want better cooperation between school and home. They have experienced that it works better then, this contributes to the pupils having a better everyday life.

## Forord

Etter tre år med forelesninger, kollokviégrupper, arbeidskrav og eksamener, nærmer det seg fullført. En travel vår nærmer seg slutten. Å skrive masteroppgave ved siden av 100 prosent jobb har til tider vært litt av en utfordring. Det å arbeide med en masteroppgave har også vært spennende og lærerikt. Innimellom fortvilelsen og frustrasjonen over akademisk språkvask og rettelser, har innhold og funn i datamaterialet startet refleksjoner både hos meg og mange rundt meg. Tre år på masterstudiet i sosialt arbeid har vært spennende og utfordrende. Jeg retter en stor takk til dyktige og hjelpsomme forelesere.

Jeg vil rette en stor takk til min mann for tålmodighet og støtte. Han har lest og lyttet, og kommet med konstruktive tilbakemeldinger. Mine barn applauderes, de har gitt mamma litt fri for å skrive master. De har selv jobbet med eksamener, og vi har hjulpet hverandre. Gode venner har vært uvurderlig, tusen takk til Linn-Katrine, Anita og Trine. Dere er helt unike.

Hønefoss 9. mai, 2023

Hilde Bjørka Eidem

# INNHALDSFORTEGNELSE

---

1	Innledning.....	8
1.1	Bakgrunn for valg av tema.....	9
1.2	Problemstilling:.....	11
1.3	Oppgavens oppbygning.....	12
1.4	Begrensninger og begrepsavklaringer.....	13
2	Tidligere forskning.....	15
2.1	Forskningsprosjektet: «Stress og press blant unge i dag» .....	15
2.1.1	Ungdata undersøkelsene.....	16
2.1.2	Hvordan påvirker foreldrene norske ungdommers skolestress? .....	17
2.2	Forskning knyttet opp mot skole.....	19
2.3	«Sykeliggjør» vi ungdom i dag? .....	20
2.4	Kjønnsidentitet .....	21
2.5	Oppsummering av tidligere forskning.....	22
3	Teori.....	22
3.1	Modernitetsteorier.....	23
3.2	Sosial og psykologisk utvikling.....	27
3.3	Sammendrag av det teoretiske rammeverket .....	29
4	Metode .....	31
4.1	Valg av metode.....	31

4.1.1	Kvalitativ metode .....	31
4.1.2	Gruppeintervju .....	32
4.1.3	Fokusgruppe intervju.....	32
4.2	Utvalg og Presentasjon av informantene.....	33
4.3	Analyseprosessen.....	34
4.4	Kategorisering.....	35
4.5	Validitet .....	36
4.6	Reliabilitet.....	37
4.7	Etikk.....	37
5	Analyse og funn .....	38
5.1	Foreldrepress og forventninger fra samfunnet.....	39
5.1.1	Utdannelse og vellykkethet.....	40
5.1.2	Det «unike» individet .....	41
5.2	Lærernes erfaring med psykiske helseplager blant ungdom .....	45
5.2.1	Fokuset på psykisk helse .....	46
5.2.2	Hvordan psykiske helseplager kommer til uttrykk.....	48
5.3	Lærerne aner en «sykeliggjøring» av ungdommene.....	53
5.4	Oppsummering av hovedfunn.....	54
6	drøfting.....	56
6.1	Skolens rolle, lærernes perspektiv og samfunnets mål om utdanning og arbeid.....	56
6.2	Forventninger og press fra foreldre og samfunn .....	58
6.2.1	Utdannelse og vellykkethet.....	58

6.2.2	Det «unike» individet .....	60
6.2.3	Sosiale medier .....	62
6.3	Strever noen ved deres skole med psykiske helseplager? Og eventuelt hvordan kommer dette til uttrykk? .....	63
6.3.1	Kjønnsidentitet .....	64
6.3.2	Et økende fokus på psykisk helseplager, og diagnoser. ....	65
6.4	Oppsummering.....	67
7	avslutning .....	68
	BIBLOGRAFI .....	72

# 1 INNLEDNING

---

Temaet og utgangspunkt for denne oppgaven er psykiske helseplager blant ungdom. Temaet er omfattende og viktig. Sosialt arbeid skal fremme sosial endring og utvikling, og skape sosialt samhold og frigjøring. Sentrale prinsipper i sosialt arbeid er blant annet et kollektivt ansvar og sosial rettferdighet. Teori og forskning i sosialt arbeid skal styrke menneskers levekår (Felleorganisasjonen.no).

Vår tids største helseutfordring er psykiske lidelser, ifølge Edvin Bru (2016). I 2009 var det over 346 000 personer i Norge som mottok en eller annen form for trygdeordning med årsak i psykiske lidelser (Bru et.al 2016, s sju). Lidelsen depresjon har sammenheng med økt dødelighet, økte somatiske sykdommer som hjerte- car og kreft (Major et.al 2011, s1sju). Dette bildet gir også økonomiske utfordringer. Det dreier seg om personenes reduserte inntekt, og folketrygdsystemet som utbetaler for eksempel sykepenger og uføretrygder (Major et.al 2011, s 1sju). UngData undersøkelsen som ble gjennomført i 2021, slår også fast at ungdom i økende grad rapporterer om psykiske helseplager.

Helsedirektoratet (Folkehelse gjennom livsløp, barn og unge 2022) har tre hovedmål innenfor folkehelse nasjonalt. De tre hovedmålene er at, Norge skal være blant de tre landene i verden med høyest levealder, at vi i Norge skal ha flere gode leveår med god helse, trivsel og lave sosiale helseforskjeller, og at Norge skal skape et samfunn som fremmer god helse. En viktig del av et slikt arbeide dreier seg om barn og unges oppvekstvilkår. Helsedirektoratet anbefaler en satsning på tverrfaglig kompetanse, samarbeid på tvers mellom instanser rundt barn og unge. Helsedirektoratet har en visjon om å forebygge psykiske helseplager, og det anbefales tett oppfølging av psykisk helse (Helsedirektoratet, «Folkehelse gjennom livsløp, barn og unge» 2022).

Helsedirektoratets rapport om folkehelse i et livsløpsperspektiv har samlet relevant forskning om barn og unges psykiske helse. Blant annet har de anvendt Ungdata undersøkelsene, og annen forskning. Forskingen som anvendes i rapporten, har både et sosioøkonomisk perspektiv, som helsefremmende arbeid i lokalsamfunn, de har atferdsforskning og et psykologisk perspektiv. Helsedirektoratet fastslår en økning i psykiske helseplager blant ungdom og de er bekymret for fremtiden, da de avdekker flere



risikofaktorer (Helsedirektoratet 2022). Risikofaktorene ved debut av psykiske helseplager allerede i ungdomsårene, viser at det er større sjans for psykiske lidelser i voksen alder. sju5prosent av alle med psykiske lidelser debuterte før fylte 25 år (Kessler 2005, Heradstveit et.al 2020, s 16).

Jamfør folkehelseloven er det utviklet et program, en satsningsplan for langsiktig og systematisk folkehelsearbeid. Barn og unge er prioritert i denne satsningen, utarbeidet av Helse- og omsorgsdepartementet, Helsedirektoratet, Folkehelseinstituttet og KS (Helsedirektoratet 2022). Kunnskapsbasert utvikling og tiltak for å styrke barn og unges trygghet, mestring, hindre utenforskap og øke deltakelsen i lokalsamfunnet, skal vektlegges i satsningen.

Programmets overordnede mål er bedre psykisk helse og livskvalitet, og især for barn og unge. For å realisere dette, beskrives nødvendigheten av å vektlegge forhold i miljøet som fremmer god psykisk helse og livskvalitet. Et av satsningsområdene er blant annet å legge til rette for tverrfaglig samarbeid, som for eksempel mellom helsetjenesten, skole, barnehage, politi og barnevern. Programmet har et eget kapittel om hvilke tiltak som kan være relevante. Her nevnes tiltak som styrker psykososiale forhold, relasjoner og barns trygghet, samt forskning på hva som fremmer god psykisk helse og livskvalitet for barn og unge (Helsedirektoratet 2022).

## 1.1 BAKGRUNN FOR VALG AV TEMA

Som bakgrunn for valg av tema ligger kunnskapen om psykiske helseplager og samfunnets satsninger på psykisk helsearbeid.

Ungdataundersøkelsene (2021) fastslår en økning av psykiske helseplager blant ungdom. Ungdata er lokale barne- og ungdomsundersøkelser. Elever fra hele landet svarer på spørsmål om mange ulike temaer. Blant annet svarer de på spørsmål om foreldre, skole, venner og helse. Ungdataundersøkelsene har vært gjennomført siden 2010. Ansvarlige for undersøkelsene er NOVA ved OsloMet.

I NOVA rapporten «Stress, press og psykiske helseplager blant unge. Erfaringer, utbredelse og årsaker til psykiske helseplager» (Eriksen et.al 2017) vises det til at selvrapporterte

psykiske helseplager har økt over tid. Økningen er størst blant jenter, de med norskfødte foreldre og de med middels til gode karakterer (Eriksen et.al 2017). Forskningen som ligger til grunn for denne rapporten viser at ungdom som opplever stress og samtidig psykiske utfordringer, er en spesielt sårbar gruppe det er knyttet bekymring til. I rapporten til Eriksen (2017, etterspørres det økt kunnskap om denne gruppen.

Anbefalingen til videre forskning er bred og kompleks, og det anbefales både kvantitativ og kvalitativ forskning både om årsaker og konsekvenser, om hvor mange ungdom det gjelder, og hvem de er. Forskerne bak rapporten undrer seg over hvorfor psykiske helseplager øker? Et av spørsmålene de stiller seg er om det er faktiske psykiske helseplager eller også om det er en endring i hvordan ungdom svarer på undersøkelser som Ungdata? Trolig er det begge deler hevder forfatterne (Eriksen et.al 2017).

Jeg jobber i dag i barneverntjenesten Jeg tok bachelor i barnevern 2016, ved OsloMet og har både før og etter 2016 jobbet innenfor barnevern. I faglige konferanser, på kurs og under faglige drøfter innenfor barnevernsfeltet, er psykiske helseplager blant ungdom, en stor del av debatten. Psykiske helseplager hos unge, er et stadig større samfunnsproblem og kommunen jobber tverrfaglig for å forebygge psykiske lidelser. Kommunen ønsker at det skal være et felles ansvar å jobbe forebyggende og ha tiltak rettet mot psykisk helse, og det etterstrebtes å gi god nok behandling til denne gruppen.

Temaet psykiske helseplager blant ungdom, har vært av særlig interesse for meg over år. Jeg er daglig vitne til at barn og unge strever med psykiske helseplager, det samme er mine kollegaer og det er mange faglige diskusjoner hos oss. I det tverrfaglige samarbeidet, reises ofte spørsmålet om hva som skjer med dagens samfunn og hvorfor ungdom i økende grad strever med psykiske helseplager. En ting er hva vi ser og hører, en annet ting er å gå inn i litteraturen og forskningen, finne tall og statistikk, finne kvalitative undersøkelser som kunne gi mer utdypende svar.

I barneverntjenesten er debatten rundt hva årsaken til psykiske helseplager er, ofte debattert. Mange synspunkter og ulike perspektiv kommer frem i debatten. Flere ekspertisefelt, som for eksempel PPT (pedagogisk-psykologisk tjeneste) og BUP (barne- og ungdomspsykiatrien), hevder seg i debatten, og har teorier om utfordringen. Blant annet drøftes foreldrepåvirkning. Jeg erfarer en stor frustrasjon i mitt daglige yrke, om hvordan hjelpeinstanser kan møte den økende trenden med psykiske helseplager. For å kunne møte

denne samfunnsutfordringen er forskningen rundt årsakene og symptomtrykket vesentlig. I barneverntjenesten erfares det en endring i foreldrestiler og en endring i holdninger fra foreldrene. Blant annet erfares det at foreldre har større krav til samfunnets institusjoner, foreldrene er mer bevisst sine rettigheter. Som jeg vil vise til senere i oppgaven, ble det for meg viktig å lytte til ungdomsskolelærerne, de som jobber tettest på ungdommene og som ser og opplever ungdom som strever, men som også ser den andre siden, ungdom som mestrer ungdomstiden. Ungdomsskolelærere som ser og reflektere over hele spekteret av ungdom ville kanskje gi noen andre svar, og et annet perspektiv, enn ungdommene selv.

## 1.2 PROBLEMSTILLING

I arbeidet med denne undersøkelsen ville jeg finne ut mer om ungdomsskolelæreres erfaringer og refleksjoner om den økte rapporteringen om psykiske helseplager blant elever i ungdomsskolen. Jeg ønsket en særlig vekt på foreldrepåvirkning, foreldrepres og skolestress. Forskningsprosjektet «Stress og press blant ungdom i dag» (Eriksen et.al 2017) stiller spørsmålet ved om vi har et samfunn mer preget av stress og press.

Er det mulig å finne noen av svarene hos ungdomsskolelærere, som jobber tett på ungdommene? Kan de se sammenhenger mellom foreldrepres og foreldrepåvirkning i et annet lys enn ungdommene? Kan lærerne belyse endringer i samfunnet som påvirker dette?

I følge Ungdataundersøkelsene, som har vært gjennomført siden 2010, er det stabile funn på psykiske helseplager blant enkelte grupper ungdom. Blant annet har sosiokulturell fattigdom og omsorgssvikt vært til stede i samfunnet, antagelig alltid, og har gjort at en del av befolkningen vil rapportere om psykiske helseplager.

Det er den økende tendensen i middelklassen, og psykiske helseplager knyttet til skolestress og foreldrepres som er interessant for meg og som vil belyses i denne oppgaven.

Min problemstilling er derfor:

**Psykiske helseplager hos ungdom- Hvilke erfaringer og refleksjoner har ungdomsskolelærere om psykiske helseplager, foreldrepres og skolestress?**

### 1.3 OPPGAVENS OPPBYGNING

I kapittel 1 viser jeg til samfunnets satsning på forebyggende psykiske helsearbeid og bakgrunnen for valg av tema. Kapittelet viser til hvorfor psykisk helse er samfunnsnyttig og jeg tar for meg noen erfaringer fra barnevernsfeltet. Kapittelet inneholder problemstillingen og problematisering av denne. Siste del av kapittelet tar for seg oppgavens begrensninger og begrepsavklaringer.

I kapittel 2 redegjøres det for tidligere forskning. Tidligere forskning er begrenset til noen få relevante forskninger, for å gi oppgaven validitet og for å vise til viktigheten av å forske på psykisk helse. For å knytte forskning opp mot oppgavens teoretiske rammeverk, er særlig to forskningsområder valgt ut: Forskningsprosjektet «Psykiske helseplager blant unge i dag. Erfaringer, årsaker og utbredelse», og forskning knyttet opp mot skole og skolens rolle og rammeverk. Kapittelet inneholder også ulik kritikk og problematisering av forskningen.

I kapittel 3 beskrives oppgavens teoretiske rammeverk. I denne delen av oppgaven presenteres relevant teori. Jeg har valgt å vise til modernitetsteori og teori om psykologisk utvikling.

I kapittel 4 presenteres valg av metode, og hvordan metoden er hensiktsmessig for denne undersøkelsen. Her presenteres forskningsprosessen i sin helhet. Jeg tar for meg validiteten og relabiliteten i undersøkelsen og presenterer gjennomføringen av undersøkelsen. I dette kapittelet presenteres også etiske retningslinjer.

I kapittel 5 blir analysen og funnene av datamaterialet presentert. Funnene som presenteres er de jeg mener belyser problemstillingen mest hensiktsmessig.

I kapittel 6 oppsummeres hovedfunnene og drøftes i lys av det teoretiske rammeverket og relevant forskning.

I kapittel sju presenteres en konklusjon og avsluttende kommentarer av studien.

## 1.4 BEGRENSNINGER OG BEGREPSAVKLARINGER

Begrensninger:

Ungdata er landsdekkende barne- og ungdomsundersøkelser, der skoleelever over hele landet svarer på spørsmål om blant annet hvordan de har det. Undersøkelsen er tilpasset 3 ulike grupper: 5-sju trinn, ungdomsskoletrinnet og videregående.

Denne oppgaven begrenser seg til ungdomsskoletrinnet, selv om noen av tallene fra Ungdata er generelle for alle de tre gruppene. Den siste landsdekkende undersøkelsen var i 2021. Ansvarlig for Ungdata er velferdsforskningsinstituttet Nova ved OsloMet, i samarbeid med landets sju regionale kompetansesenter innenfor rus.

Å forske på psykiske helseplager blant ungdom, er et vidt tema. Informantene trenger en avgrensning for å kunne gå i dybden av spørsmålene de får. Som forsker er det nødvendig med en avgrensning fordi temaet er stort og omfattende. Etter hvert som oppgaven tok form ble temaet naturlig begrenset til ungdomsskolelæreres erfaring og refleksjoner rundt psykiske helseplager, foreldrepress og skolestress. De tre begrepene, «psykiske helseplager», «skolestress» og «foreldrepress», sett i sammenheng, har flere innfallsvinkler, flere konsekvenser og ulik forståelse.

Begrepsavklaring:

Psykiske helseplager: I helsedirektoratets rapport om arbeid for barn og unge 2021, beskrives et skille mellom psykiske helseplager og psykiske lidelser. Psykiske helseplager har symptomer som kan gi store plager og vansker, men ikke i så stor grad at de karakteriseres for en diagnose (Helsedirektoratet 2021). NOVA, ved Sletten og Bakken (2016) beskriver at psykiske vansker kan deles inn i to hovedgrupper, internaliserende og eksternaliserende, altså vendt innover eller vendt utover. Internaliserende vansker snakkes gjerne om, som emosjonelle vansker. Angst og depresjon er det vanligste (Wichstrøm 2006, Sletten og Bakken 2016).

Stress: Stress generelt beskrives i forskningsrapporten: «Stress og press blant unge i dag. Erfaringer, årsaker og utbredelse», som både krav og utfordringer vi alle møter i hverdagen, og hvordan vi reagerer på disse. Psykologisk forklares begrepet stress, mer dyptgående. Det skilles mellom stress vi utsettes for og stress knyttet til hvordan vi kognitivt fortolker situasjonen, og vår egen individuelle stressreaksjon. Stress er biologisk naturlig og en del av kroppens normale reaksjoner, eksempelvis for å skape energi (Byrne et.al 2008, Eriksen et.al 2017, s 28). Derimot er en fysiologisk stressreaksjon noe som oppstår når individet står i en potensiell utfordrende eller farlig situasjon. Da starter kroppen å produsere endorfiner og pulsen øker. Det er når individet ikke klarer å løse utfordringen og/eller faren, at vi kan kalle stresset negativt. Mengden av stress er også relevant, fordi for mye stress vil ha en negativ konsekvens.

I denne oppgaven omtales skolestress både som eget tema men også som en del av psykiske helseplager. Skolestress beskrives som en konsekvens av press og forventninger, som har blitt for mye for elevene. De ulike formene for stress beskrives under eget punkt senere i oppgaven.

Foreldrepres omhandler påvirkning, forventninger og press fra foreldre, slik både lærerne, samfunnet og elevene oppfatter det.

Kulturell middelklasse: De som har sosial status og makt, de som vet «best» men ikke har samme gode økonomi som den økonomiske middelklasse. Den økonomiske middelklasse tjener godt men har ikke nødvendigvis den kulturelle kapital.

«Sykeliggjøring» er et ord som går igjen i intervjuene og begrepet kan oppfattes som et sterkt uttrykk. I intervjuene blir begrepet brukt i forbindelse med diagnoser på psykiske helseplager. Jeg bruker begrepet i anførselstegn fordi det ikke oppleves å være et begrep brukt for å vise til reell somatisk sykdom eller en klinisk tilstand.

Flere steder i oppgaven viser jeg til ungdommers psykiske helseplager. Det er viktig å påpeke at de fleste ungdommer i Norge har det bra. Når jeg skriver det slik, vises det til den prosentandelen som har rapportert om psykiske helseplager. Det gjelder således ikke alle ungdomsskoleelever.

Kjønnsidentitet og kjønnsidentitetsproblematikk: I analysen og drøftingskapittelet beskrives kjønnsidentitetsproblematikk. Elever beskrives som at de definerer seg som noe annet enn det

de er født som. Kjønsdysfori er betegnelsen på når biologisk kjønn og kjønnsidentitet ikke samsvarer. Kjønsidentitetsproblematikk er beskrevet som det strevet lærerne oppfatter at elevene har, uten at det er satt en diagnose kjønsdysfori.

## 2 TIDLIGERE FORSKNING

---

I dette kapitlet tar jeg for meg relevant forskning. For å kunne analysere og tolke min studie, har jeg valgt å gå inn i forskningsprosjektet «Stress og press blant unge i dag» (Eriksen et.al 2017). Jeg har trukket ut forskning relatert til skolestress, og foreldrepres knyttet opp mot psykiske helseplager. Jeg vil presentere forskning knyttet opp mot skole, og jeg har valgt å ta med et avsnitt om litteratur knyttet opp mot «sykeliggjøring» av ungdom, og et avsnitt knyttet til kjønnsidentitet.

### 2.1 FORSKNINGSPROSJEKTET: «STRESS OG PRESS BLANT UNGE I DAG»

Helsedirektoratet og Barne- og likestillingsdepartementet er oppdragsgivere for prosjektet: «Stress og press blant unge i dag» Forskningsprosjektet ønsket å studere sammenhengen mellom psykiske helseplager og ungdommenes opplevelser av stress og press. Prosjektet benytter seg av både kvantitative og kvalitative forskningsmetoder. De kvantitative metodene består av analyse av de landsomfattende Ungdata undersøkelsene og Ung i Oslo 2015. De kvalitative undersøkelsene er basert på intervjuer av ungdommer i 10. klasse. Den ferdige rapporten heter: «Stress og press blant ungdom: Erfaringer, årsaker og utbredelse av psykiske helseplager» (Eriksen, Sletten, Bakken og von Soest 2017).

Forskningsrapporten slår fast at norsk ungdom stort sett har det bra. Likevel viser funn i forskningen at det i de siste tiårene er stadig flere ungdom som forteller om psykiske helseplager. Økningen er størst blant jenter, men også gutter strever. «*Er dette et uttrykk for økende stress og press i samfunnet?*» Dette var et av spørsmålene forskergruppen stilte seg (Eriksen et.al 2017).

### 2.1.1 Ungdata undersøkelsene

Ungdata undersøkelsene er landsdekkende undersøkelser, som har vært gjennomført siden 2010. Ungdata undersøkelsene er spørreundersøkelser om hvordan ungdom har det på ulike arenaer i livet.

Spørsmålene som brukes i Ungdata undersøkelsen, vedrørende psykiske helseplager er kvalitetssikret gjennom både norske og internasjonale forskningserfaringer.

Gruppeintervjuer med elever på tiende trinn viser at de i stor grad tolker spørsmålene slik de er ment (Eriksen et.al 2017). Ungdata undersøkelsene bruker et sett med spørsmål, utarbeidet for å fange opp psykiske helseplager kalt Hopkins Symptoms Checklist. Ulempen ved dette spørresettet er at det ikke dekker kliniske kriterier for eksempel med tanke på depresjon. Helseproblemene Ungdata fanger opp, viser mer symptomer på angst og depresjon, som kan være normalt i et kortere eller lengre tidsrom.

Ungdataundersøkelsene viser til hvilke symptomer eller plager de unge strever med.

Funnene viser at for noen har det dreid seg om tristhet, nedstemthet og bekymringer, mange sitter igjen med en følelse av at alt er et slit. En god del har problemer med søvn. Disse plagene kan betegnes som normale og kommer innunder den vanskelige livsfasen ungdomstiden kan være. Noen av disse plagene vil naturlig være forbigående men for andre kan det hemme livskvaliteten og/eller være starten på langvarige helseplager.

Statistikken viser, prosentvis at 22 prosent av jenter på 9. trinn rapporterer om psykiske helseplager, mot sju prosent av guttene (Eriksen et.al 2017). Siden 2010, da Ungdata startet opp med kartlegging av blant annet psykiske helseplager blant ungdom i Norge, har det vært en jevn økning (Eriksen et.al 2017). Fra tidligere er det en kjent risiko (det vises til Ungdata) for psykiske helseproblemer ved dårlig økonomi, mobbing og mistrivsel i skolen. Dette gjelder i dag også, men det ser nå ut til å jevne seg ut og bli mindre utbredt. De «tradisjonelle» risikoene egner seg derfor ikke like godt til forklaring av psykiske helseplager. Forskning viser at norskfødte jenter, de som har vokst opp med mange bøker i hjemmet og jenter på vestkanten, er de som i økende grad rapporterer om psykiske helseplager (Sletten og Bakken 2016). Funn i Ungdata undersøkelsene viser at mange elever opplever skolearbeidet som stressende og jenter i større grad.



Ungdata undersøkelsene har gitt kunnskap om ungdommene som rapporterer om psykiske helseplager. Blant annet strever de også på andre områder, som for eksempel at det er dårlig økonomi i familien. De har gjerne dårlig relasjon til foreldre, har et lite sosialt nettverk og er utsatt for mobbing. Flere av de som strever med psykiske helseplager har også en atferd med risiko for kriminalitet og rus. Flere skulker også skolen (Ungdata 2017).

### 2.1.2 Hvordan påvirker foreldrene norske ungdommers skolestress?

Forskningsrapporten er en del av prosjektet: «Stress og press blant unge i dag». Eriksen, Ingunn M (2021) intervjuet 53 norske ungdommer i alderen 15-17 år om skolestress og foreldrepess. Eriksens utvalg var ungdom i økonomisk og kulturell middelklasse. Hun undersøkte foreldres påvirkning på ungdommers skolestress og hun så på muligheten foreldre har til å dempe prestasjonspresset hos ungdom. Ungdata undersøkelsene, som viste økende grad av psykiske helseplager blant ungdom, og viste at økningen var størst blant middelklassen, gjorde at Eriksen ønsket å finne ut mer om hvordan klasse hang sammen med skolestress og foreldrepess. Eriksen intervjuet ungdommer i den økonomiske og kulturelle middelklassen.

Ungdommene i økonomisk middelklasse knytter egne psykiske helseplager til det store prestasjonspresset og frykten for å feile. Ungdommene i denne gruppen peker på sine foreldres press som årsak. Ungdommene i gruppen kulturell middelklasse peker på seg selv og egne forventninger som årsak. Eriksen hevder foreldrene i begge grupper har høye ambisjoner for barna, men det snakkes om på en annen måte i de ulike gruppene (Eriksen et.al 2021). Kvantitativ forskning viser at det er mange av de samme ungdommene som rapporterer om skolestress, som rapporterer om psykiske helseplager, uten at dette sier noe om årsak og hva som er virkning. Rapporteringen viser at stresset ved skolesituasjonen omhandler prestasjonspress, aldri få fri fra krav og bekymring om fremtid og karriere (Eriksen et.al 2021). Dette bekrefter at foreldres påvirkning og holdninger til skole og deres foreldrestil i stor grad påvirker ungdommers tanker om seg selv, og hvilke verdier som ligger til grunn.

Forskningsprosjektet «Stress og press blant unge i dag» viser at foreldrene i den økonomiske middelklassen benytter seg av atferdspsykologi, der belønning og straff brukes for å oppnå ønsket resultat. Ungdommer fortalte blant annet om straff i form av inndragelse av mobiltelefon, og bøter som betales foreldrene ved dårlige karakterer. Det avdekkes en vesentlig forskjell til den kulturelle middelklasse. Foreldrene i denne gruppen har også krav og forventninger til ungdommen, men de legger til rette, hjelper og støtter slik at barna deres kan oppnå gode resultater (Eriksen et.al 2021).

Stress generelt beskrives i forskningsrapporten «Stress og press blant ungdom. Erfaringer, årsaker og utbredelse av psykiske helseplager», som både krav og utfordringer vi alle møter i hverdagen, og hvordan vi reagerer på disse. I begrepsavklaringen er dette nærmere forklart.

Ungdommene i undersøkelsen forklarer sin definisjon og opplevelse av stress.

Ungdommenes egne opplevelser av stress, trenger ikke være den samme som i forskningslitteraturen. Rapporten tar for seg både definisjonen av stress, type stress og hvordan ungdommene opplever eget stress. Undersøkelsene viser at de fleste ungdommene snakker om stress som et press utenfra som kommer «inn i hodet» og ungdommene starter å presse seg selv. Stress er reaksjonen på denne prosessen. Dette oppstår spesielt når de ikke rekker eller har tid til arbeidsoppgavene sine. Undersøkelsen slår fast at ungdommenes forklaringer stemmer i stor grad med forskningslitteraturen, på beskrivelsen av ytre stimuli, stressreaksjon på press. Ungdommene forteller om egne opplevelser av stress og tre former for ulikt stress er fremtredende. Disse tre er et hverdagslig og vedvarende stress, stress relatert til håpløshet og bekymring. Den siste formen for stress beskrives som det stresset som oppstår raskt i ulike stressende situasjoner.

Det hverdagslige og vedvarende stresset beskrives som at ungdommene opplever at de ikke får hentet seg inn igjen, hele tiden er det nye krav. Ungdommene opplever å ha dårlig tid, de blir ikke ferdig med det de holder på med. Dette stresset kobler ungdommene særlig til skolestress. Stresset omhandler også det daglige viktige for ungdommene, som sosiale relasjoner, trening og mote. Forskningsrapporten beskriver at et slikt type press, handler om alle oppgavene ungdommene skal gjennomføre og prestere i hver dag og at de er for mange.

Stresset som relateres til håpløshet og bekymring snakker ungdommene om som en stor usikkerhet om fremtiden. Dette stresset er langvarig og langsiktig. Håpløsheten knytter ungdommene til sine egne muligheter med tanke på skole og karriere.

Stresset ungdommene beskriver som at raskt oppstår i ulike situasjoner, kan for eksempel være når læreren spør om noe de ikke kan svare på. Det kan være at de gruer seg til konferansetimer eller fremføringer. I forklaringene rundt denne formen for stress er det sprikende fortellinger og forståelser. Gutter svarer annerledes enn jenter. Guttene snakker mer om gruppepress, for eksempel gjøre noe de ikke har lyst til. Jentene svarte mer om personlige bekymringer (Eriksen et.al 2017, s 55).

Forskningsprosjektet «Stress og press blant unge i dag» viser en klar sammenheng mellom psykiske helseplager og skolestress. Selv om sammenhengen er tydelig forteller den ikke noe utdypende om hvordan denne sammenhengen fungerer. Ungdommene som sier de opplever skolestress sier det dreier det seg om prestasjon, aldri få fri fra krav og fremtidsbekymringer knyttet til utdanning og karriere.

## 2.2 FORSKNING KNYTTET OPP MOT SKOLE

Utdanningsdirektoratet (2020) beskriver nye utfordringer knyttet til skolemiljø, fagfornyelse og profesjonen. Våren 2017 vedtok Stortinget et nytt kapittel i 9A opplæringsloven om elevers skolemiljø. Det nye regelverket innførte aktivitetsplikt for skolene, nulltoleranse mot alle former for krenkelser og bedre ivaretagelse av elevens rett til et trygt og godt skolemiljø (Utdanningsdirektoratet 2020).

En forskningsgruppe ved Universitetet i Oslo undersøkte nordisk barndom (Jacobsen 2018, Forskning.no). Forskningsgruppen har skrevet boken «Til alle barns beste?» der de har hatt en omfattende gjennomgang av rammeplaner og offisielle tekster som forklarer eller belyser føringene til politiske holdninger innenfor skole og barnehage. Det blir hevdet at analyse viser en dreining av politikken mot at barna nå er satsningsområdet for Norges fremtid. Norge må i fremtiden leve av kunnskap, og dette må realiseres gjennom barna. Dette vil kunne føre til at barn i dag utsettes for et enormt læringspress (Schanning, Jacobsen 2018, Forskning.no).

Harriet Bjerrum Nilsen (Jacobsen 2018) er professor og et av medlemmene i den samme forskergruppen, som nevnt over. Hun har blant annet studert skolene og hva som skjer i klasserom helt siden 1970-tallet. Hun har fulgt klasser fra 1. klasse til de er ferdig på videregående. I 2016 satte hun seg på nytt i 1. klasse. Hun rapporterer om enorme endringer. Noe av det hun reagerte på var at lærerne brukte mye mer tid på disiplinering for å få rom til for læring. Hun observerte manglende praktiske ferdigheter hos barna, som det å knyte skolisser eller kvesse blyanten. Lærerne måtte bruke mye tid på slike praktiske ting før de kunne sette i gang med læring. Lærerne har også en strammere læringsplan og mål, noe som gir mindre fleksibilitet.

Bjerrum Nilsen hevder at reformen i 1970-årene, der 6 åringene skulle begynne på skolen, og målet var at det beste fra barnehagen og skole skulle smeltes sammen i 1. klasse, ikke er slik som det var tenkt. Hun ser ingen forskjeller i 1 og 2 klasse i dag. Hun opplever at barndom i dag handler om raskt å få barn voksne og produktive (Jacobsen 2018, Forskning.no).

I en undersøkelsen gjort i Storbritannia av Shelemy et.al (Shelemy og Waite 2019, Wøllo og Kugathasan 2022) ble ungdomsskolelærere intervjuet om deres erfaringer med psykisk helse blant elevene. Funnene viste at lærerne opplevde de manglet opplæring og kompetanse, ressurser og hvilken rolle de egentlig hadde rundt ivaretagelsen av elever med psykiske helseplager. Flere av lærerne hadde en følelse av at de mislyktes i å hjelpe elevene (Shelemy og Waite 2019, s.38). Undersøkelsen viste også at lærerne så på psykisk uhelse som en medisinsk utfordring, noe som resulterte i en ikke hensiktsmessig måte å møte elevene på. En annen undersøkelse gjort av Danby og Hamilton (2016), viste at lærerne opplevde de hadde den kompetansen de var i behov av for å hjelpe elevene sine med den psykiske helsen (Danby og Hamilton 2016, Wøllo og Kugathasan 2022, s. 18). Studien avslørte likevel mindre oppmerksomhet rettet mot psykiske helseutfordringer. Lærerne ønsket ikke ta opp eller tematisere elevenes psykiske helseutfordringer fordi de ønsket å beskytte elevene.

### 2.3 «SYKELIGGJØR» VI UNGDOM I DAG?

Å forske på psykiske helseplager blant ungdom, kan resultere i funn som ikke var forventet. I min studie forteller lærerne om erfaringer knyttet til foreldre og samfunn som kan tyde på

en «sykeliggjøring» av ungdommers strev. Omfanget gjorde det vanskelig å forbigå, og litteratur knyttet til dette er derfor vesentlig for oppgaven.

I artikkelen: «4 vrangforestillinger om ungdom og psykisk helse» beskrives det et hysteri rundt psykiske helseplager (Nordtug og Løkke 2018). I artikkelen hevdes det at statistikken viser at forståelsen av psykiske lidelser kan sidestilles med somatisk sykdom. Det betyr at det ungdommene opplever at de sliter med blir omgjort til symptomer og diagnoser. Forfatterne kritiserer Ungdata undersøkelsene fordi det kun er selvrapportering fra ungdom uten et kunnskapsgrunnlag som for eksempel ville vært i klinisk praksis eller teorier om ungdommers naturlige utvikling. Videre kritiserer de hvordan tallene har blitt lagt frem fra Ungdata undersøkelsene. Et eksempel: forekomst av psykiske lidelsesdiagnoser hos jentene fra 15 til 17 år har økt med 40 prosent fra 2011 til 2016. Det dreier seg om en økning fra 5 prosent til 7 prosent, altså 2 prosent. Det utgjør ca. 600 personer for hvert alderstrinn, eller 0.5 jenter pr. skole for 10 klasse. De mener derfor at det ikke kan kalles en markant økning. Forfatterne mener altså at forskerne beskriver økningen av psykiske lidelser som et alvorlig problem er det egentlig bare overdrivelser og det bidrar til at ungdommers naturlige utfordringer blir glemt. Forfatterne mener helt klart at NOVA's undersøkelse rundt stress og press blant ungdom ikke fanger opp gutters psykiske helseplager og overdriver jentenes (Nordtug og Løkke 2018)

En bekreftelse på økt rapportering av psykiske helseplager finnes i omfanget av behandlinger i helsetjenesten (Markussen og Røed 2020). Antallet unge med diagnosekoder for psykiske helseplager har økt, særlig blant jenter. For jenter mellom 15 og 17 år har antallet med diagnosekode økt fra ca. 6prosent til 10prosent mellom 2008 og 2015. For guttene er det lavere, fra 5prosent til 6,5prosent (Folkehelseinstituttet, Markussen og Røed 2020).

## 2.4 KJØNSSIDENTITET

Et av temaene lærerne reflekterer over, var at en del ungdommer strever med kjønnsidentitet. Å skrive om kjønnsidentitet kunne vært en egen masteroppgave, jeg har valgt å begrense meg til noe av forskningen knyttet til kjønnsidentitet og psykisk helse, hentet fra kjønnsinkorugens.no og en artikkel skrevet av psykiater Torunn Landrø.

Kjønnsdysfori er manglende samsvar mellom biologisk kjønn og kjønnsidentitet.

Kjønnsdysfori er en dag en diagnose. Det er usikkert hvor mange i Norge som har denne diagnosen. Siden 2015 har 1200 personer endret juridisk kjønn (Sørli, 2020).

Eivor Oftestad (kirkehistoriker og førsteamanuensis ved Institutt for humanistiske fag ved Høgskolen i Innlandet) spør om økningen i kjønnsdysfori påvirkes av kulturen? (Landrø 2022) Landrø beskriver at kjennetegnene ved de som kaller seg trans, er isolasjon og overdreven bruk av sosiale medier. Dette fører til en rekke psykisk helseplager som angst og depresjon (Landrø 2022).

## 2.5 OPPSUMMERING AV TIDLIGERE FORSKNING

I dette kapittelet har jeg presentert relevant forskning, og litteratur for min studie. Jeg har presentert forskningsprosjektet: «Stress og press blant unge i dag», knyttet opp mot skolestress og foreldrepess. Jeg har presentert forskning knyttet til skole, der satsningsområdene, endringer i skolen og kompetansebehovet blir løftet frem. Spørsmålet om det er en «sykeliggjøring» av ungdom i dagens samfunn belyses. Til slutt i kapittelet tas kritikk knyttet opp mot fokuset på psykisk helse opp. Tidligere forskning som her er presentert, viser ulike synspunkt og fokus på hvorfor ungdom i økende grad rapporterer om psykiske helseplager.

Den tidligere forskningen jeg har valgt å ta med, skal gi et bilde og et grunnlag for denne studien.

## 3 TEORI

---

I denne delen av oppgaven redegjør jeg for det teoretiske rammeverk redegjøres for. For å forstå den moderne verden som ungdommene lever i, vil en del av det teoretiske rammeverket beskrive modernitetsteorier. Både Anthony Giddens og Zygmunt Baumanns

har bidratt til teorier om det moderne samfunn og vil presenteres her. Et annet viktig bidrag i forståelsen av ungdom ligger i sosial-psykologien og psykologisk utvikling. Jeg har valgt å begrense meg til å belyse Eriksons teorier. Oppgavens rammeverk har som formål og funksjon, og både forklare og skaffe ny forståelse av ungdommers opplevelse av stress og press, erfart og reflekter av ungdomsskolelærere. Det teoretiske rammeverket skal vise og legitimere min studie.

### 3.1 MODERNITETSTEORIER

#### **Anthony Giddens**

Anthony Giddens, født 1938, mente på sju0 tallet at det var behov for å revidere de klassiske sosiologene Marx, Weber og Durkheim. I forsøket på å revidere sosiologien, utviklet Giddens to teorier: Strukturasjonsteorien og modernitetsteorien.

Strukturasjonsteorien handler om å endre eller snu på sosiologisk teori, vekk fra epistemologiske og metodiske spørsmål. Strukturasjonsteorien går over skillet mellom objektivisme og subjektivisme. Disse må heller sees sammen, eller i sammenheng slik at de sammen bygger sammenhengen mellom de to retningene aktørorientert og strukturorientert (Aakvaag 2008, s 129-130).

Modernitetsteorien Giddens presenterer, har begreper som senmodernitet og høymodernitet, begrepene forstås som at Giddens ikke nødvendigvis bryter med den klassiske sosiologien, men viderefører og intensiverer prosesser som er en del av det moderne samfunn. Giddens forståelse av det moderne samfunn, samt konsekvensene av det moderne samfunn, bygger på observasjoner og teorier. Teoriene omfatter psykoanalysen, klassisk modernitet og sosiologiske teorier om mikrorelasjoner (Krange og Øia 2005, s 104).

Giddens beskriver særlig tre retninger eller trekk som gjør at det moderne samfunn skiller seg fra det tradisjonelle. Den første er Reflexivity, den andre er Time-Space-Seperation og den tredje er Disembedding mechanics også kalt ekspertsystemer.

Ekspertsystemer beskrives som utvikling av vitenskap, det blir i økende grad nye kunnskapsfelt eller såkalte ekspertsystemer. Dette skaper en endring i det moderne

samfunn. Eksempler på dette kan være hvordan stadig nye og bedre systemer for pengetransaksjoner kommer, hvordan vi kommuniserer, hvordan barnevern, helse og selvutviklingskurs fører til et ekspertisesamfunn hvor folk stadig møter på innflytelsen de ulike ekspertsystemene har. De fleste får raskt tillit og tilpasser seg de ulike systemene, noe Giddens stiller spørsmål ved, fordi han mener sosiale og teknologiske endringer er urovekkende i seg selv.

Separation of time and space, er Giddens beskrivelse av forholdet mellom tid og rom. Giddens hevder at forholdet mellom tid og rom må vurderes i enhver samfunnsteori. Sosiale systemer strekker seg ut i tid og rom og endrer de sosiale systemene. Erfaringene av tid var før knyttet til stedet det skjedde. Tiden ble erfart av oppgaver og hendelser, som for eksempel høytider, årstider og onner. Giddens mener tiden er løsrevet fra rom. Forfatterne Krange og Øia (2005) hevder det motsatte. De mener vi fortsatt er bundet av tid og sted gjennom høytider og hendelser (Krange og Øia 2005, s10sju).

Giddens peker på at i det moderne samfunn må mennesker nå planlegge tiden sin, også innenfor familie og nære relasjoner. Han beskriver at økt fritid burde gjøre det enklere å ha møter med nære relasjoner, i stedet for en økning i planlegging. Empty space, som Giddens kaller dette, handler om tapet av sosiale relasjoner, da reising og flytting ikke begrenser lengre. Giddens teori viser at økt time-space-distiation gjør at det kulturelle på mange måter mister fotfeste. Ungdomskulturen vises til som et eksempel, der musikk og mote kan uttrykkes uten tilhørighet eller kultur, knyttet til sted eller miljøet der ungdommen hører til. (Krange og Øia, 2005 s 10sju).

Giddens bruker betegnelsen refleksivitet for å skille mellom det moderne og det tradisjonelle. Refleksivitet strekker seg både innover og utover. Mennesket reflekterer over omverdenen, over alle muligheter og valg som finnes der ute. Mennesket reflekterer og tar valg. Mennesket er også refleksive innover, de har verktøy som gjør at de reflekterer over seg selv og egne valg/situasjoner. Giddens har en ide om at moderniteten forsterker individiteten, på den måten at det er et enormt landskap av alternativer for selvutvikling og identitetsutvikling. Dette gir frihet til individet, men kan også skape problemer når mennesket feiler eller mislykkes (Krange og Øia 2005, s 109).



Giddens modernitetsteori beskriver flere viktige sider ved samfunnet som ungdom i dag, må forholde seg til. Muligheten for større frihet og selvutvikling kan vise seg å gjøre det vanskeligere for ungdom, som også trenger en tilhørighet. Giddens beskrivelse av empty space fenomenet, egner seg godt for å belyse noen av kravene som ungdommene har med for eksempel planlegging av tiden sin. Også når tid og rom ikke henger sammen, på samme måte som tidligere, og ungdom selv må finne en ramme eller et mønster som gir trygghet, kan dette gi utfordringer for ungdommene.

### **Zygmunt Baumann**

Bauman er en engelsk-polsk sosiolog født i 1925, hans forfatterskap viser til hans hevdelser om at den vestlige verden etter 80-årene, er inne i en ny modernitet. Baumans teorier og mål, var å utvikle en sosiologi om det postmoderne samfunnet (Krange og Øia, 2005, s 111).

Baumans mål var å utvikle en sosiologi som passet det postmoderne samfunnet. Det postmoderne samfunnet preges av autoriteter som står mot hverandre, som kan forklares som at etiske og moralske meninger tilbys som legitimering på ulike handlingsalternativer. Mennesket må velge alternativer uten et dominerende valg eller alternativ, noe som tvinger frem individualisering (Krange og Øia 2005, s 111 og 112). Den postmoderne prosessen, som utvikler seg fra det moderne, deler Baumann opp i «fast» og «flytende» modernitet. Det henvises til boka «Liquid Modernity», der flytende modernitet er et sentralt bilde på dagens samfunn. «Alt» er blitt flytende, ingenting er lenger fast.

Moderniteten betyr at det ikke kjennes til andre former for sosialt liv enn det mennesket skaper selv. Tidligere hadde både religion, natur og sterke institusjoner innvirkning på det sosiale livet, slik er det ikke lenger. I det tradisjonelle samfunnet hadde folk en gitt oppgave eller en gitt plass i miljøet, i det moderne samfunnet er ingenting gitt og folk må finne sitt eget prosjekt. Denne prosessen kan ikke bringes til et mål eller en ende. Bauman hevder at på grunn av dette blir den moderne virkelighet ustabil (Krange og Øia 2005, s 114). Den «faste» moderniteten var det Bauman kalte sterke institusjoner, før det gikk over til flytende modernitet. I den faste moderniteten var rammene rundt, lokal makt, fagforeninger og industrikapitalismen som eksempel. Den faste moderniteten er Baumans beskrivelse av industrisamfunnet og er en viktig brikke i forståelsen av den videre utviklingen til flytende

modernitet. Bauman hevder den faste moderniteten var et prosjekt for å rydde og stabilisere samfunnet. Bauman ser på prosjektet som mislykket. Jo fastere sosial orden, jo mer stritter folk imot. Den faste moderniteten regenereres til et mer desentralisert, destabilisert og uforutsigbart samfunn (Aakvaag 2008, s 2sju9). Bauman har i sine bøker tatt for seg både familie, arbeidsliv, politikk, vitenskap, moral og religion, og vist til hvordan fast modernitet erstattes av flytende modernitet. Bauman fremstår med en moralsk indignasjon, mener Aakvaag (2008), på hvor vanskelig det har blitt når individet styres av prinsippet: «maksimal nytelse og øyeblikkelig glemsel» (Aakvaag 2008, s 2sju9). Bauman har en teori om at overgangen fra fast til flytende modernitet også innebærer en overgang fra produksjon til konsum. Dette gjelder spesielt for den individuelle identitetsdannelsen, sosial integrasjon og systemisk reproduksjon. Jeg finner identitetsspørsmålet særlig interessant i min undersøkelse om ungdoms psykiske helseplager. Jeg vil idet videre ta for meg Erikssons identitetsdannelsen i ungdomstiden, og det er et kjent fenomen at ungdomstiden er den perioden i livet hvor du skal finne fotfeste og finne ut hvem de er.

For Baumann mister både klasse, nasjon og kjønn mening og tyngde for identitetsskaping i den flytende moderniteten. Han kaller det et identitetstomrom. Dette tomrommet fylles i dag av marked og konsum. Kontra det tradisjonelle industrisamfunnet, privatiseres identitetsprosessen. For å vise hvem du er, må ungdom på eget initiativ og ved egne valg, velge varer og tjenester som skal definere de (Aakvaag 2008, s 280).

Alle samfunn har den utfordringen at de ønsker og jobber for at menneskene i samfunnet skal være lojale og fornøyde med systemet. Institusjoner og praksiser vil ikke overleve uten. Menneskene må integreres og passe inn i samfunnet. I industrisamfunnet skjedde dette i stor grad med tvang og sterk kontroll. I den flytende moderniteten løses utfordringene ved å tilby menneskene frihet, valgmuligheter og gode opplevelser. Det skal være lystbetont å utføre samfunnets forventninger (Aakvaag 2008, s 282).

Bauman, i likhet med Giddens, tegner et verdenbilde der sammenhengen mellom tid og rom gjøres flytende. Rom betegnes som mindre viktig enn før. Noe av motsetningen mellom Bauman og Giddens er når Giddens forutsetter at menneskets handlingsmuligheter i tillegg gir dybde og refleksive handlinger, mens Bauman sier folk er ofre for tilfeldigheter og impulser, samt at faste holdepunkter mangler (Krange og Øia, 2005, s 119).

Både Giddens og Baumann beskriver et moderne samfunn som på mange måter har mistet sine faste holdepunkter. Giddens og Baumann sine teorier høster også kritikk. Kritikken eller skepsisen begrunnes på særlig to måter, forklarer Aakvaag (2008). Den ene er mangelen på empiri. Samtidsdiagnosene har i liten grad egne empiriske undersøkelser, det brukes studier som allerede foreligger, noe som kan vitne om selektiv bruk av data. Den andre måten kritikken retter seg mot er ta samtidsdiagnosene er for abstrakte og generaliserte. For mange fenomener puttes inn i begrepene og gjør de unyanserte (Aakvaag 2008, s 285).

## 3.2 SOSIAL OG PSYKOLOGISK UTVIKLING

I denne delen av teorikapittelet tar jeg for meg sosial og psykologisk utvikling hos ungdom. For å skrive om årsaker til psykiske helseplager hos ungdom, er den sosiale og psykologiske utviklingen viktig og essensiell. Hvordan samfunnet skal forstå og handle/forebygge psykisk uhelse blant ungdom, fordrer nødvendigvis en grunnleggende forståelse av det normative, biologiske, sosiale og psykologiske. Erikson (68, Krange og Øia 2005, s 54) står for den psykologiske, klassiske forståelsen av identitetsbegrepet. Erikson deler opp menneskets psykologiske utvikling i ulike faser (Psykologi, Cappelen-Dam 2018). For å forstå Eriksons teori om ungdommers utviklingsfase, er det vesentlig å være innom de ulike fasenes mål og milepæler. Dette vil gi en bredere og mer omfattende forståelse av ungdommenes utviklingsfase. Erikson var opptatt av hvordan vi som mennesker utvikler oss fra fødsel til død. Han deler utviklingen inn i fem faser. I hver av fasene finnes et grunnleggende problem eller problemstilling, som vil ha betydning for utvikling av identitet og hvordan individet forstår seg selv. Erikson hevdet at valgene individet står ovenfor og hva vi velger, enten vil styrke oss eller svekke oss. Resultatet vil være avgjørende for den videre utviklingen.

I den aller første fasen, fra fødsel til 18 måneders alder, handler det om utviklingen av tillit eller mistillit. Tryggheten babyen utvikler til omsorgsgiveren vil prege den videre utviklingen. Også som voksen. Et barn som ikke utvikler en tilfredsstillende trygghet, vil senere, både i ungdomstiden og som voksen, kunne utvikle teknikker og atferd som forsøker å dekke over usikkerheten og utryggheten.

I den neste fasen som er fra ca. 18 mnd. til tre år, utvikles enten grunnleggende selvstendighet eller skam og tvil. Barnet blir mer bevisst seg selv, og mer oppmerksom på mennesker rundt seg. Barn begynner å leke mer med hverandre. Barnet kan sies å være i en pre sosial fase, egosentrisk men med glede av å leke med andre barn. Barnet kommer gjerne i trassalderen, fordi det vil hevde egne ønsker og føler nederlag og skam ved å ikke innfri omsorgspersonens forventninger. Barn i denne alderen har behov av grenser. Barnet lærer også mye om regler rundt relasjonene.

Den tredje fasen er fra tre til seks år, og barnet utvikler initiativ eller skyldfølelse. Barnet har mye energi, og mange flere sosiale møtepunkter. Det blir opptatt av kjønn og andre forskjeller. Barnet kan reagere negativt på normer og regler på rett og galt. Mange barn strever følelsesmessig i denne alderen. De starter så smått å frigjøre seg fra omsorgspersonene. De kan eksempelvis nekte å gjøre det de ellers ville gjort. Barnet er i ekstra behov for grenser og trygge rammer.

Den fjerde fasen fra seks til tolv år omhandler arbeidsiver eller underlegenhet. Barnet sammenligner seg mer med andre, på godt og vondt. Barnet lærer seg å se ting fra ulike vinkler og perspektiver. Barnet kan oppleve regler og normer som mer hensiktsmessig og viktige.

Den femte fasen er ungdomstiden, der identitet eller rollekonflikt utvikles. Når ungdom ikke lengre identifiserer seg gjennom omsorgspersonene og ungdommen skal finne seg selv og sin plass i det sosiale samfunnet kan en potensiell krise oppstå (Krange og Øia 55). Erikson stilte en diagnose på ungdommers lidelse. Han kalte det en tilstand av forvirring og identitetskrise. Han mente dette var en form for patologisk tilstand som krevde behandling. Han hevdet at behandlingen skulle være av mild karakter, fordi lidelsen var knyttet til en normal personlighetsutvikling i ungdomstiden. En motsetning kan være et kontinuitetsperspektiv, der mennesket gradvis utvikler seg gjennom økt sosial deltakelse og økt forståelse av seg selv. Erikson forklarer at det er større sjanse for store utfordringer i ungdomsårene, fordi ungdom endres og utvikles i raskt tempo, både biologisk, sosialt og kulturelt. Biologisk endres kroppen til mer voksen gjennom puberteten. Sosialt og kulturelt må ungdommene ta større og større valg og forventningene til dem høynes og endres (Tetzchner 2001, Krange og Øia 2005, s 55-56).

Grunnen til en potensiell krise i ungdomstiden forklarer Erikson med biologisk, sosial og kulturell forståelse. Ungdom opplever å bli eldre, med større krav og forventninger både fra omsorgspersoner og samfunnet. Ungdom må ta valg, flere av de kanskje livsendrende. Dette kan være tyngende, og ungdommen makter kanskje ikke å stå i dette. Ungdommene skal finne ut hvem de er, som et svar på forventningene og kravene de blir stilt overfor. Erikson beskriver slik sett to ulike nivå; det indre individuelle og det ytre i samfunnet/miljøet. Det kan være motsetningsfylt, den individuelle friheten, og kollektivt samhold og tilknytning. Erikson forklarer løsningen på dette med at det sosiale og kulturelle miljøet avgjør dannelsen av identiteten men identiteten er også responsen på andres forventninger og vurderinger (Krange og Øia 2005, s 5sju).

Eriksons teorier har, som alle utviklingspsykologiske teorier, fått kritikk. Blant annet er Erikson blitt kritisert for sitt syn på miljøets betydning. Det hevdes at Erikson ikke tiller miljøets betydning i stor nok grad. Noen hevder også at teorien til Erikson ikke passer alle, fordi for eksempel selvstendighetsbehovet ikke regnes som like viktig eller stort i alle kulturer eller samfunn.

### 3.3 SAMMENDRAG AV DET TEORETISKE RAMMEVERKET

I teoridelen har jeg beskrevet og belyst teorier om det moderne samfunnets ståsted og utvikling, samt et psykologisk perspektiv av ungdomstiden. Ungdommer i dag har de samme utfordringene og belastninger som ungdom har hatt gjennom hundrevis av år, men samtidig preges de av et unikt sosiokulturelt samfunn; dagens samfunn (Heraldstveit et.al 2020).

Norsk helseinformatikk (2019) viser til at syttifem prosent av de med psykiske lidelser fikk psykiske helseplager før de fylte tjuefem år. Den hyppigste årsaken til dødsfall blant unge er selvmord, dermed er det ikke uvesentlig å ta ungdommers psykiske helseplager på alvor. Som i Eriksons teori om ungdoms utvikling, beskrives også her ungdomstiden som en fase i livet der ungdommene finner sin identitet og sine ressurser. Måten de har sett på seg selv og verden skal reforhandles. Verdensbildet endrer seg, gir muligheter men også en følelse av kaos og usikkerhet. For 2500 år siden skal filosofen Sokrates ha sagt: «*Ungdommen nå for*

*tiden foretrekker luksus, har dårlige manerer, forneker autoritet, har ingen respekt for eldre mennesker, prater når de egentlig burde arbeide, motarbeider foreldrene sine og tyranniserer sine lærere.» (Heraldstveit et al. 2020, s 17).*

Dette er sammenfallende med blant annet Eriksons teori om ungdommers utviklingsfase, med rollekonflikter. Det kan være en balansegang, for eksempel ved å tørre å være den tøffe i vennegjengen og samtidig være den snille storebroren. Biologisk skjer det store endringer hos ungdom. Nerveceller byttes ut i raskt tempo ettersom hjernen brukes i større grad. Hjernen stimuleres til å lete etter sosiale relasjoner med de på samme alder, hjernen søker etter belønning, som resulterer i nye impulser. Hjernen skaper økte følelser og kreativitet (Heraldstveit et al. 2020, s 18). Det er overgangen fra trygg barndom til et voksenliv der de skal stå på egne ben.

Vårt moderne sosiokulturelle samfunn har stor innvirkning på ungdomstiden. Vi har sosiale medier, med sin enorme påvirkning, både på kroppsidealet, vellykkethet og forbruk. Dagens samfunn er også et ekspertisesamfunn, med fokus på psykiske helseplager. *«Dette bidrar til å utfordre skillet mellom hva som er normalt og hva som er klinisk» (Heraldstveit et. al 2020, s 20).*

I dette kapitlet har jeg tatt for meg modernitetsteorier og psykologisk utvikling. Jeg har brukt teorien til Giddens og Baumann for å ramme inn forståelsen av dagens moderne samfunn, hvordan samfunnet er bygd opp av et ekspertise samfunn der ulike institusjoner hevder de har rett kunnskap for et gitt problem, og hvordan samfunnet er «flytende» og mangler noen faste trygge rammer som ungdom kan utfolde seg innenfor men som samtidig gi trygghet. Jeg har belyst Eriksons teorier om en naturlig utvikling hos ungdom, noe som må ligge til grunn for forståelse av ungdom generelt. Ulike rapporter og tidligere forskning er supplert med i kapitlet for å vise til den komplekse sammenhengen mellom normal utvikling hos ungdom og det å vokse opp i et postmoderne samfunn.

## 4 METODE

---

Kapittelet om metode har som hensikt å vise valg av metode og mine prosedyrer gjennom studien. Jeg skal vise hvordan datamaterialet er gjennomgått med kritisk analyse og refleksjon. Da jeg bestemte meg for å skrive om ungdommers psykiske helseplager, skolestress og foreldrepress, måtte jeg ta en rekke valg. Kapittelet viser valg av forskningsdesign, vitenskapsteoretisk forankring, presentasjon av informantene, intervjuene, kategoriseringsprosessen, analysen og undersøkelsens validitet og reliabilitet. Til slutt i kapittelet tar jeg for meg oppgavens etiske fundament og etiske refleksjoner.

### 4.1 VALG AV METODE

Å velge metode handler om å skaffe seg et verktøy som skal passe til studien som skal gjennomføres. Metoden bidrar til begrunnelsene for valgene. Metoden er utgangspunktet for forskningsdesignet. Et forskningsdesign skal være eksplorerende. Designet skal bidra til både utforskning, identifisering, beskrivelse av sammenhenger og mekanismer, og det skal gjøre det mulig å snakke om ting på en ny måte eller skape en fyldigere forståelse (Wærdal 2021).

#### 4.1.1 Kvalitativ metode

Kvalitativ metode har ulike faser, som vil preges av en kvalitativ tankegang. Fasene kan eksempelvis være fra undring, til presisering til operasjonalisering. De ulike fasene av forskningsprosessen henger sammen og gir en helhet (Holter 2002). Forforståelsen av det som skal forskes på bygger gjerne på egne erfaringer, teoretiske tankeganger og kvantitative data. Min forforståelse redegjør jeg for i innledningskapittelet, hvor jeg gjør rede for valg av tema. Ved at jeg bruker kvalitativ forskning som metode, er det mer plass til egne erfaringer og interesser.

Valget av forskningsfelt, i dette tilfellet psykiske helseplager hos ungdom med særlig fokus på foreldrepress og skolestress, kom som et resultat av interesse, men jeg beveger meg ut av min komfortsone. I mitt daglige arbeid har jeg et annet perspektiv og en annen rolle. Ved å

velge informanter fra ungdomsskolen, er dette med på å sikre ett nytt perspektiv til min forståelse.

#### 4.1.2 Gruppeintervju

Gruppeintervju som kvalitativ forskningsmetode handler om å få en gruppe mennesker sammen som diskuterer et tema, sammen med forskeren. Tradisjonen rundt (fokus) gruppeintervju er at den har hatt en anvendelse på markeds og evalueringsforskning. Gruppeintervju har også blitt brukt innen psykoterapi og er således ingen ny oppfinnelse innen samfunnsforskning (Brandth 1996). Hensikten med denne typen kvalitativ forskning, kan være økt kunnskap, eksplorering eller intervensjon (Steyart og Bouwen 94, Brandth 96). Teori og metode henger sammen ved at de defineres av og ved hverandre (Nygaard 95, Brandth 96). Forskeren velger metode ut ifra kunnskap, antagelser og paradigmer en støtter seg til. I mitt tilfelle støtter jeg meg på forskningen til Ungdata, Helsedirektoratets rapport og forskningsprosjektet «Stress og press blant unge i dag». Jeg ønsket å se dette i et annet perspektiv enn ungdommens og ønsket å belyse skolestress, foreldrepess knyttet til psykiske helseplager hos unge, sett fra læreres side. Gruppeintervju er godt egnet til å belyse sosiale konstruksjoner (Brandt 1996). Man kan tenke seg at ungdommenes sosiale konstruksjoner vil påvirke hvordan de oppfatter og rapporterer om psykiske helseplager. Jeg ønsket å finne ut hvordan lærere, i en annen sosial konstruksjon forstår og belyser temaet.

#### 4.1.3 Fokusgruppe intervju

Fokusgruppeintervju er en variant av utforskende kvalitativ forskningsintervju. Det utarter seg samskapte beretninger med utgangspunkt i levd liv, og jobberfaringer. Fokusgruppeintervju er praksisforankret og en sosiokulturell teoritradisjon.

Fokusgruppeintervju er egnet for å få frem kollektiv meningsskapning, felles normer og verdier. Samtalen skal drives frem av gruppens dynamikk og modereres av forskeren. Det er et mål å få frem meninger og meningsforskjeller. Fordeler ved fokusgruppeintervjuer er at deltakerne kan stimulere hverandre, bidra til større åpenhet, forskeren blir mindre synlig og påvirker i mindre grad. Noen av ulempene ved fokusgruppeintervju kan være at en av deltakerne er mer dominerende enn en annen (Wærdal 2022).



På bakgrunn av dette valgte jeg fokusgruppeintervju som metode, for å få svar på min problemstilling: *Psykiske helseplager hos ungdom, hvilke erfaringer og refleksjoner har ungdomsskolelærere om foreldrepres og skolestress?*

I mitt prosjekt ble det gjennomført fokusgruppeintervjuer fra to ulike miljøer, for å få frem ulikheter i samfunnet. Det skal være deltakere fra samme arbeidsplass for å belyse ulike oppfatninger av samme miljø. Fordelene ved fokusgruppeintervju i mitt prosjekt er blant annet at det ikke handler om å finne en fasit, men at informantene kan drøfte ulike syn på temaet. Det er beskrevet over at årsaker og virkning til en økt rapportering av psykiske helseplager, kan være mange og komplekse, målet med undersøkelsen er ikke å finne fasiten, men å belyse andre perspektiver og forståelser av temaet og problemstillingen. Bakdelene ved fokusgruppeintervju kan være at diskusjonen blir livlig og at informantene belyser andre temaer enn det er spurt om.

## 4.2 UTVALG OG PRESENTASJON AV INFORMANTENE

I denne studien er det sju informanter, hvor av to er menn og fem er kvinner (Skole 1: to menn og to kvinner, skole 2: tre kvinner) Informantene jobber på ulike ungdomsskoler, i ulike bydeler, i en mellomstor by. Jeg erfarte at mange lærere ønsket å være med i studien, men det var store utfordringer med tid og kapasitet.

Jeg ønsket i utgangspunktet en lik fordeling mellom menn og kvinner, men dette lot seg ikke gjøre. Jeg ønsket ulik alder på informantene, og det var viktig for meg at noen hadde jobbet i ungdomsskole i over ti år. Dette gikk fint, fire av informantene har jobbet i ungdomsskolen i mer enn ti år og tre av informantene har jobbet i ungdomsskolen i mellom to og ti år. For at informantene kunne svare på spørsmål om det har vært en reell økning i psykiske helseplager blant ungdom, var det av betydning at noen hadde noen års erfaring fra ungdomsskolen. En av informantene var forholdsvis nyutdannet og hadde jobbet i ungdomsskolen bare et par år, men til gjengjeld husket hun godt egen tid fra ungdomsskolen. Utvalget har en viss skjevhet grunnet ulik erfaring.

Det første intervjuet ble gjennomført på informantenes skole til fastsatt tid. Tid og sted påvirker besvarelsene, og det at lærerne var i sitt trygge miljø førte antagelig til trygge rammer for informantene. Intervjuet ble gjennomført på et arbeidsrom, der det var stille og uten forstyrrelser. Intervju to ble også gjennomført ved informantenes skole. Den ene informanten måtte melde avbud grunnet oppfølging av egne barn, men ble med på telefon. Dette gjorde intervjuet mer usammenhengende enn det første, fordi alle informantene ikke kunne se hverandre. Informanten på telefon gikk etter hvert i et stille rom, og dynamikken ble da bedre.

Alle informantene hadde mottatt informasjonsskriv og samtykkeskjema god tid i forveien for intervjuene. Jeg hadde snakket med to av informantene på telefon og informert om studien. Jeg brukte litt tid før intervjuet, på å snakke med informantene om generelle ting, dette for å skape en god stemningen og for å trygge informantene. Min erfaring var at dette fungerte bedre i første intervju enn i andre intervju. Jeg opplevde engasjement hos alle informantene.

Under intervjuene brukte jeg intervjuguiden som utgangspunkt og intervjuene ble tatt opp med analog lydopptaker. Flere ganger i løpet av intervjuene, hadde jeg korte oppsummeringer for å forsikre meg om at jeg hadde forstått hva de sa. Spørsmålene stilles for å finne ut og kartlegge hvordan dette sees og oppleves ved deres skole. Lærerne fikk en tilleggskommentar fra meg, om at hvis de ikke opplevde dette ved deres skole, om de kunne si noe om temaet generelt. Dette gjorde jeg for å trygge lærerne på at de ikke måtte «finne» tilfeller å snakke om, og at spørsmålet nødvendigvis ikke var låst til deres skole. Lærerne kunne, hvis de ikke opplevde en økt tendens til psykiske helseplager blant sine elever, lete etter svar. Alle sju informanter forteller at de bevitner, og opplever at psykiske helseplager blant elevene har økt. Alle informanter er anonymisert i analysen.

### 4.3 ANALYSEPROSESSEN

Det kvalitative materialet kan bestå av ulike ting, som for eksempel dagbøker eller samtaleopptak. I mitt tilfelle er det brukt samtaleopptak, som i etterkant ble transkriberte.

På denne måten fikk jeg struktur og oversikt over intervjuene. Transkribering er en form for oversettelse.

Når samtalene er transkriberte, er det tre mulige måter å ordne materialet på.

Kategoribasert analyse, diskursanalyse og narrativ analyse (Holter 2002, s 16). Jeg valgte å bruke kategoribasert analyse. Kategoribasert analyse er mest vanlig og blir oftest benyttet i samfunnsforskning (Holter 2002, s 15). Å kategorisere innebærer å finne frem viktige forhold, som går igjen eller står i sammenheng med hverandre og er viktige når det gjelder den teorien som er anvendt. I denne oppgaven har jeg kategorisert innholdet og brukt gjentakende mønstre og utspill som kan belyse teorien og utspill som belyser problemstillingen. Jeg erfarte at noe går tapt, som kroppsspråk og stemning. Det var vanskelig å gjengi dette konkret. Jeg synes transkriberingen likevel var veldig viktig materiale for å analysere funnene mine.

#### 4.4 KATEGORISERING

I denne delen av oppgaven gjør jeg rede for hvordan jeg har kategorisert de transkriberte intervjuene. Hovedspørsmålet mitt i denne undersøkelsen var på bakgrunn av UngData undersøkelsen som viser til økt rapportering av psykiske helseplager blant ungdom. Er dette noe informantene ser og opplever på sin skole, og isåfall hvordan kommer dette til uttrykk. Lærerne tematiserte skolestress og foreldrepess. Jeg gikk nøye igjennom intervjuene og markerte alle utsagn som svarte på spørsmålene, på det som var forskjellene og det som utpekte seg som et mønster. Et eksempel på dette er når lærerne ved flere anledninger gjentok at de opplever at foreldre «dyrker» deres eget barn og behandler dem som prinser og prinsesser. Lærerne forklarer at foreldre ønsker at skolen skal tilpasse seg eleven og ikke motsatt. Et annet eksempel var at lærerne flere ganger var innom erfaringer med sykeliggjøring av ungdom, både fra foreldre men også fra samfunnet. Etter hvert var det et mønster som trådte frem, og i analysedelen av oppgaven presenteres tre hovedfunn med underkategorier.

## 4.5 VALIDITET

I kvalitativ metode skal validitet være gjennomgående i hele prosessen (Kvale og Brinkmann 2015, Maxwell 2005). For å få god validitet må spørsmålet om jeg tar feil være med i hele prosessen. Validiteten til studien omhandler også utvalget av informanter (Thagaard 2013, Masterutkast). Validitet i kvalitative studier omhandler gyldigheten av undersøkelsen. Dette baseres blant annet på om metoden passer til det som det skal forskes på. Maxwell (2013, s214) påpeker at det er to faktorer som særlig kan true validiteten i en kvalitativ undersøkelse. Den første er hvis valget av data passer forskerens teori eller forforståelse. Den andre er når valg av data allerede er kjent for forskeren.

Validitet kommer i forskjellige former, blant annet begrepsvaliditet. Begrepsvaliditet er relevant for denne undersøkelsen, fordi begrepet «psykiske helseplager» kan forstås på ulike måter. Jeg som forsker, gjorde informantene kjent med at det var Ungdata sine spørreundersøkelser og definisjoner som lå til grunn. Underveis i gruppeintervjuet, dreier samtalen seg om «de med mye greier», de som krever tilrettelegging, de som ikke tilpasser seg og de som snakker mye og høyt om «det psykiske», som for eksempel: «Jeg angsta skikkelig».

Lærerne skulle få snakke fritt om sine erfaringer og refleksjoner. Dersom jeg som intervjuer hadde vært mer nyansert og strukturert, ville jeg fått andre svar? Det er vanskelig å vite, men det at lærerne fritt kunne fortelle om sine opplevelser gjorde kanskje ikke begrepsvaliditeten av psykiske helseplager bedre, men jeg tror jeg fikk ærlige svar på en oppfatning av et helhetsbilde av hvordan lærere opplever foreldrepres og psykiske helseplager på ungdomsskolen.

Ulike metoder kunne vært brukt for å skaffe kunnskap om ungdomsskolelæreres erfaring om ungdoms psykiske helseplager og foreldrepres. Ved å bruke fokusgruppeintervju fikk jeg frem innholdsrike beskrivelser, engasjement hos lærerne, diskusjoner og suppleringer. Ved å ha brukt kvantitativ undersøkelse ville dette gå tapt. Undersøkelsen har gitt et innblikk i læreres vurderinger og erfaringer. Med tanke på resultatene i UngData undersøkelsen og denne undersøkelsen er det sammenfallende med utfordringen disse skolene har og funn i Ungdata undersøkelsen.

## 4.6 RELIABILITET

Reliabilitet handler om hvordan materialet er blitt brukt, hvordan materialet er anskaffet, bearbeidet for å gjøre studien pålitelig (Johannesen 2016). Mine intervjuer er situasjonsbetinget og ville sett annerledes ut et annet år, og med andre informanter. Å etterprøve denne studien blir derfor vanskelig. Som Repstad (2009) påpeker, er intervjuene preget av den enkelte informants personlige erfaringer, sosiale og materielle strukturer, samt rammevilkår vil miste sin rolle. Materialets troverdighet styrkes ved at spørsmålene er åpne (Kvale og Brinkmann 2015), men det er en fare for at informasjonen om tidligere forskning, som ligger til grunn for undersøkelsen, fører til at informantene leter etter tilfeller av psykiske helseplager for at forskningen er overens med hverandre. Det er jeg som tolker informantens svar, tolkningen blir derfor farget av min kunnskap. Dette kan svekke påliteligheten ved oppgavens tolkning. Ved å være åpen og kritisk rundt dette, mener jeg at påliteligheten av studien styrkes.

## 4.7 ETIKK

I alle forskningsprosjekt, undersøkelser og intervjuer, vil etikk og moral reise spørsmål underveis. Etske retningslinjer må ligge til grunn i all samfunnsforskning (Kvale og Brinkmann 2009, s 9). Prosjektet ble innmeldt og godkjent av NSD.

Kvale og Brinkmann (2009) beskriver intervjuundersøkelser som en moralsk undersøkelse. I selve intervjuet vil det være et samspill mellom alle som er til stedet. Samspillet vil påvirke hver enkelt deltaker og også meg som forsker. Samspillet vil kunne produsere kunnskap og vil kunne påvirke de ulikes syn og oppfatninger. En intervjuforskning som min vil derfor reise etiske og moralske spørsmål.

Min integritet er viktig for valg og avgjørelser som blir tatt i kvalitativ forskning. Jeg kjente til to av informantene, noe som kan ha påvirket nøytraliteten. Informantene ble kjent med at jeg jobber i barneverntjenesten, og dette kan ha påvirket informantens for forståelse. Jeg

snakket med informantene om at denne studien ikke handler om barnevern, men om deres erfaringer og refleksjoner knyttet til temaet.

I analysen og presentasjonen av funnene har jeg vært nøye med at ingen av informantene eller elever kan gjenkjennes.

Min undersøkelse har som mål å få en større og forhåpentligvis viktig kunnskap om skolestress og foreldrepresstress knyttet opp mot ungdommers psykiske helseplager. Mine interesser omkring temaet handler om økt kunnskap som deretter gir muligheter for hjelp og forebyggende arbeid. På denne måten anser jeg forskningen som i samfunnets interesse.

## 5 ANALYSE OG FUNN

---

I dette kapittelet presenterer jeg funnene mine, knyttet til problemstillingen. Funnene understøttes med sitater fra informantene, mine tolkninger og relevant teori.

I analysefasen skal det søkes svar, erfaring og refleksjon rundt problemstillingen. Etter å ha kategorisert datamaterialet, og strukturert svarene, delte jeg hovedfunnene inn i tre temaer.

Jeg velger først å ta for meg temaet som omhandler lærernes erfaringer og refleksjoner knyttet til press og forventninger fra foreldre og samfunnet. Press og forventninger kan føre til stress og psykiske helseplager og det blir naturlig å presentere funn knyttet til press og forventninger først. Jeg presenterer underkategoriene utdanning og vellykkethet, og «det unike individet» i denne delen.

Stress regnes blant annet som en konsekvens av press og forventninger, og som en psykisk helseplage. Funn knyttet til stress presenteres i siste del, knyttet til temaet press og forventninger.

Det andre temaet jeg tar for meg er den økte rapporteringen av psykiske helseplager blant ungdom. Er dette noe lærerne ser eller opplever ved sin skole? Og hvis de opplever dette, kan de si noe om på hvilken måte psykiske helseplager eventuelt kommer til uttrykk? Fokuset på psykisk helse og ulike former for uttrykk presenteres her.

Sosiale medier har stor innvirkning på ungdommers liv. I denne undersøkelsen viser sosiale medier seg å være en del av funnene i alle tre temaene som presenteres. Jeg velger å presentere funn knyttet til sosiale medier under dette temaet.

Det tredje temaet i denne undersøkelsen, ble et uventet tema for meg. Flere ganger i intervjuene uttaler lærerne en bekymring knyttet til om ungdom i dag «sykeliggjøres». Lærerne snakket om en tendens til «sykeliggjøring» av ungdommer, blant annet handler det om foreldres ønske om en diagnose på sitt barn. Tendensen som lærerne snakker om kan forstås som et uttrykk for, eller konsekvens av, psykiske helseplager. Dette tar jeg for meg i slutten av kapitlet, i et eget underkapittel.

## 5.1 FORELDREPRESS OG FORVENTNINGER FRA SAMFUNNET

I denne delene av kapitlet tar jeg for meg funn knyttet til foreldrepess, og forventninger fra samfunnet. Press og forventninger kan, slik jeg tolker det, ha en hårfin balanse. En forventning kan raskt endres til å oppleves som et press. Det vil være individuelle forskjeller på hvordan ungdommene opplever dette. Mitt mål og ønske var å undersøke lærernes erfaringer med foreldrepess, men underveis i forskningen ble det vanskelig å skille de ulike formene for press og/eller forventningene fra hverandre. Slik jeg tolker funnene er både foreldre og elever utsatt for forventninger og press fra samfunnet, slik at det ene ikke utelukker det andre.

Flere av informantene forteller at kravene til skolen øker. De skal tilrettelegge for hver og en av elevene, på en annen måte enn tidligere. Skolen skal ta ansvar for psykisk helse og livsmestring. Lærerne, slik jeg tolker de, opplever et press og en forventning fra både miljøet, samfunnet og foreldrene på at de skal tilrettelegge for deres barn. Lærerne ønsker mer kompetanse og retningslinjer for sitt arbeid, fordi mye er endret bare de siste årene.

Sosiale medier vil ha innvirkning og innflytelse på opplevelsen av forventninger og press, jeg vil derfor beskrive funn angående hvordan sosiale medier skaper press og forventninger til ungdommene.

### 5.1.1 Utdannelse og vellykkethet

Et gjentakende mønster informantene forteller om, er et press utenfra som omhandler viktigheten av høy og «riktig» utdanning. Utdannelse og arbeide skal gi status. Mer tradisjonelle yrker som bilmekaniker og butikkansatt er ikke godt nok lenger. På regjeringens nettsider finner man målene for utdanning. Kunnskapsdepartementet har ansvar for god utdanning for alle. Norge har som mål å ha et bærekraftig samfunn, der forskning og høyere utdanning står sentralt (Regjeringen.no 2022).

*Anne: «Det er et press utenfra....også fra foreldre, du skal være flinkest.....og du skal ha en master»*

*Liv: «Jeg syntes å se at foreldregenerasjonen har forandret seg....Det er en slags fremdyrking av positivitet for sitt eget barn, i mindre grad se en helhet»*

Anne mener det er et krav til utdanning og jobb, krav om å være best. Liv føler at foreldre og hjelpeapparatet stiller høye krav til skolen. Fra foreldrenes side, så ønsker de tilpasning til sitt barn for gode karakterer og mestring.

Jon supplerer med at foreldrene betaler barna sine 500 kr for karakteren 5. Per mener skolen tilrettelegger for mye, elevene vil for eksempel ikke holde foredrag for mer enn en. Tilrettelegging er et tema som gjentar seg fra flere av informantene. Kravet om tilrettelegging kommer fra både hjelpeinstanser og foreldre. Som Per nevner, handler det som oftest om å prestere foran andre.

Presset både fra samfunnet og foreldrene om å ha høy utdanning, være fremgangsrik og få en god jobb, kommer tydelig frem i intervjuene. Jon sier det er mye fokus på penger og vellykkethet, må ha masse penger, rikdom og berømmelse. Liv sier hun er enig i dette og sier ungdommene kobler lykke og penger.

Lotte opplever at før var det om å gjøre å passe inn i samfunnet, nå er det mer ego, at ungdommene tenker mer på seg selv og sin verden. Lotte fortsetter med at det var klarere forventninger i samfunnet før, nå er forventningene at du skal finne dette ut selv. Lærerne mener de ser en endring i samfunnet fra et mer tradisjonelt samfunn til et samfunn preget



av individualisme. Dette kan sees i lys av modernitetsteori, der samfunnet har gått fra fast modernitet til flytende modernitet.

*Mette: Men så setter jo samfunnet ganske høye krav for at du skal lykkes....*

Mette nevner kravet om mastergrad og Lotte sier det er viktig å tjene bra, automatisk settes høyere forventninger. Lotte sier det ligger mye ansvar hos ungdom i dag.

Informantene på skole 1 snakket om viktigheten av vellykkethet. Jeg forsto informantene dit hen at det er viktig for ungdommene å oppnå vellykkethet, noe som kobles opp imot rikdom og penger.

*Per: «Også ser hvor vellykket alle andre er...»*

*Jon: «Virker jo som det er, vel, være vellykket, å tjene godt med penger...er fokus. I en time han gikk inn snakket elevene om fremtiden, da sto de på en haug av penger og rikdom og berømmelse. Liv følger opp med å si at elevene kobler lykke opp mot penger».*

På skole 2, snakker også informantene om vellykkethet. Mette forteller at det er høye krav for å lykkes, og at elevene nå må du ha en mastergrad.

Lærernes refleksjoner og erfaringer kan også sees i lys av David Baker (Madsen 2018) og det «skolerte samfunn». Der pekes det på at unge må forvalte tiden sin allerede fra ung alder, og hvordan de forvalter tiden vil ha store konsekvenser. Et utdanningsforløp vil ha mindre rom for feiltrinn, og dette blir viktig for ungdom, noe som igjen gir økt press. Det henvises også til Jonas Fykmann, som uttaler at tidligere gikk man på skole for å bli noe, få en yrkestittel, i dag går man på skole for å bli fremgangsrik (Madsen 2018, s 108).

### 5.1.2 Det «unike» individet

I denne undersøkelsen snakker samtlige informanter om at det oppleves en «dyrkning av egoet» til ungdommene fra deres foreldre. Slik jeg tolket lærerne, handler det om at foreldrene setter ungdommenes egne følelser, behov og rettigheter først. Lærerne

reflekterer over om foreldrene har oppdratt og oppdrar barna sine som prinser og prinsesser, fremfor å ha et fokus på fellesskap og et bidrag til dette.

*Lotte: Ja, hvor mange vokser opp som prinser og prinsesser....forventer å bli møtt på samme måte i skolen.*

Når lærerne snakker om dette, forstår jeg det slik at lærerne har erfaring med at det tidligere, i et mer tradisjonelt samfunn, var fokus på fellesskap og at barn ble oppdratt til å passe inn i samfunnet. Nå opplever lærerne individualismen og rettighetssamfunnet som sterke pådrivere for hvordan samfunnet skal tilpasse seg barna.

Informantene nevner flere ganger: «curlinggenerasjonen». Det blir uttalt at barna geleides til å dyrkes, viktig med vellykkethet, og å ha de beste tingene.

*Anne: Vi tar fra ungene våre muligheten til å kjenne på nederlag, kjenne på smerten, bli robuste. Vi er de curlingforeldrene som hele tiden liksom, min unge skal ikke ha vondt...*

*Liv: Ja, de stanger, de kommer opp i den situasjonen. Vi vet jo alle kommer igjennom livet, opp i den situasjonen ... og hvis de hele tiden liksom skal geleides inn til å dyrkes, det er vanskelig å sette ned foten...*

*Lotte: Jeg tenker det handler om veldig mange, altså foreldregenerasjonen som har ungdomsskoleelever nå mangelen på kanskje det å si nei og sette grenser... Gjør at de tenker at mitt barn må prioriteres.*

Dette kan fremstå som sterke utsagn og kan tolkes som en negativ holdning til foreldre. Jeg opplevde under intervjuene at lærerne ikke var negative til foreldrene, men at de store utfordringene er et samfunnsproblem.

*Lotte: Mangel på å sette grenser og faste rammer.*

*Mette: Vi skal gjøre jobben som foreldrene egentlig skal gjøre.*

*Lotte: Du får et skifte fra forventninger i samfunnet, vokse opp innenfor rammer, til at det nå ikke må være for strenge rammer fordi da får ikke ungdommen blitt den de egentlig vil.*

*Liv: Foreldregenerasjonen har forandret seg... en slags fremdyrking av positivitet for sitt eget barn.*

*Liv: En del foreldre...handler om vellykkethet, jeg skal tjene godt, gjøre de rette tingene*

På skole 2 forteller Lotte at de opplever at barn i dag vokser opp slik at de føler seg som prinser og prinsesser. På ungdomsskolen forventer barna, nå ungdommene, å bli behandlet på samme måte. Dette viser til sammenhengen der elevene, foreldrene og hjelpeapparatet krever en tilrettelegging for den enkelte eleven.

Lotte opplever en holdning fra foreldrene om at deres barn skal prioriteres. Hvis barnet deres ikke er flinkest eller sterkest i et fag, lager de unnskyldninger på vegne av barnet. Mette tilføyer at det oppleves at foreldregenerasjonen også har lite struktur.

Lotte og Mette forklarer at det nesten er som at foreldrene «sykeliggjør» ungene sine for å unnskyldte at de ikke mestrer.

Lotte sier noe av grenseløsheten ser ut til å handle om at deres ungdom skal vokse opp til å bli den de vil være og har mer frie tøyler.

*Mette: Mye mer valgmuligheter i dag, til å velge hvem du er....*

Kollektive tradisjoner, -vi samfunnet- ,svettes til fordel for individuelle valg og muligheter i - jeg samfunnet. Det er opp til hver enkelt å finne ut hvem de er, hva de står for, skape sin egen fremtid og lykkes. Individualisering i sammenheng med ungdommers opplevelse av stress og press er relevant. I skolen blir nettopp individualiseringen fremhevet, de er ansvarlige for egen læring, for å gjøre sitt beste og generelt er det et stort trykk på individets prestasjoner (Lødding, et.al 2016).

I følge modernitetsteori vises det til at et individfokusert samfunn kan være vanskelig og belastende for ungdom. Som Adam Smith (1776) sa, at den sosiale og prososiale dimensjonen av menneskets natur er en forutsetning for suksess i samfunnet. Smith mente derfor at et klokt menneske til enhver tid må være villig til å ofre egne interesser- for fellesskapet (Batson 1991, 2002, Nafstad 2005).

Sosiale medier kan også skape forventninger og press hos ungdom. Helsedirektoratets rapport (2021) viser til forskning på sammenhengen mellom sosiale medier og ungdoms psykiske helse, og at det finnes en del problematiske temaer. Eksempelvis nettmobbing, at

ungdommer forskyver eller forstyrrer søvnen og mindre fysisk aktivitet, som igjen kan føre til negative konsekvenser som lavere selvtillit, negativt selvbilde/kroppsbilde og psykiske helseplager.

*Mette:» Du har jo mer valgmuligheter i dag, nesten til å velge hvem du vil være»*

*Liv: «Slags fremdyrking av positivitet for sitt eget barn, i mindre grad se en helhet»*

*Anne: «Samtidig som man stiller noen krav til at ungene også skal få en utdanning og jobb, men de har fått ett krav om å være best»*

*Jon: «Ja, absolutt virker jo som det å være vellykket, å tjene godt, mer penger, for det er som jeg sa i stad, det der med penger det er jo altså, det er jo veldig fokus på det å bli rik...»*

Anne opplever at sosiale medier er et press, at elever er konstant målskive. Per sier de (foreldre og barna deres) legger ut på sosiale medier, mer om hvor vellykkede de er og at det er et press for å dekke over hvordan det egentlig er. Det er vanskelig for barn å leve opp til forventningene samfunnet har av dem.

Per forteller at det er konformt på denne skolen, vanskeligere å skille seg ut. Liv sier de ser dette med klær, de kan ikke komme med Cubus-klær på denne skolen. Slik jeg forstår lærerne er det et sosialt press på å ha «riktige» klær. Elevene har et behov for å finne sin identitet men lærerne erfarer at behovet for å være en del av fellesskapet, være inkludert er et større behov. Også når det kommer til yrkesvalg oppleves det et press, foreldrene forteller gjerne hva barna deres skal studere, ut ifra foreldrenes ønske om hva de skal studere, ikke elevens eget ønske.

Elise sier at det ved deres skole er det mer lov å skille seg ut nå. Lotte er enig og sier det er mer romslig, man må ikke følge alle trender. Elevene følger gjerne trenden i sin gjeng, men det er akseptert med en annen stil i en annen gjeng.

De to skolene skiller seg noe fra hverandre med tanke på sosiale mediers press på trender mote og merkeklær.

*Liv: Skal ikke gå med så mye cubus-klær her altså*

*Liv: Julegaver.....merke og full pakke...kjempedyrt*

*Elise: Mindre på ungdomskolen enn når jeg gjorde det, da skulle alle ha like jakker og alle skulle ha converse, liksom mer lov å skille seg ut nå.*

## 5.2 LÆRERNES ERFARING MED PSYKISKE HELSEPLAGER BLANT UNGDOM

Lærerne fikk vite at det i Ungdata undersøkelsene, kom frem en økt rapportering om psykiske helseplager. Lærerne ble spurt om de opplevde eller så noe til dette ved deres skole. Hvis de ikke gjorde det, kunne de snakke om temaet generelt. Jeg opplevde lærernes uttrykk som sterke og følelsesmessige. Dette er deres hverdag og deres daglige utfordringer. Min opplevelse var at lærerne, under intervjuene, fikk et pusterom hvor de kunne uttrykke sine frustrasjoner. Alle informantene fortalte om sine erfaringer og opplevelser knyttet til psykiske helseplager. Jeg opplevde at informantene var engasjerte og hadde mye på hjertet. Lærerne snakket om, og med, omsorg for elevene sine. Det kommer godt frem i intervjuene at lærerne opplever mye flott ungdom, og at lærerne brenner for faget sitt. Likevel er det felles for begge skolene og for alle informantene at det finnes elever med psykiske helseplager, som strever, og som gir lærernes hverdag en god del utfordringer. Utfordringer knyttet til hvordan møte ungdommene, hvordan tilrettelegge for elevene og hvordan møte samfunnets forventninger til tilrettelegging og oppfølging. Lærerne har ikke tall som forteller hvor mange elever det gjelder, men alle informantene sier at de registrerer en økning.

På skole 1 svarer Liv at noen av elevene blir introverte mens noen blir utagerende, noen forsvinner fra skolen. Liv referer til skolevegging. Hun sier i samme «sekvens» at det er mer «greier» med elevene.

*Liv: «Har aldri hatt så mye greier i en klasse noen gang, som jeg har nå»*

Ved skole 2 forteller informantene at det er blitt enklere for en del elever å finne tilhørighet i en gruppe, fordi de snakker om sine psykiske helseplager. Slik jeg tolket lærerne kan det være en trend men det kan også handle om å finne sammen.

*Mette: «Det er veldig lett å finne tilhørighet i det psykiske»*

*Elise: «Ja, altså jeg tenker jo at vi ser at det er psykiske helseplager blant ungdom hos oss»*

*Anne: «For vi har vel aldri hatt så mange elever i BUP-systemet, som det vi har nå for eksempel»*

Alle informanter bekrefter at de opplever ungdom med psykiske helseplager, de opplever også en økning av psykiske helseplager, men de er usikre på om det reelt med flere ungdom som strever, eller om det handler om at det er økt fokus på temaet. Informantene forteller om et økende fokus på psykisk helse, både fra det offentlige, fra foreldre og fra sosiale medier.

I forskningsprosjektet: «Stress og press blant unge i dag», beskriver forskerne en usikkerhet rundt samme problemstilling. Handler den økte rapporteringen om fokuset og åpenheten knyttet til psykisk helse, eller er det også mer psykiske helseplager blant unge. Forskerne av denne rapporten tror det kan handle om begge deler.

### 5.2.1 Fokuset på psykisk helse

Informantene på skole 2 opplever at det er mer fokus på og snakkes høyt om psykiske helseplager. Flere elever finner tilhørighet i «det psykiske». I teorien til Erikson, finner vi igjen behovet for å ha et fellesskap. Når ungdom utvikler sin identitet, handler det også om det ytre miljøets påvirkning og behovet for bekreftelse.

Det at elever finner tilhørighet i «det psykiske» kan føre til en lavere terskel for psykisk uhelse. En mulig årsak er at når terskelen for å snakke høyt om psykiske helseplager er lav, skaper dette også en lavere terskel for behandling. Diagnose på et psykisk helseproblem henger sammen med ungdommers resultater og hvordan de senere håndterer arbeidslivet (Markussen og Røed 2020). Fokuset på psykisk helse kommer fra flere hold ifølge informantene. Noen av informantene forteller om idoler og forbilder på sosiale medier som snakker om psykiske helseplager og som oppfordrer ungdom til å snakke om sine utfordringer. Informantene nevner også at skolen har psykisk helse på dagsorden, slik at det i skolens rammeplan ligger et fokus på blant annet livsmestring. Utdanningsdirektoratet beskriver hvordan folkehelse og livsmestring som tema skal være en del av læreplanverket.

Formålet er å gi elever kompetanse som skal fremme god psykisk og fysisk helse. Komtansen skal også fremme muligheten til å ta gode livsvalg (Utdanningsdirektoratet 2020).

*Jon: Gjevt å stå frem med en litt sånn historie at de har vært igjennom noe som ikke har vært så ålreit, det er nesten unntak hvis ikke...kjendisbiten.*

*Jon: Livsmestring er lissom kommet inn i den planen*

Elise forteller at det er ny trend fra Tik Tok nå som gjør at elevene til stadighet skriver «Jeg vil dø» på tavlen. Mette og Lotte bekrefter trenden. Elise sier at det er vanskelig å vite om det medfører riktighet eller om elevene tuller. Lærerne opplever at de ikke har kompetanse til finne ut av dette. Det blir en balansegang for lærerne hvor mye fokus de skal legge på slike utspill, om de skal ta det på alvor eller overse. Mette erfarer at elevene oppfordrer hverandre til å gjøre ting verre, skade seg mer. Mette og Lotte snakker om at elevene får mer oppmerksomhet seg imellom og fra de voksne ved å skrive «Jeg vil dø» på tavlen. Lærerne på skole 2, erfarer at fokuset på psykisk helse, er på både godt og vondt. Noen som virkelig strever tør kanskje å stå frem, dele med andre hvordan de har det og dermed få bedre hjelp. På den andre siden blir det et fokus på det vonde i stedet for det normale og det som er bra. For eksempel kan man se ut ifra Eriksons teori at det er normalt med store følelsesmessige svingninger hos ungdom.

*Elise: Og så tror jeg det handler mye om trendene som sees på for eksempel Tik Tok...akkurat nå er det veldig populært å skrive på tavla: Jeg vil dø.*

*Liv: «Blitt mer greit å prate om da».*

*Per: «Det er i hvert fall ikke noe tvil om at det er mer fokus på det. Hvor vidt det er mer, er litt vanskelig å si men de uttrykker det i hvert fall mer».*

*Elise: «Fra jeg begynte å jobbe der, er det mye mer snakk om det i hvert fall..man prater høyt om det, at man er psykisk dårlig».*

Lærernes oppfatning av økt fokus på psykisk helse stemmer godt overens med for eksempel Markussen og Røeds artikkel (2020). Forfatterne drøfter en mulig sammenheng mellom økte psykiske helseplager og økningen av uføretrygdede, og om sykdomsfokuset har blitt for

stort. Den økte rapportering av psykiske helseplager forstås å kunne skyldes to forhold. En faktisk økning av psykiske helseplager, som forklares av eksempelvis foreldrepres og skolestress. Det andre er muligheten for at psykiske helseplager snakkes mer åpent om og at en diagnose utløser ulike former for hjelp og støtte. Det legges til grunn et økende fokus på psykisk helse i samfunnet. Dette dokumenteres ved å eksempelvis se på folkehelseinstituttets og Bufdirs satsningsområder (Markussen og Røed 2020).

Sosiale medier er en del av samfunnets fokus på psykiske helse og helseplager. Sosiale mediers fokus på psykisk helse oppfattes å ha flere konsekvenser, forteller lærerne.

Flere av informantene beskriver at det er en del av det sosiale miljøet å ha psykiske helseplager. På sosiale medier sees det populære influensere og kjendiser som forteller om psykisk uhelse og kriser i livet. Lærerne opplever at det blir en form for status å ha «noe».

*Jon: Greit å få en diagnose på det da*

*Lotte: Jeg tror det handler om at det har blitt så åpent..på sosiale medier, det prates så lett om, altså en hører jo liksom: Å herregud jeg angsta skikkelig»*

Konsekvensene lærerne forteller om handler også hvordan elevene uttrykker seg og snakker sammen. Det har blitt slik at elevene diagnostiserer seg selv via selvtester på nettet, som det reklameres for på sosiale medier.

### 5.2.2 Hvordan psykiske helseplager kommer til uttrykk

Informantene ved de to skolene forteller om noen av de samme uttrykkene, men informanter har også ulike historier om hvordan psykiske helseplager kommer til uttrykk. En informant forteller at psykiske helseplager kommer til uttrykk ved at enkelte blir introverte, noen utagerende, og noen strever med skolevegring. Informantene ved skole 2 forteller at angst og depresjon er de uttrykkene elevene selv snakker mest om. Ved skole 2 oppfattes det at elevene snakker mer høyt om psykisk helseplager seg imellom.

*Anne: «Vi snakker mer om det ja...»*



*Lotte: «Angst eller depresjon, hvor alle har angst, altså fordi det er en del av identiteten til gruppa»*

Jeg vil videre i denne delen av analysen ta for meg to former for uttrykk knyttet til psykiske helseplager. Først tar jeg for meg kjønnsidentitet. Lærerne oppfatter at kjønnsidentitetsproblematikk kan være et uttrykk for psykisk uhelse. Det andre temaet er stress. Stress er forklart tidligere som et resultat av press og som også resulterer i psykiske helseplager.

#### *5.2.2.1 Kjønnsidentitet*

Et av uttrykkene for psykiske helseplager som informantene forteller om, handler om problemer knyttet til kjønnsidentitet. Slik jeg tolker lærerne erfarer de at kjønnsidentitetsproblematikk dukker opp som et resultat eller uttrykk for psykiske helseplager. Informantene ved skole 1 erfarer at elever som strever med kjønnsidentitet har tilleggsproblematikk, blant annet autisme. Per forteller at de erfarer at ungdom som strever med ulik problematikk som autisme, og strever med psykiske helseplager er de som på et senere tidspunkt strever med sin kjønnsidentitet. På skole 2 forteller informantene at de opplever at kjønnsidentitet ikke er en stor problemstillingen ved deres skole. Likevel uttrykker Elise at de som orienterer seg som noe annet enn sitt biologiske kjønn også sliter på andre måter.

Seksuell orientering og kjønnsidentitet er et hett tema i dagens samfunn. Sosiale medier spiller en vesentlig rolle i hvordan temaet kjønnsidentitet aktualiseres. Bufdir sin statistikk viser at av skeive i aldersgruppen ungdomsskolealder, rapporter 54 prosent at de ikke er fornøyd eller ikke har en tilfredsstillende psykisk helse (Bufdir 2021).

Alle informanter snakker om at de erfarer at elever som strever med kjønnsidentitet også strever med andre psykiske helseplager. Hva som kommer først, et strev med kjønnsidentitet som utløser psykiske helseplager, eller om det er psykiske helseplager som blir større i omfang og som derfor også kan føre til strev med kjønnsidentitet, spekuleres ikke i. Jeg finner det interessant at lærerne ved flere anledninger knytter utfordringer med kjønnsidentitet, til at det er et resultat av psykiske helseplager.

*Elise: «Det finnes hos oss, i hvert fall en ganske stor gruppe som identifiserer seg som noe annet....og veldig mange av de sier jo at de sliter psykisk, så det ser vi jo....»*

*Per: «Det er psykisk uhelse i utgangspunktet som gjør at de føler seg sånn (født med feil kjønn)»*

Lærerne har flere uttalelser som kan oppfattes som sterke i intervjuene. Under intervjuene delte lærerne erfaringer med elever som strever og utfordringene dette kan føre til for lærerne. Det er viktig å ta med seg inn i analysen at konteksten for intervjuet var at lærerne kunne dele frustrasjoner og utfordringer uten at de trengte å ordlegge seg med forsiktighet eller fremtre profesjonelt. Jeg opplevde lærerne uttalte seg med omsorg for elevene sine og uten stigmatisering.

*Per: «Jeg tror...elevene er...bekvemme med hvilket kjønn de er. Hmmm de er ikke forvirret rundt det heller. Ehhhh, å jeg frykter det skal komme mer og mer. I USA hvor det er veldig stort fokus på kjønn, så er det jo en nærmere 30prosent i enkelte steder som identifiserer seg med kjønnsinkorugens. Det er jo feil ikke sant....det er sånn motesak...»*

*Per: «Vi har jo hatt litt erfaring på området her så, men stort sett så er det, tenker jeg, at det som kommer, stort sett er satt sammen med andre psykiske plager»*

*Anne: «Jeg er både enig og uenig...jo flere som snakker om det, jo mer vil det bli, men jeg tenker, hadde jeg vært ung nå, så hadde jeg sikkert begynt å lure på hva jeg er for noe, selv om det ikke var et spørsmål før. Det er så mange muligheter på en måte...»*

Gruppen av personer som identifiserer seg som noe annet enn det de er født som, kjennetegnes ved isolasjon og mye bruk av sosiale medier. Gruppen utvikler angst, depresjon og skolevegning. Resultatet er at de blir «trans». Det kan forstås som at kjønnsidentitetsproblematikk ikke er årsaken til psykiske helseplager, men at det kan være motsatt. Det vil si at psykiske helseplager og overdreven bruk av sosiale medier kan føre til kjønnsidentitetsproblematikk (Landrø, 2022).

### 5.2.2.2 Stress

Stress og symptomer på stress er også psykiske helseplager. I min undersøkelse snakker informantene om hvordan de opplever at skolestress og stress generelt utarter seg. Alle sju informantene nevner det sosiale presset elevene er utsatt for, og at dette resulterer i stress og psykiske helseplager. Noen av informantene nevner press fra foreldre om gode karakterer, mens de fleste nevner presset om vellykkethet, som igjen skaper stress.

Ungdommene som ble intervjuet i forbindelse med forskningsprosjektet «Stress og press blant unge i dag» svarer om stress og at det er særlig tre typer stress som utpeker seg. Den første formen for stress: det hverdagslige og vedvarende stresset, handler om å ikke rekke over alle arbeidsoppgaver og at elevene ikke får hentet seg inn igjen. Dette er også noe som samsvarer med intervjuene med ungdomsskolelærerne. Informantene oppleves ikke ofte som spesifikke på stress, men snakker om press og reaksjoner på dette.

*Lotte: «Det er alt for mye ansvar også, for ungdommene selv å sette de grensene og rammene og forme identiteten».*

*Mette: «Men så setter jo samfunnet ganske høye krav for at de skal lykkes her også for nå er det jo sånn at du må ha en mastergrad».*

*Mette: «Automatisk settes høyere forventninger til, ja og kanskje høyere forventninger til seg selv*

*Anne: At det er press utenifra da...Det er konkurranse i alt».*

Det hverdagslige og vedvarende stresset ungdommene selv beskriver, beskrives av lærerne som et massivt press på elevene fra både foreldre og sosiale medier, slik jeg tolker de. Ungdomsskolelærerne ser at sosiale medier gjør at alle sosiale relasjoner, hva som skjer blant elevene på skolen og hva den enkelte eleven har av goder og status gir et «jag» til andre elever om å oppnå samme status, oppleve og eie de samme tingene. Elevene presses også fra foreldrene om å være vellykket, å prestere over andre.

*Liv: «Ja så er det jo, gjennom fra foreldrene, for mestring...*

*Per: «Og se hvor vellykket alle andre...ikke sant»*

Når lærerne snakker om dette massive presset, snakker de samtidig om at dette påvirker ungdommene på en slik måte at de opplever stress.

Den andre formen for stress relateres til håpløshet og bekymring. Dette kommer også frem i intervjuene, slik jeg tolker det. Ungdommene knytter dette stresset opp mot bekymringer for fremtiden og karriere. Dette stresset kan være langsiktig og vedvarende. Jeg tenker bekymringer for fremtiden og karriere kan knyttes til ungdomsskolelæreres beskrivelser av viktigheten av vellykkethet, god økonomi og gjerne en mastergrad. Hvis vi knytter dette opp mot Eriksons teori om ungdommers utvikling, ser vi at det kan dreie seg om å bevege seg fra barndommens trygghet til det uavhengige voksenlivet, der ungdommenes verdenssyn endres og valgene ungdommene nå tar, vil ha en stor betydning for voksenlivet. Vi kan også finne igjen trekk fra modernitetsteori, der samfunnet i mindre grad er satt og at det vil være ungdommene selv som skal velge sin vei, påvirket av ekspertisesamfunnet. Som forklart tidligere, har samfunnet et mål om høyere utdanning og arbeid til alle, denne forventningen fra samfunnet kan være en del av årsaken til en vedvarende og langsiktig form for stress.

Det er gjennomgående, fra begge skoler og alle informanter, at elevene har et mål om vellykkethet og ønsker om rikdom. Dette presset sees å komme fra ulike steder, både foreldre, skole, miljøet og sosiale medier. Det nevnes av flere av informantene at det ikke er godt nok med en «vanlig» jobb, som bilmekaniker eller butikkansatt. Du er ikke vellykket nok uten en mastergrad. Madsen (2018) referer til den svenske etnologen Jonas Fykman som beskriver utviklingen av utdanningspresset ved at det tidligere var godt nok å gå på skolen for å bli noe, få et yrke, mens i dag går du på skole for å bli fremgangsrik (Madsen 2018, s 108).

Den siste formen for stress som ungdommene nevner er det stresset som oppstår i konkrete situasjoner. Det kan være når de må prestere foran andre, gruppepress der de føler de må gjøre noe de ikke ønsker. Vanligst blant jentene, handler det om personlige bekymringer.

Ungdomsskolelærerne forteller om en endring av atferd hos ungdom, når de må prestere. Eksempler på dette er når det gjelder å snakke eller fremføre noe foran andre.

*Anne: Elever spør om ta en prøve alene, de tør ikke ta den sammen med andre, for de må kanskje si noe høyt og det går jo ikke.*

For å sammenfatte så bekrefter ungdomsskolelærerne, at de kan se og oppfatte at elevene opplever stress av ulike varianter. Ungdomsskolelærerne opplever særlig at elevene presses fra foreldrene, og at de igjen presser seg selv for å være mest mulig vellykket. Det skiller noe

mellom de to skolene med tanke på foreldrepresset, men elevenes opplevelse av stress og press for å oppnå tilhørighet og vellykkethet, ser ut til å gjelde begge skoler.

### 5.3 LÆRERNE ANER EN «SYKELIGGJØRING» AV UNGDOMMENE

En bekymring informantene deler er at de aner en «sykeliggjøring» av ungdommene. Det kommer frem i intervjuene at foreldre er så opptatt av at deres barn skal være vellykket og mestre alle fag og sosiale relasjoner, at hvis barnet deres ikke oppnår eller mestrer dette, så «sykeliggjør» foreldrene barna sine. Dette skjer ved at foreldrene ber om utredelser og diagnoser, og tilpasninger i skolen. Det kommer frem i funnene fra flere informanter at de opplever at det er bedre for foreldrene at barnet deres har en diagnose enn at det ikke er «best» og vellykket.

*Per: Men jeg opplever at mange elever diagnostiserer seg selv*

*Lotte: Tenker at foreldre er ja, nesten egentlig sykeliggjør ungene sine da, for å unnskyldde noe som de kanskje ikke mestrer.*

*Anne: Jeg har lenge regnet det som en fordel at våre foreldre (på denne skolen) er ressurssterke på alle måter, men jeg syntes det begynner å bikke over....*

Foreldrene oppleves å finne unnskyldninger for at deres barn ikke er faglig sterkest. Det sees at foreldre kan «sykeliggjøre» barna sine, i form av å ønske en diagnose eller at det er «noe» med barnet deres. På skole 1 forteller Jon at det fra foreldresiden er greit å få en diagnose, ha et navn på det.

Foreldre som ønsker diagnoser på barna sine og barn som diagnostiserer seg selv, er et fellestrekk ved begge skoler. Det er felles for begge skoler at de opplever en form for «sykeliggjøring» av barna sine fra foreldrene.

*Jon: «Så er det på foreldresida, så tenker jeg, at det er en fordel hvis du har et navn på noe, så du kanskje får hjelp»*

Jon sier han opplever elevene som mindre robuste enn før, at de ikke «tåler en trøkk». Jon fortsetter med å fortelle at foreldrene ser ut til å synes det er greit med en diagnose, noe de kan sette et navn på og få hjelp til. Jon sier det er mer trend med en historie om at ting ikke er så ålreit. Informanter ved begge skoler, forteller om trendene ved å ha psykiske helseplager. Informantene opplever dette som utfordrende.

*Anne: «De (foreldrene) blander seg inn i det vi gjør. For eksempel de vil liksom styre oss fordi deres barn skal være vellykket og de kan være vellykket og ha en diagnose men de kan ikke være vellykket å bare ikke være flink nok».*

Det er viktig å huske at dette ikke gjelder alle, selv om informantene erfarer at det stadig er flere som ønsker diagnoser på det de strever med. Dette kan handle om det økte fokuset på psykisk helse og presset om å prestere på et høyt nivå. Lærerne erfarer en «sykeliggjøring» av ungdommene, noe de oppfatter som en urovekkende utvikling. Foreldrene ønsker diagnoser hvis barnet strever på en eller flere arenaer. Flere elever er nå i BUP systemet, forteller informantene. Også Markussen og Røed (2020) stiller spørsmål ved om sykdomsfokuset i samfunnet kan ha blitt for stort. Det beskrives ulike mekanismer som kan være årsaks givende for «sykeliggjøringen». I dagens samfunn kan sykdomsdiagnoser være både stigmatiserende og identitetsskapende. En annen mekanisme kan være at sykdomsdiagnoser representerer noe individuelt, som egentlig er kollektivt. Eksempelvis problemer i familien, nærmiljøet eller på skolen (Markussen og Røed 2020).

## 5.4 OPPSUMMERING AV HOVEDFUNN

I dette kapittelet har jeg presentert analysen og funn av datamaterialet, knyttet til lærernes erfaringer og refleksjoner om økte psykiske helseplager, press og forventninger fra samfunnet og foreldre og lærernes opplevelse av at ungdom «sykeliggjøres».

I første del av analysen ble lærernes erfaring med psykiske helseplager presentert. Lærerne fortalte om økende psykiske helseplager blant ungdom, de forklarer at det er usikkert hva

dette kan handle om, men det nevnes blant annet fokuset på psykisk helse. For eksempel sier de på skole 2 at det snakkes det mye om angst og depresjon, at elevene «angster».

Lærerne reflekterer over hvordan psykiske helseplager kommer til uttrykk, to uttrykk er fremtredende i datamaterialet, stress og kjønnsidentitetsproblematikk. Begge skoler forteller at kjønnsidentitet og kjønnsinkorugens ikke oppfattes som det egentlige problemet, men at de elevene dette gjelder for har annen problematikk i bunnen.

For å oppsummere lærernes erfaringer med psykiske helseplager blant ungdom, bekrefter lærerne at de erfarer psykiske helseplager. Tendensen er også at psykiske helseplager øker. Lærerne er usikre på om det er en reell økning eller om det kan handle om et økt fokus på psykiske helseplager. Lærerne reflekterer over et økende fokus på psykisk helse, i denne oppgaven beskrives funnene som en del av hvordan psykiske helseplager kommer til uttrykk. Årsaken til dette er at lærerne i større grad oppfatter temaet og utfordringene med psykiske helseplager, gjennom det økende fokuset. Lærerne erfarer at elevene, mer aktivt bruker psykiske helseplager i språket sitt. Til slutt er problematikk knyttet til kjønnsidentitet belyst som et uttrykk for psykiske helseplager. Lærerne oppfatter at de aller fleste elever har et sunt forhold til kjønn, og hvem de er. De som strever, oppfattes å streve med psykisk uhelse i utgangspunktet.

I andre delen av analysen ble foreldrepres og forventninger fra samfunnet presentert. Lærerne opplever at spesielt utdanning og vellykkethet har et stort fokus. Lærerne reflekterer over et individfokuset samfunn og hvordan dette skaper på både press og forventninger. I neste del er funn knyttet til press og forventninger, presentert. Lærerne reflekterer over at press i forbindelse med prestasjoner, ofte kan føre til stressreaksjoner hos en del ungdom.

I siste del ble «sykeliggjøring» av ungdom reflektert over. Lærerne opplever at det er fler og fler ungdommer som er i BUP systemet. Informantene ved begge skolene beskriver at foreldrene opplever å ønske en diagnose på sitt barn når de ikke er «gode nok» eller «mestrer».

## 6 DRØFTING

---

I denne studien har jeg undersøkt ungdomsskolelæreres erfaringer og refleksjoner knyttet til ungdommers psykiske helseplager, knyttet spesielt opp mot skolestress og foreldrepess. Ved å intervjuer sju ungdomsskolelærere, ved to ulike ungdomsskoler, samlet jeg data som ble kategorisert og analysert. Tidligere forskning viser til at stress generelt og skolestress kan være et symptom på press. Stress-symptomer forstås som en del av psykiske helseplager, og stress rapporteres derfor også som psykiske helseplager. Det kan være vanskelig for både ungdommer, lærere og foreldre, å skille på om psykiske helseplager er relatert til stress eller annet strev.

Jeg har trukket sammen funnene i mitt materiale til to hovedkategorier: Press, både et samfunn preget av forventninger og press, og foreldrepess og erfaringer med psykiske helseplager og hvordan dette kommer til uttrykk.

### 6.1 SKOLENS ROLLE, LÆRERNES PERSPEKTIV OG SAMFUNNETS MÅL OM UTDANNING OG ARBEID

Først presenterer jeg kort presentere en forståelse av skolens rolle, lærernes perspektiv og samfunnets mål om utdanning og arbeid. Dette vil ligge som en forforståelse av drøftingen.

Som nevnt i teoridelen har lærerplanene endret seg. Fra 2020 er livsmestring kommet inn som et tverrfaglig tema i skolen, sammen med demokrati, medborgerskap og bærekraftig utvikling. Funnene i denne undersøkelsen kan tyde på at lærerne opplever at de har fått et mye større ansvar for elevenes psykiske helse enn det de hadde tidligere. Informantene erfarer at de i større grad tar over foreldrenes ansvar for opplæring, oppdragelse og ivaretagelse i forbindelse med livsmestring.

En av informantene nevner at lovlige streiker har blitt avsluttet grunnet elevenes psykiske helse. Lærerne, særlig fra skole 1, nevner at det stadig blir større krav fra samfunnets hjelpeinstanser om hva skolen skal imøtekomme, ha kunnskap om, og tilrettelegge for. Så



hva er egentlig skolens rolle og ansvar i forbindelse med ungdom som strever med psykiske helseplager?

I innstilling til Stortinget fra Utdanning og forskningskomiteen (Dok. 158, 8:21 2022-23) svarer statsråden ut skolens og lærerens rolle i forbindelse med barn og ungdom som har behov for ekstra støtte. Her beskrives at barn og elever som har behov for ekstra støtte og oppfølging, er i behov av tverrfaglig hjelp. Det kreves ekstra tilrettelegging og innsats fra ulike sektorer, forvaltninger, tjenester og profesjoner. Lærerne kan ikke, og skal ikke, løse alle utfordringer barn og elever står i, alene. Kompetansen skal økes i team som er rundt barn i en kommune, slik at kommunen skal bidra til å sikre tilstrekkelig kompetanse for å forebygge, fange opp og følge opp barn med ekstra behov for støtte og oppfølging.

Etter å ha lest læreplaner, kompetansemål i utdanningen og regjeringens og stortingets mål, forstår jeg det slik at skolen skal tilrettelegge for et godt psykososialt miljø. Livsmestring som et tverrfaglig tema skal inn i skolen og de skal ha nok kunnskap om psykisk helse, til å fange opp elevers utfordringer og melde dette videre. Skolen har ikke mulighet og skal ikke være behandlere eller terapeuter. Barn og ungdom som strever med psykiske helseplager skal følges opp av kompetente og relevante profesjoner, som igjen vil samarbeide med skolen for ivaretagelsen av den enkelte elev. Når lærerne i min undersøkelsen opplever et press fra samfunn, foreldre og elever, om tilrettelegging, kan dette mulig henge sammen med at tverrfaglig samarbeid ikke fungerer slik det er ment.

Utdanningsnivået i befolkningen øker (Statistisk sentralbyrå 2020). 35,5 prosent av de over 16 år hadde utdanning på universitet og høyskolenivå i 2020. I Norge er det et mål og et behov for personer med høy faglig kompetanse. Det er et mål at alle, uansett sosial bakgrunn skal kunne ta utdanning (Regjeringen/utdanning.no 2022).

Oppsummert kan en si at samfunnet har en forventning og et mål om utdanning og arbeid for alle. Denne forventningen, og som kan oppleves som et press, om utdanning gjennomsyrrer både samfunn, skole, foreldre og elever.

Jeg denne drøftingen, tar jeg for meg hovedfunnene, og diskutere disse i lys av oppgavens teoretiske rammeverk, og relevant forskning. Jeg starter med forventninger og press fra samfunn og foreldre. Deretter drøfter jeg psykiske helseplager, og hvordan disse kommer uttrykk.

## 6.2 FORVENTNINGER OG PRESS FRA FORELDRE OG SAMFUNN

Lærerne bekrefter at de opplever forventninger og press fra samfunnet og foreldre på skolearenaen. Dette presset utspiller seg på ulike områder. I analysen ble press uttrykt som utdanning og vellykkethet, og fokus på det «unike» individet. Jeg drøfter også kort hvordan sosiale medier kan bidra til økt press.

### 6.2.1 Utdanning og vellykkethet

Lærerne erfarer at det er viktig både for foreldre og ungdommene at de skal være fremgangsrike, vellykkede og rike. De skal ha en høy utdanning med høy status. Dette stemmer godt overens med samfunnets forventninger og mål om utdanning, kompetanse og arbeid.

Det beskrives at vi befinner oss i en epoke i Vesten kalt prestasjonssamfunnet. I prestasjonssamfunnet er det å prestere eller yte på de fleste arenaer en verdi i seg selv. Et annet uttrykk er konkurransesamfunnet, en forklaring av det politiske og kulturelle klimaet som preges av rasjonalitet og effektivitet. Det rettes kritikk mot denne utviklingen fordi den vil kunne påvirke helsen vår negativt (Petersen, Madsen 2018, s 112).

Det hevdes at retningen av samfunnet dreier seg mot et hardt konkurransesamfunn, som vil oppfordre til prestasjoner. Det vil igjen resultere i utenforskap for mennesker som ikke presterer «godt nok» og vil øke sykdomstilfeller relatert til stress, frykt og tretthetssykdommer (Fugelli, Madsen 2018, s 112).

Giddens bruker begrepet «det posttradisjonelle samfunn» for å beskrive vårt moderne samfunn. Han ser at dette samfunnet er preget av valg og refleksivitet istedenfor det tradisjonelle samfunnet. Modernitetsteori beskriver at påvirkningen fra ekspertsystemene overtar for det tradisjonelle. Sett i lys av samfunnets forventninger og mål om utdanning og arbeid, stemmer det godt overens med at det moderne samfunnet skal påvirkes av høy faglighet og ekspertise.

Av informantenes refleksjoner kommer det frem at de merker en stor forandring fra et mer fastsatt og regulert samfunn, til et ungdomsmiljø preget av press og stress vedrørende store

livsvalg, og stor påvirkning av ulike ekspertssystemer. For eksempel nevner noen av informantene at BUP og PPT oftere er inne i bildet og ønsker tilrettelegging for enkeltelever.

Det at ungdomsmiljøet preges av press og stress, kan tolkes som at ungdommene tar skole og utdanning seriøst. Kan det være slik at pliktoppfyllende ungdom betaler en høy pris for dette (Hegna et.al, Madsen 2018)? Forfatterne spør seg om vi har å gjøre med en «sykt seriøs» ungdomsgenerasjon og at prisen de betaler er økt psykisk press? Det vises til eksempler fra tidligere generasjoner, som 60- tallets ungdommer som fikk sin frihet gjennom arbeid og 2010- generasjonen som fikk sin frihet gjennom utdanning.

Det pekes på «det skolerte samfunnet» og at unge må forvalte tiden sin allerede fra ung alder, og hvordan de forvalter tiden vil ha store konsekvenser. Et utdanningsforløp vil ha mindre rom for feiltrinn, og dette blir viktig for ungdom, noe som igjen gir økt press (Baker, Madsen 2018, s 108). Det blir uttalt at man tidligere gikk på skole for å bli noe, få en yrkestittel, i dag går man på skole for å bli sett på som fremgangsrik (Fykman, Madsen 2018, s 108).

Informantene erfarer at samarbeidet mellom hjem og skole kan være utfordrende og det settes flere krav fra foreldrenes side. Skolens samarbeid med for eksempel hjemmet og helsevesenet, settes også i fokus (Kryberg, Bru et.al 2016, s 271). Kryberg beskriver at samarbeidet hjem-skole også kan være svært krevende med «høystatusforeldre». De vellykkede foreldrene som mestrer og har kulturell kapital, kan oppleves å se på skolen som en service, og dermed undergrave ekspertisen skolen har. Dette kan sees i funnene fra skole 1, som er en skole i område med høy middelklasse. Lærerne her opplever at det har gått for langt, det er ikke samarbeid lengre, men heller en rekke krav fra foreldre. På skole 2, hvor det sees å være flere marginaliserte foreldre med lav status, viser funnene at det også her er et utfordrende samarbeid med en del foreldre. Forskning tyder på at foreldrene her har dårlige erfaringer med skole selv, og ikke har tillitt eller tiltro til samfunnet (Kryberg, Bru et.al 2016, s 2sju3).

Oppsummert, erfarer informantene at samfunnet, foreldrene og elevene ønsker vellykkethet og utdanning, dette samsvarer med både foreldres og samfunnets mål, men slik jeg tolker det, kommer det også med en ulempe. Noen ungdommer opplever at forventningene og

presset skaper stress og psykiske helseplager. Når det i tillegg er mer fokus på psykiske helseplager, vil dette uttrykkes i større grad og kunne ha negative konsekvenser.

### 6.2.2 Det «unike» individet

Lærerne ved begge skoler peker på en trend i foreldregenerasjonen, der individet står i fokus. De uttrykker det ved å fortelle at foreldre «dyrker» egoet til barnet. Lærerne forteller at foreldrene har fokus på det individuelle og de unike egenskapene hvert enkelt barn har. Lærerne opplever det er mer fokus på eget velvære og egne behov enn på et fellesskap. De opplever at der det burde vært fokus på inkludering er det fokus på individet selv. Lærerne opplever at en del foreldre sjeldnere spiller på lag med skolen, men derimot krever individuell behandling for sitt barn. Lærerne sier de også merker en endring hos foreldre i dag, hvor de beskytter barna slik at de ikke skal oppleve naturlige nedturer og «vondter».

Giddens hevder at det refleksive samfunnet og alle valgene mennesker må forholde seg til påvirker selvet og selvidentitet. Der det i førmoderne og i industrisamfunnet var «ferdige» kollektive identiteter, er det i det postmoderne samfunnet opp til ungdommene selv å finne ut «hvem er jeg»? Giddens forklarer at identitet ikke lenger er et resultat av tradisjon og forventninger, men av refleksive valg og aktive beslutninger, noe som er forenlig med et mer individualistisk samfunn.

Giddens teori var at når vi beveger oss vekk fra industrisamfunnet, med kjernefamilien og tradisjoner, til at vi nå ikke har noen klare grenser for menneskene og organiseringen av samfunnet, blir dette en stor utfordring fordi det ikke ligger noen klare «oppskrifter» eller rettesnorer i det moderne samfunnet (Aakvaag 2008, s 2sju6).

Informantene beskriver en mangel på struktur og grenser fra foreldre og samfunn. Der det før var rettesnorer for hvordan samhandle med «sterke» institusjoner som skole, og tradisjonen kunne gi deg en pekepinn på hvor du skulle, vil ungdom i dag være forvirret over hvor de skal og hvem de er. Der identiteten, klassetilhørigheten og yrkesveien på mange måter var mer satt før moderniteteten, så har moderniteteten endret dette til at vi har mange flere muligheter og selv kan velge den veien vi vil gå. Det kan i seg selv skape et press om å lykkes og ta de rette valgene.

Giddens hevder at selvets utvikling endret seg fra industrisamfunnet til det høymoderne samfunn. Giddens hevder individets identitetsdannelse nå foregår ved å skape et narrativ, en selvbiografisk fortelling om selvet. Denne må hele tiden endres grunnet ny kunnskap og ny informasjon. Selvfortellingen handler om å endres ut ifra hva som hender med den enkelte og ikke i forhold til det som skjer i den ytre verden. Store hendelser i verden, innlemmes i individets historie og ikke omvendt, slik at den offentlige verden dreier seg rundt individet og det private, ikke omvendt. (Aakvaag 2008, s 2sju).

Dette finner vi igjen i intervjuene. Lærerne forteller blant annet om at det tidligere handlet om å passe inn, nå handler det om at det offentlige skal tilpasse seg den enkelte. Lærerne forteller om elever og lærere som har fokus på seg selv mer enn fellesskapet. Når foreldre og hjelpeapparatet, som for eksempel BUP og PPT krever individuell og tilpasset oppfølging. Skolen må tilrettelegging og tilpasse det de makter (deres opplevelse), så skal neste elev ha en annen tilrettelegging, noe som gjør at lærerne opplever hverdagen som utfordrende.

Baumann bruker begrepet fast og flytende modernitet. Den faste moderniteten, industrisamfunnet, var slik Baumann så det, et forsøk på å skape et solid samfunn. I en fast modernitet, er klasse, nasjon og kjønn, en fasthet rundt individet, som også er med på å danne identiteten. Baumann forklarte at i den flytende moderniteten mister både klasse, nasjon og kjønn sine egenskaper i identitetsdannelsen (Aakvaag 2008, s 280). Når lærerne forteller at de ser ungdommene streve med å finne sin plass og finne ut av hvem de er, kan dette være et resultat av flytende modernitet.

*Liv: Det er heller ikke bare foreldre som på en måte pålegger oss da, det er også hjelpeapparatet...BUP og PPT.*

*Jon: For jeg kommer fra et sted...mange industriplasser...skole var ikke så viktig, bare gå rett ut i en bedrift.*

*Lotte: Fokuset var mye mer å passe inn i samfunnet og være en del av samfunnet...nå er det mer tenke mer på seg selv.*

Foreldrenes press på ungdommer kan forståes på forskjellige måter. Det beskrives blant annet en generasjonsforskjell før og etter 80- tallet (Twenge, Madsen 2018, s 10sju). Generasjonen fra 1980 og fremover ønsket Twenge å kalle «meg-generasjonen», fordi perioden preges av individualisme og frihet. De som var barn og unge på 80- tallet, ble

oppmuntret og heiet på, av foreldre og lærere, til at de skulle sette seg selv først. Dette innebar at følelsene og behovene til den enkelte skulle settes i første rekke. Twenge mente «meg-generasjonen» bidro til mer narsissistiske trekk (Twenge, Madsen 2018, s 10sju). Dette kan sees i sammenheng med lærernes refleksjoner om elever og foreldre som i mindre grad har fokus på fellesskapet og se en helhet, men heller en fremdyrking av det egosentriske.

På den andre siden kan utviklingsteori understøtte at fokuset på individet er en normal side av ungdommers utvikling. I utviklingsteorien til Erikson beskrives det at ungdom kan ha utfordringer med identiteten, der de på den ene siden har den individuelle friheten og på den andre siden har behov for samhold og tilhørighet.

Oppsummert vil jeg trekke frem at vårt høymoderne samfunn kan forstås som et individualistisk samfunn og at dette også kommer til uttrykk blant foreldre og elever. Informantenes refleksjoner stemmer godt overens med et individualistisk samfunn, selv om det på en annen side er mange av informantenes uttalelser som stemmer overens med normale forhold ved utviklingen hos ungdom. Sett i sammenheng med utviklingsteori, tolker jeg at noe av det informantene erfarer kan være naturlige prosesser i ungdomstiden og noe vil henge sammen med naturlige forventninger fra foreldre og samfunn.

### 6.2.3 Sosiale medier

Informantene erfarer og reflekterer over sosiale mediers påvirkning på psykisk helse. Informantene mener det er en stor påvirkning, men den er ikke nødvendigvis bare negativ. I sosiale medier er det fokus på psykisk helse og det er influensere og idoler som snakker om selvopplevde psykiske helseplager. Det kan gi en positiv effekt ved at de som strever ikke stigmatiseres men tør snakke om plagene sine og få hjelp. Lærerne erfarer at det også fører til at det er populært og gir status å ha psykiske helseplager. Både Ungdataundersøkelsene og modernitetsteori understøtter at sosiale medier har sine ulemper og påvirkning på psykiske helseplager. I motsatt fall kan sosiale medier ta vekk stigmaet det eventuelt er å ha psykiske helseplager. Det kan være enklere å dele utfordringer med andre, for eksempel anonymt.

Sosiale medier er gjennomgående i alle funn. Informantene fortalte om påvirkning både i form av hvordan elevene snakker sammen, og hvordan de påvirkes av trender. Trender med

at det er inn å ha «noe» og en trend med for eksempel å skrive på tavla «Jeg vil dø». Sosiale medier påvirker presset og stresset om vellykkethet og det å være rik. Også når det kommer til utseende og merkeklær er sosiale medier en stor pådriver. En sentral del av ungdommers opplevelse av stress er at det forventes at de hele tiden skal være tilgjengelige på sosiale medier. Informantene snakker også om dette presset, i form av at elevene aldri har fri. I forskningsrapporten «Stress og press blant ungdom. Erfaringer, årsaker og utbredelse» beskrives bruken av sosiale medier som en risikofaktor for psykiske helseplager. Sosiale medier brukes også til å planlegge relasjonelle møter (Eriksen et.al 2017). I modernitetsteori finner vi igjen fenomenet med å bruke tid på planlegging av møter mellom venner og familie.

### 6.3 STREVER NOEN VED DERES SKOLE MED PSYKISKE HELSEPLAGER? OG EVENTUELT HVORDAN

#### KOMMER DETTE TIL UTTRYKK?

Alle informanter bekrefter at de har elever som strever med psykiske helseplager. Lærerne erfarer at det er et økende problem. Det kommer til uttrykk på flere måter, elevene snakker blant annet om angst og depresjon.

Som nevnt kan stress en reaksjonen på press. Lærerne snakker ikke så mye direkte om stress men forteller en god del om press og psykiske helseplager. På skole 1 snakkes det noe om skolestress i form av gode karakterer, mens på skole 2 handler det mer om å gjennomføre skolen. Det betyr ikke at presset er noe mindre, men stresset de kan oppleve er ikke nødvendigvis knyttet direkte til skole og prestasjon i fag. Lærerne forteller en god del om det jeg ville kalt «prestasjonsangst». Elevene vil ha tilrettelagt undervisning og prøver, slik at de slipper å snakke eller prestere foran andre. Dette forteller elevene at skaper angst og uro. Lærerne spør seg om det er verre nå enn før og om tilretteleggingen faktisk bidrar til å gjøre det vanskeligere for elevene?

Det pekes på to ulike og særlig viktige mekanismer, som kan føre til økte psykiske helseplager (Markussen og Røed 2020). Den første handler om at en diagnose kan være både stigmatiserende, men også identitetsskapende. Den andre mekanismen handler om

hvordan en diagnose kan representere en individualisering, som egentlig er kollektiv (Svendsen 2015, Brinkmann 2015b, Markussen og Røed 2020).

I analysen av datamaterialet er det særlig to uttrykk som er gjentakende og de ble derfor presentert i analysen. De to var problematikk knyttet til kjønnsidentitet og fokuset på psykisk helse. Lærerne forteller at det er et økt fokus på psykisk helse, både fra samfunn og foreldre, men også elevene imellom.

### 6.3.1 Kjønnsidentitet

Utfordringer knyttet til kjønnsidentitet omhandlet lærernes erfaringer med at dette kom til uttrykk som et resultat av annet strev eller diagnoser.

Når lærerne erfarer at noen elever strever med kjønnsidentitet, kan det handle om kjønn, men det kan også handle om fasen der identitet utvikles. Erikson hevdet at ungdomstiden kunne utløse en potensiell krise. Grunnen til en potensiell krise i ungdomstiden, forklarer Erikson med biologisk, sosial og kulturell forståelse. Ungdom opplever å bli eldre, med større krav og forventninger både fra omsorgspersoner og samfunnet. Ungdom må ta valg, flere av de kanskje livsendrende. Dette kan være tyngende, og ungdommen makter kanskje ikke stå i dette. Ungdommene skal finne ut hvem de er, som et svar på forventningene og kravene de blir stilt overfor. Dette stemmer godt overens med informantenes erfaringer med psykiske helseplager og hvordan de kommer til uttrykk. Erikson forklarte ungdommenes potensielle krise på to ulike nivå: det indre individuelle, og det ytre i samfunnet/miljøet. Det kan være motsetningsfylt, den individuelle friheten, og kollektivt samhold og tilknytning. Erikson forklarer løsningen på dette med at det sosiale og kulturelle miljøet avgjør dannelsen av identiteten, men identiteten er også responsen på andres forventninger og vurderinger (Krange og Øia 2005, s 53ju).

Modernitetsteoriene til Baumann kan også brukes for å forklare lærernes erfaringer. For Baumann mister både klasse, nasjon og kjønn mening og tyngde for identitetsskaping i den flytende moderniteten. Han kaller det et identitetstomrom. Dette tomrommet fylles i dag av marked og konsum. Kontra det tradisjonelle industrisamfunnet, der identiteten var mer satt, privatiseres identitetsprosessen. For å vise hvem du er, må ungdom på eget initiativ og ved



egne valg, velge varer og tjenester som skal definere de (Aakvaag 2008, s 280). Sett i lys av denne teorien kan ungdommenes strev med kjønnsidentitet også knyttes til Baumanns teori om flytende modernitet.

Det er mange normale utfordringer for ungdommer. De strever med det samme, som ungdom har gjort i generasjoner. Ungdomstiden er en formativ utviklingsfase der følelser, biologi, kognitive evner, psykologiske og sosiale forhold endres og utvikles (Stanicke et.al 2020, s 56). Det beskrives at ytterpunkter preger en normal utvikling hos ungdom. Følelseslivet til ungdom, med skam, sinne, likegyldighet og tristhet, kan oppleves voldsomt. Vennegjenger skiftes ut og andre raske endringer i ungdommenes tanker og atferd kan gjøre at de som står nærmest ungdommene, kan oppleve de som grenseløse, impulsive og uforpliktet (Stanicke et.al 2020, s 56).

Når lærerne erfarer at en del elever uttrykker og finner tilhørighet i det psykiske, kan dette henge sammen med den normale utviklingen der følelsene blir sterke og voldsomme. Endringene kan ligge i at ungdommene i dag tør å snakke om det og at det er et større fokus på psykisk helse. Sosiale medier kan i tillegg påvirke denne prosessen, både positivt og negativt.

### 6.3.2 Et økende fokus på psykisk helseplager, og diagnoser.

Fokuset på psykisk helse kommer frem på den måten at det snakkes mer om blant elevene. Lærerne beskriver at elever finner samhörighet og fellesskap i det psykiske. Elevene snakker sammen om psykiske helseplager og det blir det normative å ha noe som plager en. Slik jeg forstår lærerne er dette en generell kultur og gjelder ikke bare de som rapporterer om psykiske helseplager. Det er tydelig, forteller lærerne, at elevene blir påvirket av sosiale medier, som for eksempel Tik Tok. Forbilder og idoler snakker til stadighet om psykiske lidelser og hva de selv har strevd med.

Hvis vi ser dette opp imot psykologisk utvikling og Eriksons teori, forklares ungdomstiden som en fase der identitet og rollekonflikt utvikles. Når ungdom ikke lengre identifiserer seg gjennom omsorgspersonene og ungdommen skal finne seg selv og sin plass i det sosiale samfunnet kan en potensiell krise oppstå (Krange og Øia 2005, s 55). Erikson stilte en diagnose på ungdommers lidelse. Han kalte det en tilstand av forvirring og identitetskrise.

En annen faktor som ungdomslærerne nevner i forbindelse med psykisks helseplager, er at de aner en sykeliggjøring av ungdommer, blant annet fra foreldre. Knut Røed og Simen Markussen (2020) har lansert artikkelen «Bidrar medikalisering av ungdom til utstøting fra skole og arbeidsliv?». Markussen og Røed forsket i denne sammenhengen på årsaker til økning av uføretrygd. Funnene de fikk passer på flere områder med lærernes opplevelser. Markussen og Røed studerte hvordan geografiske variasjoner hadde noe å si for sannsynligheten for diagnoser relatert til psykiske helseplager, og ungdommers skolerresultater og arbeidsliv. Funnene deres tyder på at sykdom henger sammen med dårlige resultater på skolen (Markussen og Røed 2020).

*Liv: Aldri hatt en klasse det har vært mer «greier» med..*

Informantene snakker om at når noen av deres elever opplever å ikke være best, mestrer eller ikke er vellykket, erfarer de at noen foreldrene vil ha diagnostisert problemet, slik at de får rett til hjelp i form av blant annet tilrettelegging. Det ser ut til at foreldre strever med en aksept av at deres barn ikke er «perfekt».

I artikkelen til Markussen og Røed (2020) spørres det om et økt sykdomsfokus er blitt for sterkt for ungdommer? Ungdommer har vanlige utfordringer og problemer, er det tilfellet at samfunnet over-diagnostiserer psykiske plager? (Markussen og Røed 2020).

Slik jeg tolker ungdomsskolelærernes uttalelser er det flere signaler på at foreldre, som en del av samfunnet, benytter seg av hjelpeapparatet i økt grad. Dette kan gi diagnoser og tilrettelegging, som igjen kan bidra til økte tilfeller av psykiske helseplager.

Som beskrevet tidligere, er det særlig to mekanismer det fokuseres på, med tanke på denne problemstillingen. Den ene mekanismen handler om at diagnoser kan være stigmatiserende og identitetsskapende, og derfor utvikles til selvoppfyllende tanker om fremtiden. Den andre mekanismen er når diagnoser representerer individualisering av problemer som faktisk er kollektive (Markussen og Røed 2020).

Fokuset på psykisk helse og diagnoser, samstemmer med Nordtug og Løkke (2017) sine beskrivelser av den rådende tradisjonen som er biomedisinsk, der individet sykeliggjøres ved å telle opp symptomer innenfor gitte kriterier. Stadig blir det fler og fler som betegnes som psykisk syke. Ungdata og Folkehelseinstituttet kritiseres for denne forståelsen og at de

bruker den ukritisk. Som motsetning, blir den psykodynamiske tradisjonen beskrevet. Da denne tradisjonen rådet var symptomer noe som pekte mot underliggende sårbarheter, traumer og konflikter som ikke var bearbeidet eller fordøyd godt nok. Følelsene var ikke bekreftet eller møtt hensiktsmessig (Nordtug og Løkke 2017).

Det ble uttalt fra flere av informantene at det var usikkert om det var flere elever som strevde med psykiske helseplager, eller om det handler om det økte fokuset på psykiske helseplager. Sett i lys av artikkelen til Birgit Nordtug og Per Arne Løkke (2017) om vrangforestillinger om ungdom og psykisk helse, vises det til at fokuset på psykiske helseplager, kan føre til flere diagnoser.

Vi kan finne igjen noe av dette i intervjuene:

*Per: Jeg opplever at mange elever også diagnostiserer seg selv.*

*Mette: Så kan du gå inn å teste deg selv også har du en diagnose.*

Ut i fra funnene mine kan det tyde på en trend der det er et mål med psykiske helseplager. Når de ikke havner innunder helsevesenet blir det nødvendig for en del ungdommer å finne diagnoser selv. Det fremkommer i undersøkelsen at lærerne opplever at det er ulike årsaker til dette. Både trender, fokus på psykisk helse, sosiale mediers fokus og påvirkning, samt et press fra både foreldre og samfunn, kan være medvirkende årsaker til et ønske om en diagnose.

Det rapporteres om en økning av uføretrygdede, særlig blant unge (Markussen og Røed 2020). Det kritiske spørsmålet Markussen og Røed stiller, er om det økte fokuset på psykisk helse blir for stort i forhold til det som er normale utfordringer hos ungdom?

## 6.4 OPPSUMMERING

Jeg vil kort oppsummere kapittelet, der jeg har drøftet de to hovedfunnene: forventninger og press fra samfunnet og foreldre, og informantenes erfaringer med psykiske helseplager og hvordan dette kommer til uttrykk.

Slik jeg tolker informantene erfarer de både forventninger og et press fra samfunnet og foreldre. Dette kan sees som en risiko for utvikling av stress og psykiske helseplager. Forventninger og press kan være et resultat av samfunnets utvikling, sosiale medier og samfunnets mål om høyere utdanning og arbeid. Presset kommer til uttrykk på ulike måter, og informantene er bekymret for at presset på vellykkethet og økonomisk rikdom kan bli for høyt for elevene. Ungdataundersøkelsen viser også at psykiske helseplager kan komme av et stort prestasjonspress og frykten for å feile.

Informantene erfarer at psykiske helseplager er mer uttalt og har et høyere fokus nå enn for bare få år siden. Det gir utslag på ulike måter. Flere ungdommer får hjelp for det de strever med, men også at et stort fokus på psykisk helse kan også føre til at normale og sterke følelser blir sykelliggjort. Det er usikkert om det er en reell økning av psykiske helseplager eller om det kan handle om det økte fokuset på psykisk helse og hvordan sosiale medier skaper trender og popularitet rundt psykiske helseplager.

## 7 AVSLUTNING

---

Min problemstilling: Psykiske helseplager hos ungdom- Hvilke erfaringer og refleksjoner har ungdomsskolelærere om psykiske helseplager, foreldrepess og skolestress?

Dette er problemstillingen, som ble presentert i kapitel 1 og som det skulle søkes svar på. Jeg brukte videre et utvalg av tidligere forskning, som jeg fant relevant for å belyse og besvare problemstillingen. I det teoretiske rammeverket brukte jeg modernitetsteori og psykologisk og sosial utvikling som en forståelsesramme av undersøkelsen.

I studien gjennomført jeg to gruppeintervjuer med ungdomsskolelærere for å få kunnskap om deres erfaringer og refleksjoner rundt elevers psykiske helseplager, særlig knyttet opp

mot foreldrepres og skolestress. Jeg fant mange interessante funn. Lærerne var engasjerte og fortalte at de aldri før hadde blitt hørt på denne måten, og de hadde ikke snakket sammen på denne måten tidligere. Lærerne viste til utfordringer for skolen i forbindelse med tilpasning til det økende fokuset på psykiske helse.

Etter at datamaterialet var analysert og kategorisert ble hovedfunn presentert. Funnene ble understøttet av mine tolkninger, sitater og relevant litteratur.

I analysen ble tre hovedfunn, som besvarer problemstillingen, presentert. Første hovedfunn omhandler forventninger og press fra samfunnet og foreldre. Lærerne erfarer at ungdom i dag er under et stort press. Problemstillingen konkretiserte foreldrepres, det ble vanskelig å skille press fra foreldre og forventninger og press fra samfunnet. Lærerne erfarte at presset ungdommene følte på, var grunnet både samfunnsendringer, globalisering og mange livsendrende valgmuligheter. Lærerne beskriver at det var enklere før, veien videre var mer «satt», det var ikke så mye kunnskap, informasjon eller penger slik at man ikke hadde de samme mulighetene.

I hovedfunn 2 sees det at rapportering og fokus på psykisk helse har økt. Lærerne erfarer både positive og negative sider ved et økt fokus på psykisk helse. Problemstillingen konkretiserer skolestress, skolestress ble blant annet av lærerne, gitt uttrykk for som psykiske helseplager. Lærerne erfarer at flere elever forteller om psykiske helseplager. Lærerne erfarer at det er vanskelig å si noe om hvorfor det er en økning av psykiske helseplager, men de reflekterer over at noen av årsakene kan være det økte fokuset på psykisk helse, men også som et resultat av foreldrepres og forventninger og press fra samfunnet. Psykiske helseplager kommer til uttrykk på flere måter. Uttrykkene lærerne reflekterer over er blant annet kjønnsidentitetsproblematikk, og fokus på psykisk helse. I tillegg erfarer lærerne at elevenes atferd endres i takt med fokuset på psykisk helse.

Det tredje hovedfunnet er at lærerne aner en «sykeliggjøring» av elevene. I Intervjuene erfarer lærerne en tendens til å ønske diagnoser, både på psykiske helseplager og eventuelt annet strev elevene har, både fra foreldre og samfunn. Lærerne er bekymret for denne utviklingen. En oppgave for samfunnet er å forebygge psykiske helseplager og psykiske

lidelser, men lærerne opplever at dette kan ha gått for langt og at fokuset på psykiske helseplager har ført til at det kan virke mer populært å ha plager eller diagnoser.

I siste kapittel ble funnene komprimert til to hovedtemaer som jeg har drøftet opp imot teori og relevant forskning. I de to hovedfunnene som er drøftet i forrige kapittel, kan lærernes refleksjoner og erfaringer knyttes opp mot modernitetsteori og samfunnets mål om høyere utdanning. Forventningene om høyere utdanning og høyere status kan føre til stress. Presset og stresset som ungdommene opplever kan både knyttes til en normal psykologisk utvikling, men uttrykkene ungdommene har kan også knyttes til et økt fokus på psykisk helse.

Datamaterialet viste seg å inneholde noen overraskende funn. En forforståelse jeg selv hadde før denne studien, var at kjønns- og seksualitetsproblematikken var økende. Min opplevelse av at ungdom har fått i oppgave å finne ut av et komplekst landskap av kjønnsidentiteter og seksuell orientering, ville være en medvirkende årsak til psykiske helseplager. Lærerne bekrefter at det er noe problematikk knyttet til dette, men i langt mindre grad enn jeg forventet. Lærerne oppfatter «normale» tendenser hos ungdommene, for å finne ut av hvem de er, men at elevene er ganske så tradisjonelle i sine uttrykk. Dette stemmer godt overens med psykologisk utviklingsteori. Et annet overraskende funn var lærernes store bekymring knyttet til «sykeliggjøring» av ungdommene. Lærerne fortalte om et økende fokus på psykiske helseplager og ønske om en diagnose.

Begrepet foreldrepess, utfordret min forforståelse. Jeg hadde lest undersøkelsesrapportene fra NOVA, der ungdommer svarte på spørsmål om foreldrepess. Ungdommene svarte at det var et press om å prestere, gjøre det godt nok og at elevene ikke fikk tid til å hente seg inn igjen. I lærernes uttalelser er liten tvil om at de også opplever en del av dette presset fra foreldrene. Det som i tillegg kommer frem, er presset mot skolen for tilrettelegging. Presset om diagnoser og utredning hvis elevene ikke presterer godt nok.

Avslutningsvis vil jeg presentere noen tanker fra lærerne og noe av hva jeg selv sitter med fra arbeidet med denne studien. Lærerne sier de ønsker et bedre og tettere samarbeid med foreldre, de erfarer at når samarbeid, anerkjennelse og rammer er på plass mellom hjem og skole, så fungerer elevenes hverdag bedre. Noen lærere foreslo foreldrekurs. Det å

samarbeide til det beste for ungdommer vil kunne gjøre både læreres og ungdommers hverdag bedre. Et tverrfaglig samarbeid, med forståelse for den andres arena vil være av betydning for å kunne tilrettelegge for ungdommene.

I denne avslutningen er oppgaven oppsummert, og konklusjonen på funnene presentert. Jeg mener denne studien impliserer for videre forskning, både i forbindelse med fokuset på psykisk helse, spesielt med tanke på lærernes erfaringer med dette og «sykeliggjøring» av ungdommene. Hvis dette er en utfordring som er generell for samfunnet, er det en bekymringsfull utvikling. Jeg mener undersøkelsen til en viss grad kan generaliseres, da flere av funnene samsvarer med blant annet den nasjonale undersøkelsen Ungdata. Det anbefales videre forskning angående i hvilken grad ungdommer rapporterer om økte psykiske helseplager opp imot populariteten av psykiske benevnelser. Slik jeg tolker lærerne er det behov for bedre tverrfaglig samarbeid med andre instanser og det er nødvendig med et godt samarbeid mellom hjem og skole. Dette samsvarer med Helsedirektoratets målsetning om å forebygge psykiske helseplager blant barn og unge og satsningen på tverrfaglig samarbeid.

## BIBLIOGRAFI

---

- Andersen, N. S. (2021). *Seksuell orientering, kjønnsmangfold og levekår*. Hentet fra Bufdir.no:  
[https://www2.bufdir.no/globalassets/global/nbbf/kjonn\\_identitet/seksuell\\_orientering\\_kjonnsmangfold\\_og\\_levekar\\_resultater\\_fra\\_sporreundersokelsen\\_2020.pdf](https://www2.bufdir.no/globalassets/global/nbbf/kjonn_identitet/seksuell_orientering_kjonnsmangfold_og_levekar_resultater_fra_sporreundersokelsen_2020.pdf)
- Brandth, B. (1996). Gruppeintervju: perspektiv, relasjoner, kontekst. I H. K. Holter, *Kvalitative metoder i samfunnsforskning* (ss. 145-165). Universitetsforlaget Metodebiblioteket.
- Brandtzæg, I. T. (2017). *Folkehelse og livsmestring i skolen*. Hentet fra psykologtidsskriftet.no:  
<https://psykologtidsskriftet.no/debatt/2017/08/folkehelse-og-livsmestring-i-skolen>
- Cappelen Damm. (2018). *Psykologi-2018 Eriksons teorier*. Hentet fra Cappelendamm.no:  
[https://psykologi-2018.cappelendamm.no/elevreal/tekst.html?tid=1848430&sec\\_tid=1862sjusju6](https://psykologi-2018.cappelendamm.no/elevreal/tekst.html?tid=1848430&sec_tid=1862sjusju6)
- Eriksen, I. S. (2017). *Press og stress blant ungdom. Erfaringer, årsaker og utbredelse av psykiske helseplager*. Hentet fra Velferdsforskningsinstituttet NOVA.: <https://www.ungdata.no/stress-press-og-psykiske-plager-blant-unge/>
- Eriksen, I. M. (2020). *Class, parenting and academic stress in Norway: middle-class youth on parental pressure and mental health, Discourse: Studies in the Cultural Politics of Education*, . Hentet fra Class, parenting and academic stress in Norway: middle-class youth on parental pressure and mental health, Discourse: Studies in the Cultural Politics of Education, .
- Ertzeid, H. (2020). *OsloMet*. Hentet fra Hvordan påvirker foreldrene norske ungdommers skolestress?: <https://www.oslomet.no/forskning/forskningsnyheter/hvordan-pavirker-foreldrene-norske-ungdommers-skolestress>



- Ertzeid, H. (2020.). *Skolestress og press: Jeg føler meg som en taper egentlig*. Hentet fra Forskning.no:  
<https://forskning.no/barn-og-ungdom-oslomet-partner/skolestress-og-press-jeg-fo-ler-meg-som-en-taper-egentlig/1696693>
- Fellesorganisasjonen. (2023). *Global definisjon på sosialt arbeid*. Hentet fra Foellesorganisasjonen,  
fo.no: <https://www.fo.no/aktuelle-brosjyrer/global-definisjon-av-sosialt-arbeid>
- Hegna, K. Ø. (2013). *En sykt seriøs ungdomsgenerasjon*. Hentet fra Psykologtidsskriftet.no:  
<https://psykologtidsskriftet.no/oppsummert/2013/04/en-sykt-serios-ungdomsgenerasjon>
- Helsedirektoratet. (2020). *Psykisk helsearbeid for barn og unge*. Hentet fra Helsedirektoratet.no:  
<https://www.helsedirektoratet.no/rapporter/psykisk-helsearbeid-for-barn-og-unge/begreper-om-psykiske-helseplager>
- Helsedirektoratet. (2022). *Folkehelse i et livsløpsperspektiv*. Hentet fra Helsedirektoratet:  
<https://www.helsedirektoratet.no/rapporter/folkehelse-i-et-livsloppsperspektiv-helsedirektoratets-innspill-til-ny-folkehelsemelding/folkehelse-gjennom-livslopet-barn-og-unge/betydningen-av-gode-oppvekstvilkar>
- Heraldstveit, O. Ø. (2020). *Ungdom og psykisk helse*. Fagbokforlaget.
- Jakobsen, S. E. (2018). *Forsker: Skolen i dag skaper flere tapere*. Hentet fra Forskning.no:  
<https://forskning.no/partner-skole-og-utdanning-barn-og-ungdom/forsker-skolen-i-dag-skaper-flere-tapere/1222sjsju6>
- Kränge, O. Ø. (2005). *Den nye moderiteten, ungdom, individualisering, identitet og mening*. J.W Cappelens forlag.
- Kvale, S. o. (2009). *Det kvalitative forskningsintervju*. Gyldendal Akademiske.
- Kvælo, Ø. (2011). *Barn i risiko- Skadelige omsorgssituasjoner*. Gyldendal Akademiske.

Lødding, B. S. (2016). *Kampen om karakteren. Elevers motspill i møte med læreres vurderingspraksis i videregående skole*. Hentet fra Novus.no:

<http://ojs.novus.no/index.php/SID/article/view/1300/1288>

Madsen, O. J. (2018). *Generasjon prestasjon- hva er det som feiler oss?* . Universitetsforlaget AS.

Major, E. F. (2011). *Bedre før var...Psykisk helse: Helsefremmende og forebyggende tiltak og anbefalinger*. Hentet fra Folkehelsinstituttet:

<https://www.fhi.no/globalassets/dokumenterfiler/rapporter/2011/rapport-20111-bedre-fore-var---psykisk-helse-helsefremmende-og-forebyggende-tiltak-og-anbefalinger-pdf.pdf>

Markussen, S. R. (2020). *Bidrar medikalisering av ungdom til utstøtning fra skole og arbeidsliv?*

Hentet fra Idunn.no: <https://www.idunn.no/doi/10.18261/issn.1504-sju989-2020-04-01>

Nafstad, H. E. (2005). *Forholdet mellom individualisme og fellesskap, en utfordring for positiv psykologi*. Hentet fra psykologtidsskriftet.no:

<https://psykologtidsskriftet.no/fagartikkel/2005/10/forholdet-mellom-individualisme-og-fellesskap-en-utfordring-positiv-psykologi>

Nordtug, B. L. (2018). *Fire "vrangforestillinger" om ungdom og psykisk helse*. Hentet fra

<https://utdanningsforskning.no/artikler/2018/fire-vrangforestillinger-om-ungdom-og-psykisk-helse/>

Nygård, G. (2021). *Statistisk sentralbyrå*. Hentet fra Statistisk sentralbyrå:

<https://www.ssb.no/utdanning/utdanningsniva/statistikk/befolkningens-utdanningsniva/artikler/35-prosent-har-hoyere-utdanning>

Regjeringen.no. (2022). *Kunnskap og FNs bærekraftsmål*. Hentet fra Regjeringen.no:

<https://www.regjeringen.no/no/tema/utdanning/innsikt/internasjonalt-kunnskapssamarbeid/utdanning-og-nye-barekraftsmal/id23989sju3/>

- Sletten, M. A. (2016). *Psykiske helseplager blant ungdom- tidtrender og samfunnsmessige forklaringer*. Hentet fra OsloMet.: <https://oda.oslomet.no/oda-xmlui/bitstream/handle/20.500.12199/3469/Web-Utgave-Notat-4-16.pdf?sequence=1>
- Stortinget. (2023). *Innstillinger*. Hentet fra Stortinget.no: <https://www.stortinget.no/globalassets/pdf/innstillinger/stortinget/2022-2023/inns-202223-158s.pdf>
- Ungdata. (2023). *Hva er ungdata?* Hentet fra Ungdata.no: <https://www.ungdata.no/hva-er-ungdata/>
- Utdanningsdirektoratet. (2023). *Prinsipper for læring, utvikling og danning*. Hentet fra Utdanningsdirektoratet.no: <https://www.udir.no/lk20/overordnet-del/prinsipper-for-laring-utvikling-og-danning/kompetanse-i-fagene/?lang=nob>
- Utdanningsdirektoratet. (2020). *Folkehelse og Livsmestring*. Hentet fra Utdanningsdirektoratet: <https://www.udir.no/lk20/overordnet-del/prinsipper-for-laring-utvikling-og-danning/tverrfaglige-temaer/folkehelse-og-livsmestring/?lang=nob>
- Wærdal, O. (2022). Forelesning ved OsloMet. Oslo. Hentet fra OsloMet.
- Wøllo, K. K. (2022). *Læreres beskrivelser av arbeid med psykisk helse i skolen*. Hentet fra OsloMet: [https://oda.oslomet.no/oda-xmlui/bitstream/handle/11250/3032489/Wprosentc3prosentb8llo\\_Kugathan\\_m1glu2022.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://oda.oslomet.no/oda-xmlui/bitstream/handle/11250/3032489/Wprosentc3prosentb8llo_Kugathan_m1glu2022.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Aakvaag, G. C. (2008). *Moderne sosiologisk teori*. Abstrakt forlag AS.

Vedlegg 1 og 2 Informasjon for å kunne samtykke til deltakelse i forskningsprosjektet

Vedlegg 3 Intervjuguide

Vedlegg 4 Samtykkene

Vedlegg 5 NSD godkjenning