

MENTAL SUNDHED OG UNGE – afgrænsning og udfordringer

Lars Ole Andersen, maj 2021



Indholdsfortegnelse

Indledning.....	3
Klar livet uden røg og rusmidler	3
Definition af mental sundhed.....	4
Hvad skal vi have i værktøjskassen?.....	6
Hvor ligger problemet?.....	7
Polarisering og demokratisering af udsathed	14
Det muliges kontinent og den øgede hastighed i sociale processer	15
Hvor meget magt har ungdommen?	18
Som foreløbige konklusioner kan opridses:	19
Læring angående mental sundhed vi kan tage med og arbejde med i vores planlægning.....	20

Indledning

I en arbejdsgruppe under Vestegnens Sundhedsforum har vi drøftet, at vi vil have gavn af at udbygge vores faglige viden om mental sundhed. I ”Røgfri på Tværs” og senere i ”Bliv en vinder uden tobak” fik vi løbende opdateret vores viden på tværs af kommunerne om måder at lave rygestopkurser på, brug af rygestopmedicin, forskellige pædagogiske tilgange til rygestop m.m. På det område har vi opbygget en høj faglighed blandt mange aktører. Ved at dele og reflektere over viden og erfaringer har vi opbygget en kapacitet på området som gør, at vi stadig samarbejder og udvikler nye måder at håndtere nye udfordringer på inden for feltet tobaksforebyggelse. I klar livet skal vi til at arbejde med unges fysiske og mentale sundhed.

Med hensyn til fysisk aktivitet skriver Sundhedsstyrelsen i forebyggelsespakken om dette emne:

”Der er dokumentation for store sundhedsmæssige gevinster ved at fremme befolkningens fysiske aktivitetsniveau” (side 12).

Mange kommuner har konkrete erfaringer med at styrke den fysiske aktivitet i daginstitutioner, i skoler, på foreningsområdet og i ældrecentre.

Helt så håndfast udtaler Sundhedsstyrelsen sig ikke i forebyggelsespakken om mental sundhed. Men de nævner under afsnittet om *”Metoder og indsatser med god dokumentation for positiv effekt”* disse fem punkter:

- Tidlig indsats
- Helhedsindsats på uddannelsesinstitutioner
- Teoretisk baserede indsatser
- Udvikling af medarbejderkompetencer
- Kombination af generelle og målrettede indsatser

Når Sundhedsstyrelsen anbefaler teoretisk baserede indsatser og udvikling af medarbejderkompetencer understreger det behovet for, at vi øger vores vidensniveau omkring mental sundhed og opbygger kapacitet på området.

Klar livet uden røg og rusmidler

I juni 2019 udgav KKR-Hovedstaden den fælles strategi for unges fysiske og mentale sundhed for kommunerne i Region Hovedstaden. Formålet er, at kommunerne i Region Hovedstaden går sammen om at yde en bedre indsats i forhold til de unges mentale og fysiske sundhed. Kommunerne i Vestegnens Sundhedsforum inklusiv Rødovre har besluttet af udmønte strategien i fællesskab. Derfor samarbejder de 10 kommuner nu i en 10-årig indsats om unges trivsel og sundhed og om en røgfri generation i 2030.

Det overordnede mål er at styrke unges muligheder i livet ved at fremme fysisk og mental sundhed og mindske forbrug af alkohol, stoffer og tobak. Det er målet, at unge skal blive gode aktører i eget liv, så de kan håndtere de mange udfordringer, de uvægerligt vil møde i ungdomslivet. Indsatsen skal føre til unge, der træffer gode valg, der understøtter dem i deres ønsker for livet.

Mental sundhed er en af de største udfordringer blandt unge. I KKR-strategien (*om fysisk og mental sundhed for børn og unge*) fremføres det, at hver femte ung angiver, at have dårlig mental sundhed. Danmarks Evalueringsinstituts undersøgelse af elevtrivsel udpeger nogle af de centrale udfordringer i forhold til elevernes trivsel:

- Alle elever oplever svære perioder, og mange finder det svært at få skoleliv og ungdomsliv til at hænge sammen
- Der er brug for et fintmasket net, som tidligt kan opfange elever, der mistrives
- Arbejdet med trivsel er mest virksomt, når det forgår som en indsats på hele skolen
- Elever har brug for strategier, der kan hjælpe dem med at balancere skole og fritid og opnå gode studiekompetencer
- Elever vil gerne og er gode til at støtte hinanden, men de har brug for rammer og værktøjer

I den fælles strategi om unges fysiske og mentale sundhed bliver der behov for at opruste medarbejdere og ledere på nye faglige felter, især mental sundhed. Flere kommuner har meldt sig ind i partnerskabet ABC for Mental Sundhed, hvorigennem der kan trækkes på relevant viden. Ligeledes arbejder Sund By Netværket også med mental sundhed samt en række andre relevante emner som alkohol, ulighed i sundhed m.m.

Muligheden for deltagelse i møder og konferencer om faglige relevante temaer for de medarbejdere, som involveres i udmøntningen af den fælles strategi om unges fysiske og mentale sundhed, er en effektiv måde at relevante medarbejdere og nøglepersoner tilegner sig viden, og det vil styrke indsatsen.

Flere kommuner og ungdomsuddannelser har erfaringer med indsatser, der skal fremme sundhed og trivsel blandt unge. Vi skal gøre os umage for at få viden om og lære af disse erfaringer. I kataloget til den fælles KKR-strategi for hele Region Hovedstaden er udvalgte gode cases beskrevet. Disse peger blandt andet på, at i partnerskaber med ungdomsuddannelserne er det ofte kommunens rolle at facilitere og løbende understøtte tiltagene på ungdomsuddannelserne. Inddragelse af de unge selv både i forhold til at udtænke og gennemføre ideer og indsatser er også noget af det, der er fremhævet i casene fra KKR-kataloget.

Definition af mental sundhed

Men hvad menes egentlig med mental sundhed? Sundhedsstyrelsen skriver på sin hjemmeside at:

”Mental sundhed er en tilstand af trivsel, hvor det enkelte menneske kan udfolde sine evner, håndtere dagligdags udfordringer og stress og indgå i fællesskaber med andre mennesker. Mental sundhed er altså ikke kun fraværet af psykisk sygdom, men består også af psykologiske ressourcer og evner, som er nødvendige for at kunne udvikle sig og klare de udfordringer, der dukker op i alle menneskers liv.”

Denne forståelse af sundhed er meget bred og ser mennesket som en del af et samfund og et fællesskab. På den måde lægger den sig tæt op ad den generelle sundhedsdefinition som WHO

fremkom med i 1948 i forbindelse med sin grundlæggelse. En bred forståelse af sundhed var en del af de bestræbelser, der var efter Anden Verdenskrig for at sikre fred, genopbygge og skabe velstand. Direktøren fra Statens Seruminstitut Jeppe Ørskov var den 19. juni 1946 til møde i New York vedrørende stiftelsen af en verdens sundhedsorganisation WHO, som officielt fungerede fra 1948. Han beskrev i Ugeskift for læger, hvordan WHO skulle organiseres, og hvad man på mødet havde vedtaget. Han citerede fra den afsluttende erklæring:

”Medlemsstaterne erklærer herved i Overensstemmelse med de forenede Nationers Charta, at de følgende Principper er betingende for Folkenes Lykke, indbyrdes harmoniske Føling og Tryghed.

Sundhed er en Tilstand af fuldstændig legemligt, sjæleligt og socialt Velbefindende og ikke blot det, at man ikke er syg eller skrøbelig.

Alle Folks Sundhed er en fundamental Betingelse for Verdens Fred og Tryghed og er afhængig af det intimeste Samarbejde saavel mellem de enkelte Mennesker som mellem Staterne.

De positive Resultater, der naas af den enkelte Stat med Hensyn til Beskyttelse og forbedring af Sundhedstilstanden, er af Værdi for alle. Uligheden mellem de forskellige Lande med Hensyn til Sundhedsfremme og Sygdomsbekæmpelse, særlig naar det drejer sig om smitsomme Sygdomme, betyder en Fare for alle.

Barnets sunde Udvikling er af afgørende Betydning. Muligheden for en harmonisk Tilpasning til et Milieu, der ofte hastigt ændres, er af afgørende Betydning for denne Udvikling.

Alle Folks Adgang til at nyde godt af den medicinske, psykologiske, og beslægtede Videnskabers Erfaringer er af ganske afgørende Betydning for Sundheden.

En oplyst offentlig Mening og en Vilje fra Offentlighedens Side til Samarbejde er af kapital Betydning for Folkenes Sundhed.

Regeringen har Ansvaret for deres Folks Sundhed; de kan kun opfylde disse Forpligtelser ved Gennemførelse af adækvate hygiejniske og sociale Foranstaltninger.

Accepterende disse Principper med det Formaal at arbejde indbyrdes sammen og med alle andre for at beskytte og fremme Sundheden blandt alle Folk gaar de kontraherende Parter ind for anførte Konstitution og opretter hermed Verdens Sundheds-Organisation (Ørskov 1947: 103-104).”

Der er ingen tvivl om, at det var et meget bredt sundhedsbegreb, der her kom i spil. Så bredt at næppe noget menneske ville kunne kalde sig sundt. Hvornår er man i en tilstand af fuldstændig legemligt, sjæleligt og socialt velbefindende? Hvad menes med fuldstændigt? Hvis man skal være ærlig, er det måske nogle få gange i livet, man er i den tilstand.

Der er fagfolk, der har været ude og kritisere den type sundhedsbegreb, fordi det opstiller nogle mål, vi kun kan blive frustrerede af ikke at nå. Hensigten var imidlertid god nok. Man ville fremhæve de mange forskellige faktorer, der bidrager til sundheden. Den politiske side af

sundheden, regeringers indflydelse, fred, tryghed og hygiejne spillede en fremtrædende rolle i den perspektivering af sundheden, WHO lagde frem. På den måde var WHO's sundhedsdefinition ikke et redskab, men en værktøjskasse, der guidede til brugen af en række værktøjer, som Sean Valles klogt har formuleret det i bogen *Philosophy of Population Health* fra 2018 (side 65).

WHO's sundhedsdefinition er de sidste 20 år blevet udbygget med *life course theory* til den form for folkesundhedsvidenskab, som kaldes *population health science*, hvor man ser på sundheden over et helt livsforløb, til forskel fra mere traditionel sundhedsvidenskab, der koncentrerer sig om bestemte tidspunkter i et menneskes liv, hvor man undersøger eller gør noget for sundheden dér.

Hvad skal vi have i værktøjskassen?

Hvis brede sundhedsdefinitioner skal ses som en værktøjskasse, hvad skal der så være i den værktøjskasse, som skal bruges i forbindelse med mental sundhed?

Mange påpeger, at der er to dimensioner af mental sundhed, en oplevelses dimension (at have det godt med sig selv og sit liv) og en funktionsdimension (om at kunne fungere godt i sin dagligdag sammen med andre). I ABC for mental sundhed vil man i værktøjskassen have: Gør noget aktivt, gør noget sammen og gør noget meningsfuldt.

Men mange påpeger, at sprog også bør være en del af værktøjskassen. Et eksempel fra dagspressen; I Information har Sara Mering på 23 år skrevet en række artikler om at være bange for fremtiden, og de store udfordringer hendes generation står overfor. I artiklen fra den 25. juli 2020 interviewer hun Noemi Katznelson, som er professor og leder af Center for ungdomsforskning. Hun udtaler sig om unges sårbarhed og siger:

”Sårbarheden kommer i summen af de forskellige ting, som belaster en...man skal ikke være bange for sit mentale helbred eller sine børns. Det er vigtigt, at voksensamfundet ikke er for hurtigt på aftrækkeren. Hun illustrerer ved at tale, som en meget bekymret og måske lidt frustreret forældre: ’Åh, det er så forfærdeligt blandt de unge i dag’. Sådan skal man ikke gøre. I stedet kigger hun mig alvorligt i øjnene og fortæller, hvad man skal huske: ’Langt de fleste unge har det fint’. Måske, siger Noemi Katznelson, burde man vende det rundt, så man i stedet fortalte de unge om livet sådan her: ’Du er ung. Så hvis du vil have et almindeligt ungdomsliv, er der nogle ting, du kommer til at opleve. Du skal gå fuldstændigt ned med flaget mindst én gang over kærestesorg, være fuldkommen sønderknust. Du skal også have haft et eller andet problem med mad og din krop og din vægt. Hvis du gennemgående bare synes, at du er tilfreds med din krop, så er det ikke normalt. Du skal også have været rasende i tvivl og usikker på, hvad du egentlig vil med dit liv. Du skal faktisk ofte være i tvivl om, om du overhovedet er god nok og virkelig føle dig usikker på dig selv.’ ’Det handler om, hvad det er for et signal, vi som voksent samfund sender til børn og unge om, hvad det egentlig er, der er normalt,’ siger Noemi Katznelson.”

Det spiller bolden tilbage til afsenderen af diverse budskaber og indsatser. Hvilke budskaber vil vi formidle med vores indsatser, og hvad er rationalet bag dem? I en udgivelse som Center for Ungdomsforskning har lavet *Ny udsathed i ungdomslivet (2019)* behandles nogle af problemerne

omkring ”epidemien af psykiske problemer”. Det er et område, som man forskningsmæssigt arbejder med.

Hvor ligger problemet?

Forskerne starter med at søge at kortlægge området:

- Andelen af unge som har været uden for uddannelse og beskæftigelse i to år i træk er ikke steget (10,5 pct. i hele perioden 2008 – 2017), men de unge, der befinder sig i sådan en situation, har fået det værre.
- Andelen af 25 årige, der har gennemført en ungdomsuddannelse er gennem de sidste 10 år steget med 7 pct. til 79 pct.pct. Tallet er dog stagneret fra 2017 til 2018.
- Fra 2005 – 2016 er der sket et markant fald i ungdomskriminaliteten, i dele af de unges brug af rus- og nydelsesmidler og i ”incivil” (normbrydende) adfærd. Der er sket en svag stigning i antallet af registrerede stofmisbrugere.
- De udsatte unge har fået det værre på den måde, at antallet af hjemløse mellem 18 og 29 år er fordoblet mellem 2009 og 2017. Tal fra 2019 viser et mindre fald, men unge mellem 18 og 29 år udgør stadig en tredjedel af alle hjemløse i Danmark. Særligt unge kvinder med svær psykisk sygdom evt. med misbrug bliver i stigende grad hjemløse.
- Med hensyn til mistrivsel er trivselen meget høj frem til 11 års alderen, men i teenageårene øges andelen af problemer. Gruppen af unge mellem 16 og 24 år med dårligt mentalt helbred er øget fra 13 pct. i 2013 til 18 pct. i 2017. Næsten hver fjerde unge kvinde (23,8 pct.) oplever at have et dårligt mentalt helbred. Andelen er mindre blandt drenge (12,9 pct.).

Der er langt fra mistrivsel til at få stillet en psykiatrisk diagnose eller at være i kontakt med børne- og ungdomspsykiatrien. 26 ud af 1000 børn var i 2016 diagnosticeret med angst, depression, ADHD eller spiseforstyrrelse. Men der er sket en stigning på 72 pct. fra 2009 til 2017 i antallet af børn der havde kontakt til det psykiatriske system. Antallet af børn og unge med ADHD, angst eller depression blev tredoblet fra 2006 til 2016 og antallet med spiseforstyrrelser blev fordoblet. Pigerne fik oftere psykisk relaterede diagnoser (stress, angst, depression, spiseforstyrrelse), mens drengene oftere fik diagnoser relateret til adfærdsproblemer, psykosier og ADHD.

Alt i alt ser forskerne en gruppe unge som kæmper med klassisk udsathed, med komplekse og samtidige udfordringer.

Der er også en anden type unge, hvor psykisk mistrivsel er kendetegnende. De befinder dig i en gråzone, hvor det kan være svært at vurdere, om deres situation udvikler sig i retning af den hårde klassiske udsathed, eller om de er inde i en ustabil periode, lever et ungdomsliv med bump på vejen eller har afgrænsede udfordringer, der dog kan have vidtrækkende konsekvenser, men ikke griber ind i alle dele af deres liv.

Det er ikke kun i Danmark, man ser sådan en udvikling. Det ses internationalt, og de nævner eksempler fra USA, Storbritannien og Norge.

I bogen *Ny udsathed i ungdomslivet (2019)* beskæftiger de sig både med den klassiske udsathed, og det de kalder ”ny udsathed”. De ser nogle globale og tværnationale tendenser, som har nogle fællestræk på tværs af landegrænser. Det drejer sig om:

- Samfundsmæssig acceleration – skal løbe hurtigere for at blive på stedet.
- Konkurrence på mange niveauer – individuel selvoptimering og perfektionering.
- En præstations- og målekultur i vækst – demonstrere sit værd som ung menneske.
- Betydningen af uddannelse både styrkes og svækkes – uddannelse og kompetence vigtigt, men det er usikkert, om det er nok bare at tage en uddannelse.
- Arbejdsmarkedets uforudsigelighed øges – øget udsathed på arbejdsmarkedet, løse midlertidige ansættelser.

Disse temaer og den klassiske og den nye udsathed sætter de fokus på i interview med 11 forskere, der har arbejdet med mistrivsel hos unge. De skriver selv om formålet: *”Målet er ikke at nå frem til én samlet forståelse, men derimod at udforske og diskutere, hvad der har betydning for, om unge kommer i udsatte positioner, og hvordan de aktuelle udfordringer i forhold til udsathed kan forstås og adresseres”*.

Forskernes argumenter har jeg prøvet kort at opsummere i nedenstående. De 3 pointer ved hver er nogle forskerne selv har trukket frem.

<p>Morten Ejrnæs, Lektor Sociolog Ålborg Universitet</p>	<p>Forventningspresset på unge er større, end det har været før. Udsatte unge kommer fra forskellige lag og grupper i samfundet. Det er en almindelig tendens, at det går bedre for børnene end deres udsatte forældre. Nogle hævder, at kontanthjælpsforældre får kontanthjælpsbørn, men kun 21 % arver forældrenes position, 79 pct. bliver ikke kontanthjælpsmodtagere. Retorikken omkring social arv kan give de unge den tanke, at de ikke kan gøre noget ved det (stigmatisering, selvopfyldende profetier). Baggrundsrisiko betyder noget, men man er ikke ”dømt” (fattigdom er største risikofaktor for udsathed). Enkle forklaringer fokuserer skævt. Stol på den professionelle dømmekraft. Indsatser skal laves individuelt fremfor efter en manual. Bred forebyggelse er vigtig. Det er meget svært, for ikke at sige umuligt, at identificere den gruppe, det går galt for i fremtiden. ”Vi har så meget fokus på dem, det går skidt for, at vi overser, at langt de fleste er livsduelige.” Vi har en fattigdom og ulighed, som er stigende. Den kan hverken daginstitution, skole eller sundhedsplejerske gøre noget ved. Hvis der skal gøre noget ved det, skal der ændres på strukturerne. Vi kunne også undersøge, hvad der karakteriserer livsduelighed. 3 pointer: -Udryd fattigdom, -Hav øje for nuancer og bredde, -Brug den faglige dømmekraft til at rådgive, vejlede og være i dialog.</p>
<p>Hanne Warming Professor Sociolog RUC</p>	<p>Vi ser, der skal meget mindre til at falde udenfor. Unge kan have en fornemmelse af, at enten bliver man succes eller falder totalt udenfor. Hvis man skal tage en uddannelse på normeret tid, gør det det svært, hvis man ved siden af kæmper med f.eks. handicap, depression, sygdom i familien m.m.</p>

	<p>Kompetencehjul og handleplaner kommer til at fokusere på, hvor man har manglende kompetencer, og hvor man skal bevæge sig hen. Det er det blik, de unge også får på sig selv.</p> <p>Der er en tendens til at blive ressourceorienteret, og samtidigt trække noget omsorg væk fra de unge.</p> <p>Nogle har måske bare brug for hjælp til at komme op om morgenen, lære at vaske tøj, betale husleje. Og så sidder der nogen, der vil tale om de inderste problemer. For at tage mod hjælp forventes det, at man vil fortælle om sine problemer, der er forventninger til, hvordan man er klient.</p> <p>Man skal have et dobbeltblik på de unge, som handler om at se styrkerne i de unges handlinger samtidigt med, at man anerkender sårbarhed og udfordringer i selvsamme handlinger.</p> <p>De unge er trætte af samtaler med voksne, og af at skulle arbejde med sig selv og af at være problemet. De vil gerne beskæftige sig med noget andet end sig selv og med, hvordan det kan blive anderledes for andre.</p> <p>3 pointer: -De voksne omkring de unge skal have et dobbeltblik på de unges være- og handlemåder, -De fagprofessionelle skal lytte til de unge og handle på det, -De fagprofessionelle skal vende håbløsheden sammen med de unge.</p>
<p>Anders Petersen Lektor Sociolog Ålborg Universitet</p>	<p>Han mener, vi lever i en tid, hvor præstation bliver en overordnet markør. De unge trænes til at præstere, og det fremelsker en særlig type af individ, "det duelige præstationsindivid". Omstillingsparat, fleksibel, altid parat til at udvikle sig og vi kan aldrig være det nok. Der er ingen markør for, hvordan det ender. Vi har ingen tydelig definition på, hvornår vi er færdige. Ikke bare unge men alle løber efter det.</p> <p>Den måde at tænke på har overmandet de unges forestilling om, hvad det vil sige at være sammen med hinanden på mange måder. Ikke kun i skolen og i forhold til karakterer, men også i forhold til at vise sig frem som den bedste version af sig selv sammen med venner, på sociale medier osv.</p> <p>Der er skam forbundet med ikke at kunne slå til, det kan gå over i reaktioner som stress, angst eller depression.</p> <p>Præstationssamfundet formidles på en måde, så det nærmest virker en lille smule lækkert, "det blide barbari". I præstationssamfundet forventer de unge, at livet er én lang opadgående kurve. Derfor føles bølgedalene, som meget hårde og nogle gange uoverkommelige at komme igennem. De oplever, at de bliver målt og vejlet på det, de præsterer, snarere end på mange af de andre aspekter, der også er i at være menneske. De unge leder efter præstationsfrie rum. "Det er det, der sker på Roskilde Festival...". Mange søger også højskoler og efterskoler. Færre test, karakterfrie semestre.</p> <p>3 pointer: -Fokus på test og karakterer i uddannelser skal nedtones, -Præstationsfrie rum, -Vi skal stille spørgsmålet, om det er det her, vi ønsker, vi skal turde tage en samfundsmæssig debat om, hvilket samfund vi ønsker.</p>
<p>Nicolas Rose Professor Sociolog Kings College</p>	<p>Hvorfor har så mange børn og unge problemer, som defineres som psykiske forstyrrelser? Diagnoser opstår i krydsfeltet mellem en masse forskellige ting. Selve bekymringen over børns og unges psykiske trivsel ændrer den måde, som læger, forældre og lærere betragter dem på, og de unge lærer at tale om deres tilstand i "psykiske termer". Vi har brug for at finde ud af, hvordan man kan hjælpe unge uden brug af psykiatriske diagnoser. Han foretrækker termen "formuleringer" fremfor</p>

<p>London</p>	<p>”diagnoser”. Ideen er, at man ikke stiller en specifik diagnose, altså siger at en person lider af dette eller hint, men fokuserer på en grundig beskrivelse af et ungt menneskes problemer.</p> <p>Filosoffer som John Dewey og William James lagde vægt på indlæringen af gode vaner. Tidlige sociologer som Emile Durkheim og Max Weber mente at adfærd var formet af vaner, hvorimod i nyere tid ses handlinger som formet af valg. Unge bliver præsenteret for en masse billeder på, hvordan man kan få succes, blive lykkelig og tjene en masse penge. Instagram universet er fuldt af idealiserede billeder af, hvad det vil sige at være menneske, 98 pct. af alle mennesker er ikke sådan. Alle disse mediebilleder af den succes, man kan få, får mange til at forvente en masse af livet – lykke, rigdom, innovation – forventninger som er totalt urealistiske. Mange af nutidens unge vil måske ikke engang kunne få foden indenfor på boligmarkedet eller se frem til et sikkert job. Meget af den undervisning nutidens unge får, giver dem ikke redskaber til at forstå deres egne liv på de betingelser, der hersker her og nu.</p> <p>Han er bekymret over, at unge hele tiden skal være ”på”, og at det er svært for dem at trække sig ud af den måde at være sammen på, hvor de hele tiden bliver bedømt. Hvis det stod til ham ville han afskaffe mange af de test børn og unge belemres med og genindføre kunst, musik og håndværk. Han ville forbyde mobiltelefoner i klasseværelser i løbet af skoledagen og indføre ung støtte som den første mulighed for børn med psykiske problemer, så de kunne tale med andre, måske lidt ældre børn, der har oplevet noget tilsvarende.</p> <p>3 pointer: -Skær ned på psykiatriske diagnoser (vi må undgå at unge tager hul på en ”psykiatrisk karriere”, snarere end at fokusere på hjernen er der brug for at forstå sociale relationer og interaktioner) -Mindske påvirkningen fra sociale medier (unge skal være mindre fordømmende over for sig selv og andre. Vi må udvide ”båndbredden” med hensyn til, hvad og hvordan det er legitimt at være som menneske) -Vi må ændre strukturelle, ikke individuelle fænomener (her kan vi fx prøve at modificere testomfanget i skolerne, brugen af sociale medier og den diagnostiske kultur for at fremme psykisk trivsel).</p>
<p>Nanna Mik-Meyer Antropolog Professor CBS</p>	<p>Udsathed handler ofte om at have en presset økonomi og en kort eller ingen uddannelse. Unge, der modtager uddannelseshjælp, har ikke råd til de ting, som ”almindelige” unge har. At man har indført uddannelseshjælp i stedet for kontanthjælp til unge under 30 år har markant forringet deres økonomi. Man arbejder nogle gange personlighedsmæssigt med nogle af de unge, hvor det er økonomien, der er problemet. Der bliver ofte visiteret for lidt tid til bostøtte. Indsats i hjemmene er meget vigtig. En seng på et herberg koster 35.000 kr. om måneden, det er jo trods alt dyrere end en lejlighed til 5.000 kr. om måneden. Mange mekanismer i systemet er ikke hensigtsmæssige.</p> <p>Hun undrer sig over, at man fastholder, at alle skal være eksperter i deres eget liv. Mange unge har en erfaring, de IKKE kan bruge f.eks. fra bander og kriminalitet. De ved en hel masse om noget, der er ulovligt, men de ved ikke meget om den lovlydige side af samfundet f.eks. uddannelsesinstitutioner og boliger. De skal faktisk ud og lære en masse nyt og prøve noget af. Kommunerne bør lave administrationsordninger, betale husleje, medicin og andet, så de ikke bliver smidt ud af deres lejlighed. Man må</p>

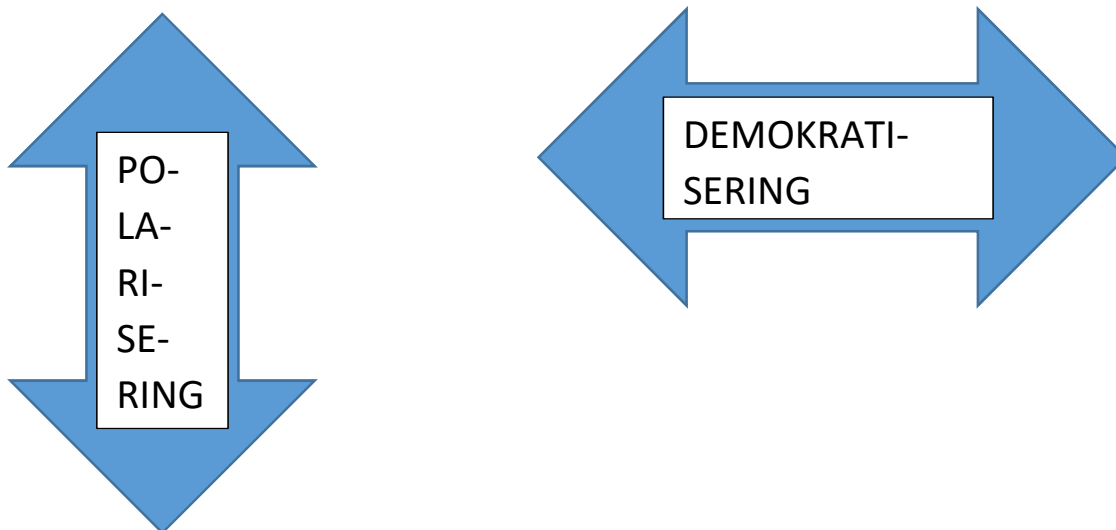
	<p>gerne sætte sig igennem med den ekspertise, man har. De unge må ikke falde igennem systemet, så deres problemer bliver mangedoblet.</p> <p>Der er begyndt at dukke mere privat gældsrådgivning op, hvor man kan gå ind fra gaden og få hjælp til at få styr på sin økonomi. Det er utroligt vigtigt og burde være en fast bestanddel af socialt arbejde.</p> <p>3 pointer: -Erkendelsen af at vi kan ikke forvente det samme af alle, er vigtig –Man skal støtte de unge med meget konkret hjælp, indtil de er kommet på fode igen – Man skal kunne vurdere, hvad den enkelte unge har brug for. Det er centralt, at vi ikke gør det samme for alle, men at der sker en afvejning af den enkeltes økonomiske, sociale, personlige og helbredsmæssige situation.</p>
<p>Máirtín Mac an Ghaill Sociolog Professor Newman University Birmingham</p>	<p>Vi kan ikke forstå marginalisering uden at forstå de indbyrdes relationer mellem køn, klasse og race/ethnicitet. Der er tit stereotyper i omløb, og afrocaribiske unge bliver ofte opfattet som skoletabere, mens asiater betragtes som succeslever. Ofte er det de afrocaribiske drenges opførsel, der får dem placeret i lavest rangerende klasse i en årgang og ikke deres kvalifikationer ved test. Problemet havde noget at gøre med drenge og maskulinitet. Drengene blev omtalt i adfærdsmæssige termer og ikke i akademiske. Det var omvendt med asiatiske drenge. Afrocaribiske elever blev 20 gange oftere skældt ud og læreren undlod tit at kommentere sydasiatiske elevers adfærd også selvom de skabte uro.</p> <p>Skoler er blevet mere konkurrence-orienterede. Lokale skoler ranglistes, private og offentlige skoler konkurrerer med hinanden.</p> <p>Vi ser flere unge med psykiske problemer, især blandt elever fra middelklassen, og det skyldes det stærkt stigende antal test og en konstant fokusering på forskellige former for overvågning. Vi har behov for at forbedre undervisningen så flere marginaliserede unge kan gennemføre en uddannelse.</p> <p>3 pointer: -Stop den ekstreme konkurrence i og mellem skoler på alle niveauer –Vi må have mere social retfærdighed –Vi har behov for et sprog, der tillader os at tale om problemer uden at krænke hinanden.</p>
<p>Tracy Shildrick Robert MacDonald Sociologi Professorer University Newcastle University Huddersfield</p>	<p>Der er tale om en økonomisk marginaliseringsproces. Forskningen viser, at nedskæringer har størst indflydelse på dem, der mindst at tabe. Hvis man begynder at skære i den smule, de har, bliver det kritisk. For mange unge er arbejds- og boligmarkedet usikre, og de begynder at tvivle på deres fremtidsmuligheder.</p> <p>Når der tales om muligheder i britisk kontekst, handler det ofte om, at unge bør sætte sig højere mål. De bør forbedre deres færdigheder, kompetencer og attraktionsværdi på arbejdsmarkedet. I vores forskning har vi imidlertid fundet, at der ikke er mangel på ambitioner og stræben blandt unge, men derimod mangel på muligheder. Vi har fulgt de samme mennesker i op til 30 år, og det mest slående er, at de bliver ved med at være fattige, uanset hvad der ellers måtte ske. Arbejdsmarkedet er en timeglasøkonomi med en vækst i mængden af job øverst og nederst, men en udhuling på midten.</p> <p>Man må følge unge over en længere årrække for at forstå, hvad der sker. Vi følger unges løbebaner eller overgange. Man kan ikke forstå, hvad der sker ved bare at tage udgangspunkt i et øjebliksbillede. Vi kunne ikke få mening i de unges historier uden at se på deres familier, deres boligsituation eller deres brug af stoffer.</p>

	<p>Det er et generelt europæisk fænomen, at unge som kategori er mere utrygge end tidligere, så selv unge fra det, vi kalder ”eliten”, er mindre trygge, end de var engang.</p> <p>3 pointer: -Fokusér på en mindskelse af den økonomiske ulighed ved at bremse nedskæringer på velfærdsområdet og genskabe den sociale tryghed – Genetabler et jobmarked, der er kendetegnet ved kvalitet –Fokusér generelt på strukturelle betingelser snarere end på individuelle forhold.</p>
<p>Christer Hyggen Politolog Seniorforsker Center for Velfærds og Arbejdslivsforskning Oslo</p>	<p>Fra 2006 til 2016 skete der en fordobling af unge, man regner med kommer til at stå uden for arbejdsmarkedet resten af livet, og det handler i høj grad om strukturelle ændringer på arbejdsmarkedet.</p> <p>Norge har en af de laveste ledighedsrater i verden på omkring 2-3 pct. af befolkningen, men ungdomsledigheden er 3-4 gange så høj. Der er færre job og øget konkurrence om de ufaglærte job. Der er behov for, at vi ser på, hvordan arbejdsgiverne kan gå fra at være dørvogtere til at være døråbnere.</p> <p>De har kigget på ”arbejdstræning”. Det viste sig at arbejdsgiverne i Norge er meget mere skeptiske over for praktik end ledighed. Det er vigtigt, at arbejde med arbejdsgivernes opfattelse af de unge og at informere dem om, hvad de unge faktisk har lært, når de har været i arbejdsstræning.</p> <p>I Norge er der en gruppe af unge på 80 - 90.000 der betegnes som NEET (Not in Education, Employment and Training). Det er 9 pct. af de unge.</p> <p>Vi har undersøgt en lang række statistikker, som kan dokumentere, om unge har fået det psykisk værre (og ikke bare er diagnosticeret mere). Vi finder ikke nogen entydig dokumentation for det (andet end selvrapporterede mildere psykiske lidelser). Vi skal være forsigtige med at tolke indikationen af mildere psykiske lidelser, som en øgning af sårbarhed og udsathed. Et højere stressniveau kan være tegn på højere engagement.</p> <p>Vi fandt i en analyse, at der var stor forklaringskraft i en manglende sammenhæng mellem egne forestillinger om en selv i 18 års alderen, og hvor man var i 40 års alderen. Vi konkluderede at det er vigtigt at have realistiske mål, fordi forestillingen om én selv og den, man kommer til at blive, betyder meget. Det handler om, hvordan man tegner det mentale kort i den periode, og hvad der rimeligt at opnå.</p> <p>3 pointer: -Strukturelle muligheder og begrænsninger skal synliggøres for de unge, - Alternative veje gennem uddannelse og ind på arbejdsmarkedet skal anerkendes, -Arbejdsgivere skal støttes til også at anerkende de alternative ruter.</p>
<p>Kitte te Riele Professor University Tasmania</p>	<p>Regeringen siger på den ene side, at de unge skal blive længere i gymnasiet. På den anden side giver regeringen skolerne større bemyndigelse til at bortvise elever der falder uden for normen, fremfor at understøtte skolerne i deres forsøg på at skabe plads til alle. Det er som om skoler generelt bliver mindre inkluderende.</p> <p>Lærere er ikke sundhedsprofessionelle. Der er brug for mere støtte til unge med psykiske problemer, både i og uden for skolerne.</p> <p>Vi må bevæge os væk fra standardiserede test. Vi må fokusere på, hvad de unge faktisk lærer, snarere end på, hvordan de klarer sig i forhold til andre elever. Hvis der fokuseres på deres vækst og på, hvor meget de faktisk har lært siden sidst, vil det få en langt mere positiv effekt på dem. Vi skal lægge vægt på ”personligt maksimum” eller ”vækst”. Fra politisk hold kunne man måske forsøge at allokere de bedste lærere og de bedste ressourcer til skoler i områder kendetegnet ved fattigdom og problemer, der fører til marginalisering.</p>

	<p>3 pointer: -Et styrkebaseret optimistisk livssyn og en fælles bestræbelse på at gøre tingene bedre er nødvendige redskaber, hvis vi vil forebygge og forholde os til marginalisering i uddannelsessystemet, -Alternative skoler og fleksible læringsprogrammer, -Meningsfuld læring skal træde i stedet for standardiserede test.</p>
<p>Jette Kofoed Religions- sociolog Lektor Århus Universitet</p>	<p>Forsker ikke i udsathed men i in- og eksklusionsprocesser. Hvad er på spil, når fællesskaber virker og ikke virker. Når der er tre bestemte forhold til stede rapporteres der om mobning i en skoleklasse: Ensomhed, skolelede og det at være bange for noget. Det er en god idé at arbejde med skoleglæde og udvikle tryghed i klassen, så alle tør sige noget og udfordre ensomheden.</p> <p>Vi bliver nødt til at holde os åbne og ikke lukke vores forståelse, hver gang vi synes, vi har forstået mødet mellem de unge og ét bestemt socialt medie eller én bestemt aldersgruppe. Det, vi lavede for tre år siden, er forældet, og vi må stå på tær for at forstå, hvor de unge står, hvis vi vil lave ungdomsforskning.</p> <p>Hvis vi taler om nogle unge som ”udsatte unge” risikerer vi at udpege dem, vi tror det er.</p> <p>3 pointer: -Undersøg fællesskabet, og hvilke forskelle der konkret gør en forskel. Vi skal turde udfordre begrebet om udsathed, -Vi må være åbne over for de unges perspektiver og gøre dem centrale, når vi skal forstå processerne i unges fællesskaber, - Vi skal ikke tro, at vi ved alt om ungdomsliv og sociale medier. De unges liv forandrer sig hele tiden.</p>
<p>Line Lerche Mørck Psykolog Professor Århus Universitet</p>	<p>En af de vigtigste ting, for om man bliver marginaliseret, er skolen. Det er fatalt, hvis man ikke trives dér. Hvis der ikke er nogle, der tager fat i én og støtter op om én, men man i stedet bevæger sig mod kanten og måske helt ryger ud af uddannelsessystemet, så er det noget, der marginaliserer.</p> <p>Er inspireret af social praksisteori, som den er udviklet af Jean Lave og Etienne Wenger. De fokuserer på, hvordan vi som mennesker lærer og udvikler os gennem deltagelse i praksisfællesskaber. Det handler ikke alene om valg, men om hvilke meningsfulde sammenhænge og fællesskaber man har eller ikke har adgang til, og hvorvidt man kan ændre position der. Hvis man skal overskride marginalisering, skal man tilbydes deltagelse i andre fællesskaber, end de kriminelle fællesskaber, som flere af de unge, jeg har fulgt, tidligere har været meget engagerede deltagere i.</p> <p>Det handler om, at man mødes et andet sted end i problemerne.</p> <p>Vi har udviklet et redskab, der hedder Livsførelseslisten, en slags dokumentationsmetode, hvor man oplister det meningsfulde, der fungerer i livet, men også skriver udfordringer og udviklingspunkter ned.</p> <p>Vi skal skabe nye muligheder for fællesskabende praksis, hvor de, der ellers primært bliver set som problemer, afmægtige og udfordrede, får en stemme.</p> <p>3 pointer: -Skab eksperimenterende rum, hvor de unges særlige viden kan komme i spil, og hvor deres stemme bliver hørt, -Hjælp de unge med at skabe en meningsfuld livsførelse med udgangspunkt i den mening og de kompetencer, ressourcer og udfordringer, de unge selv ser i deres liv, -Lav kritisk forskning, som udfordrer den dominerende tænkning.</p>

Polarisering og demokratisering af udsathed

I en opsummering i bogen *Ny udsathed i ungdomslivet (2019)* (side 243-254) skriver forfatterne, at de ser to samtidige tendenser. Dels en polarisering og dels en demokratisering, og de illustrerer det sådan:



Øget polarisering skal forstås sådan, at uligheden i den klassiske udsathed øges. De skriver, at der bliver længere mellem de unge, der har gode chancer for at indfri drømmen om et godt ungdoms- og voksenliv, og de unge som kæmper med en lang række sociale og økonomiske problematikker. For sidstnævnte gruppe kan afstanden til det gode ungdomsliv synes næsten uoverstigelig. Samtidigt peger mange forskere på en anden bevægelse, som man kan kalde en demokratisering af udsathed. Gruppen af unge, der kæmper med udsathed, er langt mere sammensat, end vi har været vant til. Der er en stigende psykisk mistrivsel blandt unge med social og økonomisk udsat baggrund og blandt unge med middel- eller overklassebaggrund.

De vælger at definere **ny udsathed** sådan her (side 248-9):

”Ny udsathed er det, der sker, når forskellige strukturelle og kulturelle forandringer utilsigtet spiller sammen og rammer ungdomslivet på en måde, som samlet set øger presset og fokuset på den enkelte unge og dennes formåen. Udsathed opstår således, når de unge udsættes for et markant kulturelt præstations- og forventningspres i uddannelsessystemet såvel som i ungdomslivet generelt, samtidigt med

- *at uddannelsesinstitutionerne og velfærdssystemet i stigende grad har fokus på fremdrift, skærer i ydelser og stiller skærpede krav,*
- *at arbejdsmarkedet forandrer sig, bliver mere uforudsigeligt, og konkurrencen om jobbene øges,*
- *at de unge navigerer alene og på ukendt territorium på de sociale medier, som i døgndrift ’kalder’ på opmærksomhed,*

- at vi og de unge selv i stigende grad forstår unges udfordringer i psykiatriske og diagnostiske termer.

Ny udsathed bliver således til i et krydsfelt mellem en præstations- og diagnosekultur, velfærdsreformer, arbejdsmarkedsudvikling og medialisering.”

Ganske kort beskrevet foreslår de, at man arbejder med følgende områder:

- Gør op med fattigdom
- Nedton præstationsræs i uddannelsessystemet
- Skab rum for alternative veje i uddannelsessystemet
- Understøt adgang til handlemuligheder og fællesskab

Det er konklusionerne på forskernes perspektiv, men som de selv skriver, har vi også brug for at vide, hvordan ny udsathed ser ud fra de unges perspektiv og i relation til de praksisser, der udfolder sig i deres hverdagsliv.

TING JEG GJORDE

AF MAREN UTHAUG



Det muliges kontinent og den øgede hastighed i sociale processer

De unges perspektiv har Christian Hjortkær (højskolelærer og Søren Kirkegaard forsker) søgt at uddybe i bogen *Utilstrækkelig. Hvorfor den nye moral gør de unge psykisk syge (2020)*. Bogen er interessant nok skrevet til de unge selv, som han bl.a. underviser på højskolen. Den er skrevet for at fjerne skyld og give plads til ansvar, som han selv formulerer det.

De unge får tit at vide, at der er meget i vejen med dem (dovne, egoister, historieløse), men som det også fremgår af ovennævnte, gør de unge også meget godt. Han skriver (side 9): ”Ser man statistisk på det, så viser det sig, at de unge drikker mindre, de ryger mindre og er mindre kriminelle, samtidigt med at de faktisk er langt sundere og langt mere pligttopfyldende end generationen før dem, og generationen før dem igen. De unge er, som nordmændene konkluderer i deres rapport, *'en sykt seriøs ungdomsgenerasjon'*. De er udtryk for et ny paradoks. De er så pligttopfyldende, at de bliver syge af det.”

Christian Hjortkær forsøger at indkredse den utilstrækkelighedsfølelse mange unge har ved at tage udgangspunkt i sociologen Alain Ehrenbergs teorier om en forbuds- og lydighedskultur og en præstations- og handlingskultur. Tidligere generationer voksede op i en forbuds- og lydighedskultur. De stod i en cirkel af regler og forbud, i 'det tilladtes territorium'. Hvis man gik over stregen, fik man et rap over fingrene. Forbud og regler var til at få øje på. I dag vokser de fleste ikke op i 'det tilladtes territorium', men i 'det muliges kontinent'. De er ikke længere indrammet af et sæt klare regler, men i stedet opfordret til at realisere sig selv i et frit rum af muligheder, de lever i en påbudskultur, som Christian Hjortkær kalder det. Det er ikke kun de unge, men også mange af de voksne, der mærker disse påbud:

"Du skal leve længe, leve sundt og leve godt, du skal tænke positivt og fremadrettet, holde dig i form, holde dig opdateret og holde op med at tænke for meget, du skal være social men husk at finde tid til at være alene, være original men ikke sær, skille dig ud fra mængden men ikke ud af mængden, prioritere dine arbejdsopgave og huske kvalitetstid med familien, holde vreden inde og tankemylderet ude, holde blodtrykket nede og humøret oppe, du skal redde miljøet og være den bedste udgave af dig selv. Problemet med påbuddene er, at vi aldrig kan nå i mål med dem. Det udefrakommende og autoritative 'hertil og ikke længere!' er erstattet af et individuelt og spørgende 'hvortil og hvor langt?', eller som barnet på bagsædet: 'Er vi der ikke snart?' (side 27-28)."

Vi har fået en række idealer over os, som vi aldrig kan nå op til og, som vi er bagud i forhold til. Regler og forbud afføder skyld og neuroser. Ideal og påbud afføder skam, angst og en følelse af utilstrækkelighed. Han siger, at det er kun, når vi lever i den indbildning, at idealer **kan** og derfor også **skal** nås, at idealer kan føre mennesker ind i psykisk sygdom. Ideal er ikke reelle men ideelle. Det synes han, vi har glemt at fortælle de unge. Det egentlige oprør består i dag ikke længere i at overskride forbuddene, men i at lade være med at følge påbuddene.

Den utilstrækkelighedsfølelse som Christian Hjortkær beskriver kan også have sin baggrund i den hastighedsforøgelse i samfundets funktioner, som sociologer og historikere har beskrevet. Sociologen Edgar Morin skrev allerede i 1960'erne i et essay om "Farten og den moderne tilværelse" og det som tidens hastighedsforøgelse påtvinger mange mennesker:

"Maskinen nøjes ikke med at transportere menneskene med sin egen hastighed (bil, tog, flyvemaskine): den påtvinger i en vis udstrækning mennesket sin hastighed. Mennesket må følge den, indstille sig efter dens fart...Der findes en fartens ungdom, som søger det sande liv eller dets erstatning i accelerationsekstasen" (Louisiana Revy, nr. 3, 1965, side 33-34).

Sociologen Hartmut Rosa har i et essay fra 2010 om "Alienation and Acceleration" beskrevet, hvordan transport, produktion og kommunikation (sociale relationer) bliver præget af en hastighedsforøgelse, som påvirker os og kan føre til en forstærket fornemmelse af ikke at høre til i verden. Faktisk betyder den stigende hastighed af processer, at det i stigende grad bliver svært at få hold på, hvad der sker i verden og analysere det (side 99). Netop en kritik af de hastighedsforøgende strukturer i samfundet (temporal structures of society) og deres fremmedgørende konsekvenser ville være et godt sted at starte, hvis man vil have styr på

udviklinger i samfundet, som får os til at føle, at vi ikke er en del af verden. Rosa taler om, at han vil udvikle en ny samfundskritik (new version of critical theory).

Hvis man har mange muligheder i det muliges kontinent og samtidigt bliver tilbudt en hurtig løsning, kan det måske give plads til uovervejede beslutninger. Laila Klitgaard beskrev i en kronik i Information (9. april 2021), hvordan hun var en drengepige, havde drengevenner og identificerede sig med drenge. Hun skriver:

”Jeg følte mig som en dreng, og hvis jeg havde været en dreng i dag, så havde jeg helt sikkert været en af de børn, som ønskede et kønsskifte. Det er tilladt, at børn under 18 år kan få hormonbehandling for at bremse det køn, barnet er født med. Flere har været fremme og sige, at der er fare for selvmord, hvis denne behandling ikke tilbydes. Men jeg får lyst til at spørge – kan man ikke forebygge selvmord på anden vis end at fylde børn og unge med hormoner? Forældre, pædagoger, lærere og trænere kan i stedet være mangfoldige og inkluderende og se det ’anderledes’ barn som værende kunstnerisk, skabende og legende med sin identitet i stedet for at putte det i kønskasser. For barnet skal hellere lære, at nutidig og fremtidig lykke slet ikke knytter sig til deres køn.”

Hun er glad for, at hun ikke fik frataget sine biologiske muligheder for at få børn senere hen og ikke blev et eksperiment for diverse behandlinger. Hendes artikel er også et opråb om, at ting tager tid, og at vi er forskellige, og at man må være rummelig over for den forskellighed i stedet for at bruge quickfix.

Vores behov for forskellighed er Peter Lund Madsen også inde på i sin nye bog fra 2021 ”Når børn og unge får angst”. Det er vigtigt for samfundet, at vi er forskellige, og vi har samtidigt forskellige behov for at have tid og for at få en fornemmelse af at høre til et sted.

”Vi mennesker må ikke være ens. Vi skal være forskellige, vi har alle vores rolle at spille, og der er brug for os alle sammen. Som allerede nævnt er menneskehjernen skabt til at fungere i et stenalderssamfund. Dengang levede man ofte i grupper på omkring 100 individer, og kunsten var at skabe fællesskaber, der kunne stå sammen imod omverdenens farer. Hvis et fællesskab skulle fungere, kunne det ikke nytte, at alle medlemmer var født ens. Der skulle være nogle, som var gode til at systematisere og tænke konkret, der skulle være andre, som var mere flyvske, som tænkte nyt og fik overraskende ideer. Der var brug for alle mulige former for talent. For at en gruppe af mennesker kunne fungere optimalt, var det nødvendigt, at den bestod af hjerner og kroppe, som var forskellige. Vi mennesker er altså forskellige, fordi det er en forudsætning for artens og fællesskabets overlevelse. Sådan er det også med angst og bekymring. Fællesskabet har brug for mennesker, der med dødsforagt kaster sig ud i nye projekter. Der skal være en motor for det hele, men der skal også være en bremse. Der skal være nogen, der kan forudse problemerne, inden de opstår, også de problemer, der aldrig bliver til noget. Fællesskabet har brug for bekymrede hjerner, der kan forestille sig alt det værste, der kan ske...Er man derfor en af de mange, som er født med en tendens til uro, ængstelse og bekymring, er det ikke, fordi der er noget galt med én. Man er derimod født med en hjerne, som har talent for at varetage en af fællesskabets absolut allervigtigste opgaver, som er at sørge for, at vi er forberedt på alle fælderne, farerne og truslerne.

Som med andre talenter er det ikke uden omkostninger. For mange bekymringer og for voldsom ængstelse er en belastning. Det er den type hjerne, der er skabt med en risiko for at udvikle en angstlidelse” (side 33-36).

Endnu et perspektiv, der kan være relevant at få ind i denne sammenhæng, er de unges svage politiske magt, men store kulturelle magt.

Hvor meget magt har ungdommen?

David Runciman, politolog fra Cambridge Universitet siger, at der er en hvis frustration blandt de unge, som handler om, at de har manglende indflydelse. Han nævner som eksempel, at hvis det havde stået til de unge mellem 18 og 24 år havde Boris Johnson ved valget sidste år kun fået 4 ud af 650 pladser (interview i Information 26. september 2020). Hans pointe er at befolkningspyramiden i særligt de vestlige lande slet ikke er en pyramide mere. For første gang findes der nu samfund, hvor der er flere ældre end unge. I 1950 var den gennemsnitlige dansker 31 år, i dag er det 42 år. Det har store politiske implikationer. Det politiske system er indrettet ”mod” de unge. Den oprindelige antagelse var, at der altid ville være flest unge. Fra antikken har indvendingen mod demokratiet været, at de ”forkerte” mennesker var i flertal; flere unge end gamle, flere fattige end rige og flere ufaglærte end uddannede. *”Det repræsentative demokrati er indrettet med henblik på at holde de tre grupper ude og begrænse deres indflydelse”,* siger David Runciman.

Man ser, at de tre grupper er underrepræsenterede i lovgivende forsamlinger. En karriere i politik kræver netværk, ressourcer, talegaver, viden, erfaring og andre egenskaber, som favoriserer velhavende, veluddannede og aldrende. Sådan er det i Indien, Danmark, USA, Storbritannien og i Spanien. Og sådan var det for 100 år siden, for 50 år siden og i dag. *”Så for at samle op”,* siger han, *”står du altså som ung i en situation, at du taber valgene, du er ikke repræsenteret i parlamentet, og på en eller anden måde, har vi alligevel en forventning om, at det er dig, der skal bekymre dig om klimaet og fremtiden og løse de langsigtede samfundsproblemer.”*

I Danmark er de unge i overvældende grad enige om, at klimaet er det vigtigste problem, de ældre er mere optaget af økonomi og indvandring. Det er ikke, fordi ældre er ligeglade med fremtiden. De ældre finder uddannelsespolitik ligeså vigtig som yngre vælgere. Men generøs uddannelsespolitik kræver ikke store omvæltninger i de ældres liv. Det gør klimapolitikken. *”Hvis man har levet hele sit liv stærkt afhængig af en bil, så ser man også anderledes på klimakrisen, end hvis man aldrig har ejet eller kørt i en bil,”* siger David Runciman.

Alder er også knyttet til økonomisk ulighed. I USA ejer voksne amerikanere under 40 år mindre end 7 pct. af den samlede velstand. Ingen aldersgruppe i USA er rigere end de over 75 årige. I Danmark gælder det, at en dansker mellem 70 og 79 år har gennemsnitligt en formue der er større end en 30-39 årig. *”Unge kæmper i dag med usikkerheder, som min generation aldrig har kendt til”,* siger Runciman. Det skyldes selvfølgelig ikke kun demografi. Økonomi, sociale og kulturelle udviklinger spiller en rolle. *”Men en del af det er også en konsekvens af det demokratiske problem, som er forårsaget af den dramatiske udvikling mod en ældre og ældre befolkning,”* siger Runciman.

Til gengæld har de unge en anden slags magt. Samfundet er ekstremt optaget af ungdom. Vi dyrker det nye, feticherer det ungdommelige, og ingen er for gammel til at ligne en på 25 år. *”Faktisk tror jeg, det er en af de ting, som driver modsætningen mellem yngre og ældre vælgere,”* siger Runciman. Sociale medier og de teknologiske omvæltninger efterlader mange ældre med en følelse af at være udenfor, mener Runciman. På samme måde er det de unges værdier, erfaringer og oplevelser, der er de dominerende i kulturen. Modsætningsforholdet mellem de ældres økonomiske og politiske magt, og de unges kulturelle og teknologiske magt er med til at gøre generationskløften bredere. *”Men vi bliver ved med at se den vrede og det håb, som unge mennesker udtrykker politisk og gennem aktivisme, som noget, der nødvendigvis skal kanaliseres igennem det konventionelle parlamentariske system. Vi har ikke fantasi til at forestille os, hvad vi ellers skal stille op med det,”* siger Runciman.

Som foreløbige konklusioner kan opridses:

Det kan være nyttigt at foretage en udforskning af området mental sundhed for at søge at få så mange spekter med som muligt ikke mindst for at undgå at blive taget på sengen med spørgsmålet: ”Har I ikke tænkt på at....?” Nu er der større chance for, at vi kan sige: ”Jo, det har vi tænkt på, og vi har tænkt at gøre sådan”, eller ”Jo det har vi tænkt på, men vi har valgt ikke at prioritere det, eller det ligger uden for det, vi har indflydelse på.”

Læring angående mental sundhed vi kan tage med og arbejde med i vores planlægning:

Der er ikke en modsætning mellem den klassiske og den nye udsathed.

Vi behøver ikke at stå i hver vores grøft og holde på, at den ene udsathed er mere vigtig end den anden. De findes begge to, og der er bevægelse i begge former for udsathed.

Flertalsmisforståelser findes ikke kun hos de unge

Voksne kan have katastrofetanker overfor, hvordan det går de unge, og helt glemme at se på den store andel, der klarer sig rigtig godt og har det godt. Hvad kan vi i øvrigt lære af de, der klarer sig godt, og er tilfredse med det de laver?

Vi gør meget i forvejen med hensyn til at skabe rum for alternative veje i uddannelsessystemet og understøtte adgang til handlemuligheder og fællesskab

ABC Mental Sundhed og særlige åbne rum for unge, der tilbyder fællesskab og udviklingsmuligheder ligger i forlængelse af forskernes anbefalinger. Med hensyn til fattigdom og præstationsræsset i uddannelsessystemet skal indsatsen på dette område spille sammen med nationale indsatsen.

Sygdomme og bekymringer forekommer bestandigt og kan ikke undgås, men kan håndteres med den rette værktøjskasse

”Sygdomme findes ikke, der findes kun syge mennesker”, det er et radikalt udsagn, men baserer sig på den kendsgerning, at diagnoser og kategoriseringer er konstruerede hjælpemidler og ændrer sig med historisk tid og kultur. Dybest set (biokemisk og psykologisk) har hvert menneske sin egen måde at håndtere udfordringer og sygdomme på. Helt unikke er vi ikke, da der kan være fællestræk i de mekanismer, vi bruger for at komme videre i livet. Men denne nuancering må vi søge at få i spil i de indsatsen, vi arbejder med. Vi må også have fokus på hvordan de unge selv forholder sig til deres problemer. Et eksempel: Anine er 19 år og er diagnosticeret med Asberger. Der var et interview med hende i Alt (for damerne) 23. januar 2020. Anine selv har ikke lyst til at blive sygeliggjort. Intervieweren spørger:

”Når det ikke er en sygdom, hvad er det så? ”Anine: ”Det er en måde at beskrive, hvordan min hjerne fungerer. Jeg tror, alle mennesker har en diagnose. Jeg tror ikke, at jeg er unik på den måde. Jo, jeg er unik, fordi jeg er mig, men alle er unikke. Og alle har deres egne diagnoser. Jeg føler mig – i gåseøjne – heldig over, at jeg har fået en officiel diagnose, fordi det betyder, at jeg så tilhører en kategori af mennesker, som man kan give nogle værktøjer til at håndtere lige præcis det, der

belaster dem. De fleste mennesker har jo noget, som belaster dem, men de færreste mennesker får sådan en værktøjskasse serveret. De må bare bøvlé rundt og prøve at finde ud af det selv. Jeg har fået en værktøjskasse, hvor jeg dykker ned, når jeg bliver ked af det, og så ved jeg, at der er redskaber, der kan hjælpe mig videre."

Forventningspres, øget hastighed, måling af præstation er noget, der ikke kun vedrører de unge

Det er i høj grad noget, de voksne mærker, men mange unge er måske mere sensitive og ikke så vel forberedte på udfordringerne. Det, der præger de unges liv, er også noget, der præger de voksnes liv. Måske kommer det ovenikøbet fra de voksnes måde at gøre tingene på, ligesom vi siger, at voksnes alkoholvaner og rygevaner meget ofte smitter af på de unge. De unge gør ikke, som vi siger, de skal gøre, men de lærer af de voksnes handlinger. I det vi gør og måden, vi omtaler ting på, kan vi påvirke eller ændre en udvikling, både negativt og positivt. Erfaringer fra andre områder, f.eks. SSP, siger, at det ikke altid er godt *i sig selv*, at gå ud og tale meget om et bestemt emneområde, hvor man vil gøre en indsats. Måden, man taler om det på, har stor betydning. Vi må overveje, hvad er det for en måde at omtale tingene på, der hjælper de unge.

Hvordan skaber man tiltro til eller billeder af fremtiden?

En undersøgelse fra VIVE siger, at 19 årige, der har et bud på, hvad de vil lave som 30 årige, har i gennemsnit 0,3 år længere uddannelse, 9 procentpoints mindre risiko for at være arbejdsløse og har haft 12 uger mindre på social forsørgelse som 30 årig end de unge, der ikke havde en ide om, hvad de ville lave som 30 årige. Man har fulgt unge i Danmark i en 15 årige periode og har brugt PISA undersøgelsen, som udgangspunkt (J. Greve m.fl. Labour 2021, side 1-29).

Hvordan skaber man tiltro til en fremtid i en verden, som forandrer sig meget hurtigt, hvor det der er brug for om 2 år, måske ikke er det, der er brug for om 10 år? Hvilket kompas kan man bruge i den verden? Hvilket instrument eller hvilke kompetencer skal de unge og de voksne have med i værktøjskassen?