

Ungdommer i skolen i et prestasjonssamfunn

En kvalitativ studie av fire elever i videregående opplæring

Silje Marie Heimdahl

Masteroppgave i pedagogikk med vekt på spesialpedagogikk

NLA høskolen, Bergen

Våren 2019

Sammendrag

Navn: Silje M. Heimdahl

Mailadresse: silje.heimdahl@hotmail.com

Innleveringssemester: Vår 2019

Fagområde: Pedagogikk med vekt på spesialpedagogikk

Bakgrunn for oppgaven

Formålet med denne oppgaven var at jeg ønsket å undersøke om det stadig omtalte prestasjonspresset påvirker ungdom og hvordan dette preger deres hverdag.

Masteroppgaven vil ha hovedvekt på ungdommenes synspunkt på egen hverdag, og deres opplevelser av press fra ulike arenaer. Det vil bli gjort rede for relevant forskning innenfor utdanning i videregående opplæring og prestasjonspress. De ulike aspektene innenfor temaet vil være blant annet skole og utdanning, foreldre, sosiale medier, psykisk helse og stress. Prosjektets utgangspunkt er problemstillingen:

Hvordan opplever elever på yrkesfaglig utdanningsprogram i videregående skole og elever på påbygg til studiekompetanse prestasjonspress fra foreldre, skole, vennekrets og seg selv?

Metode og datainnsamling

I dette prosjektet er det benyttet en kvalitativ forskningsmetode. Det er intervjuet fire ungdommer i videregående opplæring om deres synspunkter og opplevelser av prestasjonspress på ulike arenaer i egen hverdag. Ungdommene er i yrkesfaglig utdanningsprogram og påbygg i studiekompetanse. Det er både gutter og jenter med i prosjektet. Data som ble samlet inn i dette prosjektet har blitt fortolket i lys av relevant litteratur på fagområdet. Jeg har brukt etablert teori og forskning på tematikken for å få så gode resultater som mulig. Leseren kan vurdere pålitelighet og gyldighet ved at den metodiske fremgangsmåten er gjort transparent.

Teori

Faglitteratur som er benyttet i prosjektet er relevant forskning innenfor temaene utdanning i videregående opplæring, prestasjonspress og ungdom; se også andre nøkkelord nevnt nedenfor. Det blir også vist til flere offentlige dokumenter som opplæringsloven, stortingsmeldinger og rapporter, som for eksempel Ungdata, Stress i skolen og Barn og medier, med mer. Dette for å belyse hvordan temaet er benyttet på fagfeltet.

Resultater

I dette prosjektet kommer det frem at ungdommer kan oppleve press i noen grad på ulike arenaer. Arenaene som er undersøkt er skole, foreldre, jevnaldrende og sosiale medier. De unge forteller om et press hvor det er viktig å prestere i skolen, gjøre foreldrene stolte, og se vellykket og suksessfull ut blant venner og på sosiale medier, samtidig ser vi en flott ungdomsgenerasjon. Vi lever i et samfunn hvor det er blitt vanlig å bli dømt ut ifra hvordan en presterer. Et samfunn som også blir kalt et prestasjonssamfunn. Samfunnet kan sies å ha fått en diagnose, og vi legger ansvaret for å leve opp til samfunnets forventninger på ungdomsgenerasjonen.

Nøkkelord for oppgaven:

Prestasjonspress

Psykisk helse

Stress

Videregående opplæring

Sosiale medier

Forord

Skriveprosessen har vært krevende, men samtidig spennende og utrolig lærerik. Temaet er fortsatt noe jeg syntes er veldig spennende og kommer til å ta med meg videre i mitt arbeid.

Jeg vil gi en stor takk til familie og venner for god støtte. De har vært der og motivert meg gjennom hele prosessen. En stor takk til arbeidsplassen min for god tilrettelegging slik at jeg kunne få til å fullføre mastergraden og jobbe samtidig. Takk til Margareth som hjalp meg med å få tak i informanter til prosjektet. Selvfølgelig en stor takk til informantene som ville delta i prosjektet mitt. Og ikke minst en spesiell takk til veilederen min, Kjell Oppedal, for betydningsfull veiledning og inspirasjon underveis i arbeidet.

Bergen, Februar 2019

Silje M. Heimdahl

Innholdsfortegnelse

1. Innledning	9
1.1 Ungdommer i et prestasjonssamfunn	9
1.2 Forskerspørsmålet	12
1.2.1 Underspørsmål	13
1.3 Oppgavens avgrensninger	13
1.4 Oppgavens oppbygging	14
2. Skoleungdommer i et prestasjonssamfunn	15
2.1 Prestasjonspress blant ungdom	15
2.1.1 Forventninger og ungdomstid	16
2.1.2 «Generasjon prestasjon» og «flinke piker»	18
2.1.3 Prestasjonspress i samfunnet	19
2.2 Prestasjonspresset i skolen	20
2.2.1 «Du er hva du får til»	21
2.2.2 Elevers prestasjoner i skolen	22
2.2.3 Fraværgrensen	23
2.2.4 Skolen er formet av samfunnet	24
2.3 Prestasjonspress fra foreldre	25
2.4 Psykisk helse og stressfaktorer i hverdagen	26
2.4.1 Negative konsekvenser av press – en sammenheng mellom prestasjonspress og psykisk helse?	27
2.4.2 Ungdom og bruk av sosiale medier	28
2.4.3 Trivsel og motivasjon – en viktig del av skolehverdagen	30
2.4.4 Selvoppfyllende profeti – en flask definisjon kommer til live	30
3. Metodisk tilnærming	33
3.1 Valg av metode	33
3.1.1 Kvalitativt forskningsprosjekt	33
3.1.2 Hermeneutisk tilnærming	34
3.1.3 Validitet og reliabilitet	35
3.2 Planlegging og gjennomføring av prosjektet	36
3.2.1 Intervju	36
3.2.2 Utvalg av informanter	37
3.2.3 Innsamling av data under intervjuene	38
3.2.4 Bearbeiding av det empiriske materialet	38
3.3 Etiske retningslinjer	38
3.3.1 Hva kunne vært gjort annerledes?	39
4. Presentasjon av empiri: ungdommenes egne opplevelser av hverdagen	41

4.1 Presentasjon av informanter	41
4.2 Utdanning og fremtiden	41
4.3 Forventninger fra foreldre – er det et foreldrepresst?	46
4.4 Stressfaktorer på skolen	48
4.5 Prestasjonspress i skolen	52
4.6 Sosiale medier	57
4.7 Prestasjonspress og psykiske helseplager	61
4.8 Fraværsgrensen som stressfaktor	64
5. Hvilke forventninger har ungdommer i videregående opplæring til seg selv, egen utdanning og fremtiden?	67
5.1.1 Unges hverdag og tanker om fremtiden	67
5.1.2. En ungdomstid fylt med forventninger	68
5.2.3 Kjønn og studieretning	69
5.2 Hvilke forventninger opplever ungdommer å få fra skolen, foreldre, jevnaldrende og samfunnet?	69
5.2.1 Forventninger fra skolen	70
5.2.3 Skolens krav – en forberedelse til fremtidig arbeidsliv?	70
5.2.4 Forventninger fra venner	71
5.2.5 Kan ungdommers økte bruk av sosiale medier være med å bidra til et økt prestasjonspress i skolen ved å gjøre sosial sammenligning utbredt?	72
5.3 Er det et prestasjonspress? I så fall hvordan oppleves dette og på hvilken arena er det sterkest?	73
5.3.1 Prestasjonspresset i skolen	73
5.3.1.1 Presset med karakterer	74
5.3.1.2 Presset om fremmøte	76
5.3.1.3 Presset fra lærerne og skolens signaler	77
5.3.2 Prestasjonspresset fra foreldre	78
5.3.3 Prestasjonspresset i samfunnet	79
5.4 Er det en sammenheng mellom psykisk helse og prestasjonspress?	81
6. Hvordan opplever elever på yrkesfaglig utdanningsprogram i videregående skole og elever på påbygg til studiekompetanse prestasjonspress fra foreldre, skole, vennekrets og seg selv?	85
6.2 Vurdering av eget arbeid	88

1. Innledning

1.1 Ungdommer i et prestasjonssamfunn

Sett utenfra kunne ikke norske ungdommer hatt det bedre; Norge ble i 2017 kåret til verdens lykkeligste land og er et av de mest likestilte landene i verden, samt et av verdens rikeste, tryggeste og mest velordnede land - likevel virker det som at stadig flere føler seg subjektivt dårligere. I det offentlige ordskiftet har begreper som “generasjon prestasjon”, “flink-pike-syndrom” og “prestasjonssamfunnet” blitt skapt som merkelapper for den oppvoksende generasjonen. Her høres stadig at unge mennesker er mer stresset og lever under et høyt press, i tillegg har ord som stress, press og psykisk helse er blitt en del av dagligtalen. Hvordan står det egentlig til med ungdommer i dagens samfunn?

Kunnskapssenter for utdanning gav ut rapporten ‘Stress i skolen’ i oktober 2017 (Lillejord, Børte, Ruud & Morgan, 2017) som handler om hvordan stresset er i skolen og hvor viktig det er «at elevene har nødvendige ressurser og strategier for å kunne håndtere egne og andres forventninger og den opplevelsen av stress som disse forventningene kan skape» (Lillejord et al., 2017, s. 3).

Den danske sosiologen Anders Petersen ga ut boken «Præstationssamfundet» i 2016 hvor han beskriver et samfunn der mennesker stadig kjemper etter å prestere og det finnes et samfunnsmessig press om å ville gjøre det bra, altså å oppnå gode resultater. Den norske kulturen blir stadig mer preget av konkurranse, og midlene for å komme seg opp og frem er kunnskap og kompetanse. (Lillejord et al., 2017; Petersen, 2016). Prestasjonssamfunnet kan oppsummeres i mottoet «Du er hva du får til».

Einar M. Skaalvik og Roger Andre Federici publiserte i 2015 en undersøkelse om prestasjonspresset i skolen hvor over 2000 elever av begge kjønn fra både ungdomsskole og videregående opplæring deltok. Der viste de at det er et opplevd prestasjonspress i skolen og at det trer frem i ulik grad. Prestasjonspresset er varierende fra skole til skole, og det er tydelig mer opplevd hos jenter enn hos gutter. Skaalvik og Federici (2015) mener det er vesentlig å se nærmere på sammenhengen

mellom opplevd prestasjonspress og psykiske helseplager. Lillejord et. al. (2017) uttrykker også at det er nødvendig å se på konsekvensene av press hos elever.

I «Generasjon Prestasjon» skriver psykologen Ole Jacob Madsen (2018) at dagens ungdommer viser tendenser til å være veltilpassede, aktive og hjemmekjære, samt at de fleste trives og er fornøyd. Madsen stiller seg kritisk til bruken av merkelapper som «generasjon prestasjon», «flink pike-syndrom» og «prestasjonsamfunnet» som han mener er tegn på vår terapeutiske kultur, og han stiller spørsmål ved om samfunnet sykkeliggjør dagens ungdommer. Han mener at samfunnet har stilt en diagnose på seg selv fordi det trenger noe å behandle.

Professor i pedagogisk psykologi Einar M. Skaalvik har i lengre tid uttrykt bekymring for det stadig økende prestasjonspresset. I 1986 kalte han det for kulturpress, og da forsket han på elevers selvfølelse og hvordan kultur- og foreldrepress påvirker elevers skoleprestasjoner. Sammen med professor i spesialpedagogikk Sissel Skaalvik (2017) hevder han at skolens målstruktur kan være avgjørende for det opplevde prestasjonspresset. Målstruktur og hvilke verdier skolen signaliserer ut til elevene sine har mye å si for hvordan prestasjonspresset oppleves på de ulike skolene. Dersom skolen signaliserer at prestasjoner er viktig, kan dette være ledende for ett opplevd prestasjonspress.

Ut i fra de ulike studiene gjort på feltet og mitt engasjement innenfor tematikken ble jeg utfordret til å finne ut hvordan ungdommer opplever prestasjonspresset. Jeg ville finne ut hvordan det var for ungdom flest, og ikke bare de elevene som streber etter prestisjeyrker. Derfor har jeg satt fokus på hvordan ungdommer i yrkesfaglig utdanningsprogram eller påbygg i studiekompetanse i videregående opplæring opplever dette. Ved å intervju akkurat disse elevene håper jeg på å finne noen svar som kan gjøre seg gjeldende for «gjennomsnittsungdommen». Hvilke forventninger møter ungdommer fra de ulike arenaene i deres hverdag, og kan er det beskrives som et prestasjonspress?

Alle ungdommer i Norge har rett til videregående opplæring etter reform 94, og i kunnskapsstaten Norge er det blitt stadig strengere kompetansekrav for å komme seg inn på jobbmarkedet. På grunn av de økte kravene til kompetanse, er det derfor blitt viktigere å fullføre videregående opplæring. Det er også viktig å prestere godt og

fullføre med gode resultater fordi resultatene er klart avgjørende for å sikre videre utdanningsløp. Noen skoler har høyere karakterkrav enn andre, og resultatene i videregående opplæring har betydning for inntak til høyere utdanning. I denne masteroppgaven har det blitt utført intervjuer med fire ungdommer i videregående opplæring. Disse ungdommene har fortalt om sin hverdag og hvordan de opplever forventninger og press fra omgivelsene. De faktorene som blir lagt hovedvekt på i dette prosjektet er forventninger og eventuelt press i skolen, blant jevnaldrende, på sosiale medier og fra foreldre.

Befring og Moen (2017) omtaler ungdomstiden som en startfase på voksenlivet, det er i denne perioden en bygger personlighet og identitet. Ungdomstiden handler om å gå fra å være barn til å bli voksen (Madsen, 2018). Skaalvik (1986) hevder at det er normalt å måle sine egne prestasjoner ut ifra å sammenligne seg med andre jevnaldrende, som er en viktig faktor i ungdommers liv. Det ligger høye forventninger i forhold til hva som er sosialt akseptabelt blant jevnaldrende, og de fleste ungdommer kjenner også på et behov om å finne sin plass i samfunnet. Sosial sammenligning og samfunnets preg av konkurranse kan derfor oppleves utfordrende for unge mennesker (Befring & Moen, 2017).

Med den teknologiske utviklingen vi har i samfunnet har sosiale medier blomstret opp i løpet av de siste årene. Schofield (2017) forklarer at ungdommers økte bruk av sosiale medier gjør at de kommuniserer på en annen måte enn tidligere. Vi kan her stille spørsmål ved om gruppen som ungdommer sammenligner seg med, er påvirket av det de eksponeres for i sosiale medier. Informasjon er lett tilgjengelig, og det er nærliggende å tro at ungdommer sammenligner seg med andre ungdommers liv som de møter på ulike digitale plattformer.

Selv om ungdomsperioden hovedsakelig går ut på å bli voksen og selvstendig så er fortsatt foreldrene en viktig faktor i ungdommers liv. Foreldrenes mening om valg av utdanning og framtid er noe de fleste ungdommer legger stor vekt på. Ungdata sin rapport fra 2018 signaliserer at foreldre er godt involvert i livet til barna sine, og at ungdom er opptatt av å ikke skuffe foreldrene sine (Bakken, 2018). Kan det være et opplevd prestasjonspress fra foreldre?

1.2 Forskerspørsmålet

Psykologen Ole Jacob Madsen, sosiologen Anders Petersen og pedagogen Einar Skaalvik har alle forsket og publisert arbeid som handler om prestasjonspress. Dette viser at temaet tar plass på ulike felter, og er tverrfaglig belyst. Denne oppgaven vil fokusere mest på hvordan den pedagogiske praksisen kan bidra til å styrke kunnskapen rundt tematikken press blant unge voksne i skolen. Jeg ønsker å sette fokus på hvordan ungdommer i videregående opplæring opplever det stadig omtalte prestasjonspresset.

Jeg ønsker å finne ut av hvordan det oppleves å være ungdom i det såkalte prestasjonssamfunnet, hvor jeg vil forsøke å finne ut hvordan det eventuelle presset preger hverdagen til ungdommer flest. Derfor har jeg valgt å sette fokuset på ungdommer som er elever i yrkesfaglige utdanningsprogrammer eller påbygg til studiekompetanse, i håp om at dette skal gi meg resultatene jeg er ute etter. Det er et ønske om å 'ta et oppgjør med prestasjonspresset'. Er det et press der, hvor sterkt er det, hvor kommer det fra og hvordan påvirker det hverdagen til ungdommer? Påvirker det ungdommer slik som det ofte blir fremstilt i mediene? Dette er noe jeg ønsker at ungdommene selv skal gi sine synspunkter på. Jeg vil høre om deres opplevelser, tanker, erfaringer og følelser. De funnene som kommer frem fra intervjuene vil bli knyttet opp mot teori og forskning fra fagfeltet, så skal vi gå dypere inn i ungdommenes forventninger til seg selv, forventninger fra andre og hvordan det stadig mer omtalte prestasjonspresset preger deres hverdag. Hvordan er det å være ung i et prestasjonssamfunn?

Jeg håper at jeg gjennom dette prosjektet kan gi et innblikk i hvordan ungdommer opplever hverdagen, og på den måten kanskje kan bidra til en bedre pedagogisk praksis som ivaretar unge på en enda bedre måte. Forskerspørsmålet i denne oppgaven er:

Hvordan opplever elever på yrkesfaglig utdanningsprogram i videregående skole og elever på påbygg til studiekompetanse prestasjonspress fra foreldre, skole, vennekrets og seg selv?

1.2.1 Underspørsmål

For å finne svar på og konkretisere forskerspørsmålet mitt, har jeg satt opp noen underspørsmål:

- Hvilke forventninger har ungdommer i videregående opplæring til seg selv, egen utdanning og fremtiden?
- Hvilke forventninger opplever ungdommer å få fra skolen, foreldre, jevnaldrende og samfunnet?
- Er det et prestasjonspress? I så fall hvordan oppleves dette og på hvilken arena er det sterkest?
- Er det en sammenheng mellom psykisk helse og prestasjonspress?
- Kan ungdommers økte bruk av sosiale medier være med å bidra til et økt prestasjonspress i skolen ved å gjøre sosial sammenligning utbredt?

1.3 Oppgavens avgrensninger

Det er stadig nye artikler og diskusjoner om prestasjonspresset og utdanning i Norge. Til stadighet blir det stilt spørsmål ved om kravene til barn og unge i skolen er for høye. Ofte får vi ikke høre ungdommenes eget syn på dette. Hva synes de er viktig, og hvordan opplever de sin egen hverdag? Det tredje kapittelet i opplæringsloven handler om elever i videregående opplæring. §3-6 handler om oppfølgingstjenesten, her avgrenses alderen til 16 - 21 år (Kunnskapsdepartementet, 1998). Den samme aldersgruppen vil jeg ta utgangspunkt i for denne oppgaven.

Jeg har valgt å intervjuere elever i videregående opplæring fremfor elever i ungdomsskolen, grunnen til dette er at jeg tenker de har kjent på det eventuelle prestasjonspresset lengre og har derfor fått mer tid til å reflektere litt mer rundt hva de opplever. Mitt ønske var å finne ut hvordan dette presset er for ungdommer flest, i motsetning til såkalte «strebere» som er mest preget av press.

«Gjennomsnittsunngdommen» finnes overalt på ulike utdanningsprogrammer, så valget mitt falt på elever fra yrkesfaglig utdanningsprogram og påbygg til studiekompetanse i håp om at de kunne gi noen gode svar som ser seg gjeldende for ungdommer flest. Samtidig håpet jeg det ville få frem litt kontraster i svarene.

1.4 Oppgavens oppbygging

Etter å ha gjort rede for og aktualisert temaet i kapittel 1, vil jeg i kapittel 2 gjøre rede for relevant forskning og det teoretiske rammeverket som oppgaven tar utgangspunkt i. Jeg vil vise hvilke forventninger ungdommer kan møte på i løpet av ungdomstiden. Det vil bli sett nærmere på skolens og samfunnets fokus på resultater og prestasjon, samt hvilke signaler skolen sender ut og hvordan dette påvirker elevers hverdag. Sosiale medier og de negative konsekvensene ved prestasjonspresset vil også bli presentert. Jeg vil trekke frem elevers trivsel som viktig faktor for å motivere til gode prestasjoner.

I Kapittel 3 vil jeg klargjøre hvilken metodisk tilnærming jeg har valgt for å gjennomføre dette prosjektet. Det vil komme frem hvilke forskningsetiske utfordringer jeg sto ovenfor i forskningsprosessen og jeg vil ta opp spørsmål som handler om validitet og reliabilitet.

I kapittel 4 kommer en presentasjon av det empiriske materiale i dette prosjektet. Datamaterialet bygger på intervjuer med fire ungdommer i videregående opplæring. Det er transkribert og komprimert, samt sortert i ulike temaer for å gjøre presentasjonen mer oversiktlig.

I kapittel 5 vil empirien fra intervjuene bli analysert og drøftet i lys av den utvalgte teorien brukt i denne oppgaven. Dette vil bli gjort med utgangspunkt i forskerspørsmålet og underspørsmålene, og det vil bli satt lys på hvordan skolens og samfunnets rolle er i forhold til ungdommers opplevelse av prestasjonspresset.

I kapittel 6 blir det utført en avsluttende refleksjon og perspektivering av forskningsarbeidet. Jeg vil vurdere betydningen av mine funn gjort og ut fra disse antyde hva det kan være viktig å undersøke videre. Til slutt følger litteraturliste og vedlegg.

2. Skoleungdommer i et prestasjonssamfunn

Den danske lektoren i sosiologi, Anders Petersen (2016), presenterer begrepet «*præstationssamfundet*», som jeg i denne oppgaven har valgt å oversette til norsk - prestasjonssamfunnet. Dette begrepet handler om det stadige fokuset på prestasjon for enkeltindividet. Nordbø (2018) definerer prestasjon som en ytelse og viser til at prestasjon handler oftest om resultater og hvordan en representerer seg selv.

Befring og Moen (2017, s. 18) hevder at vi i den vestlige verden lever i et samfunn preget av press hvor det er vanlig å bli vurdert ut i fra prestasjoner - en blir respektert ut i fra hvordan en presterer. Skaalvik og Skaalvik (2017) forklarer at barn og unge blir utsatt for mye press, både kroppspress og et press som handler om å gjøre det bra på skolen. Sistnevnte defineres som prestasjonspress.

2.1 Prestasjonspress blant ungdom

Ungdommer i dagens samfunn blir ofte omtalt som «generasjon prestasjon», og det blir stadig viktigere å prestere godt og gjøre det bra, stadig flere ungdommer vil opp og frem. Det har blitt mer vanlig å ta høyere utdanning og kravene for å få jobb er blitt høyere (Befring & Moen, 2017; Skaalvik & Skaalvik, 2017).

Skaalvik og Federici (2015) forklarer prestasjonspresset slik:

Prestasjonspresset er et resultat av de verdier og forventninger som elevene opplever både i og utenfor skolen. Men det er ikke bare i skolen barn og unge opplever press. Mange rapporterer også om press knyttet til utseende ... Særlig i ungdomstiden blir jevnaldrende en svært viktig kilde til sosial anerkjennelse (2015, s. 2).

Madsen (2018) forklarer at det kan være en kollektiv sykelligjøring av samfunnet som har ført til det han kaller samtidsdiagnoser, som for eksempel «prestasjonssamfunnet» og «generasjon prestasjon». Samtidsdiagnoser definerer han som en diagnose på tiden vi lever i. Han legger vekt på at samfunnet vårt er blitt en terapeutisk kultur.

2.1.1 Forventninger og ungdomstid

Alle har forventninger, hele tiden. Noen ganger går noe 'over all forventning', andre ganger kan vi bli skuffet fordi noe ikke 'levde opp til forventningene'. Svartdal (2017), i store norske leksikon, definerer en forventning som «en kognitiv innstilling ovenfor noe eller noen» og Lillejord et al. (2017) skiller mellom indre og ytre forventninger. Indre forventninger er de forventninger en har til seg selv og ytre forventninger er forventningene som kommer fra andre. Lillejord et al. (2017) synes egne og andres forventninger lett kan gå over i hverandre og det forklarer de slik: «Det kan være vanskelig å skille klart mellom skolens forventninger, samfunnsforventninger, foreldres forventninger, jevnaldrendes og egne forventninger» (Lillejord et al., 2017, s. 7).

Ungdomsårene er spesielt preget av forventninger og det som utspiller seg i disse årene av livet er det som setter grunnlag og retning for fremtiden. Befring og Moen (2017) forklarer ungdomsårene som «en intens utviklingsperiode som preges av forventninger, forhåpninger og mange muligheter så vel som av skolekrav og bekymringer» (Befring & Moen, 2017, s. 17).

Ungdomsalderen er på mange måter er en restrukturerings- og identitetsdannende periode - en periode i livet som handler om utvikling av identitet og selvbilde. Det er en periode som omhandler det å forstå og finne seg selv. Denne perioden skal legge grunnlaget for personlighetsutviklingen og er forstadiet til voksenlivet.

Ungdomsårene blir påvirket av både biologiske, kognitive, emosjonelle og sosiale krefter, og det er mange oppgaver som må mestres. Ungdom står ovenfor et utall mange reelle muligheter når det kommer til valg av utdannings-, karriere- og livsløp. Dette kan for mange ungdommer være utfordrende, og det er normalt å kjenne på motstridende følelser. Ønsket om å bli selvstendig og frigjort, ta egne valg og ha et ansvar på den ene siden, og på den andre siden være hjemme hos foreldrene og slippe å ta avgjørelser og ha ansvar. Ungdomstiden er en typisk tid for å utforske, teste grenser og utsette seg selv for en type risikoer, utfordre autoriteter og stille spørsmål ved hvordan ting blir gjort (Befring & Moen, 2017; Heggen & Øia, 2005; Madsen 2018).

Befring og Moen (2017) benytter begrepet *utviklingsoppgave* for å forklare de forventninger og krav som omgivelsene har til den oppvoksende generasjonen. Utviklingsoppgaver handler om oppvekstmiljøets forventninger til at barn og unge på ulike alderstrinn skal mestre bestemte ferdigheter og funksjoner. Det kan for eksempel handle om ferdigheten til å ta egne valg og utvikle gode holdninger, derunder selvtillit og identitet. Samt det å skape motstandsdyktighet til å kunne beskytte seg selv mot negative opplevelser og risikofaktorer.

Hilde Marie Thrana (2016, s. 103) utførte en studie som handlet om ungdommers opplevelser av sin egen livssituasjon og hverdag. I denne studien intervjuet hun ungdommer om deres drømmehverdag. Det viste seg at deres drømmehverdag fraviker fra deres faktiske og moralske hverdag. Drømmehverdagen bestod ofte av aktiviteter de likte og det å kunne utfolde seg uten forpliktelser eller ansvar utover seg selv og egen situasjon. Samfunnet rundt ungdommer forventer at ungdommer driver med det samfunnet anser som meningsfylte aktiviteter som jobb og utdanning. Ungdommene selv drømmer om å leve i nået. I motsetning til det Thrana (2016) har funnet hevder Madsen (2018) at unge mennesker ofte har karriere og suksess i sine fremtidsskildringer.

Lillejord et al. (2017) forklarer også noen av forventningene som ungdommer kan møte på i dagens samfunn; «Unge i den vestlige verden møter forventninger om å ta høyere utdanning, kvalifisere og profesjonalisere seg, selv om dette ikke nødvendigvis gir jobbtrygghet» (Lillejord et al., 2017, s. 21). Det som skjer i ungdomsårene er det som danner grunnlag og retning for fremtiden. Samfunnet har bestemte krav og forventninger til ungdommenes utvikling, læring og mestring. Skolen har en sentral rolle her (Befring & Moen, 2017).

Generelt er dagens unge mennesker stort sett optimistiske med tanke på fremtiden og to av tre er nokså sikre på at de kommer til å leve et godt og lykkelig liv. Ungdommer står ovenfor mange ulike muligheter (Madsen, 2018). Stadig flere unge i Norge tar høyere utdanning og over halvparten av jenter i 20-årene og en tredjedel av gutter i samme alder har høyere utdanning. Det er vanlig at ungdommer begynner direkte med videregående opplæring etter ungdomsskolen er fullført og andelen som fullfører har vært stabil siden 1994, men det å ikke fullføre videregående opplæring har fått større

konsekvenser enn tidligere - da utdanning i større grad har blitt en betingelse for å komme seg inn i arbeidslivet (Bakken, 2018, s. 40).

2.1.2 «Generasjon prestasjon» og «flinke piker»

«Generasjon prestasjon», «flink pike-syndrom» og andre lignende begreper kan kalles for merkelapper på den oppvoksende generasjonen. Det er lett for å tro at dagens utfordringer er nye, og at vi derfor gjør de større enn de i realiteten er. Dette mener Madsen (2018) er et samfunnsproblem som ikke bør ligge på ungdom alene.

«Generasjon prestasjon» er et begrep som ofte blir brukt for å beskrive ungdommene i dagens samfunn. Madsen (2018) anvender begrepet «generasjon prestasjon» slik: «om dagens unge som angivelig vokser opp i prestasjonssamfunnet og internaliserer tidens krav om å prestere både i og utenfor skolen» (s. 118). Binder (2016) forklarer begrepet slik: «Mange unge mennesker opplever at det ikke nødvendigvis er et trygt og godt liv som venter dem. Det er helt opp til dem selv og deres egen innsats. Noen kaller det ‘generasjon prestasjon’» (s. 39). Han presenterer også begrepet «generasjon presset», som han synes er et mer passende begrep om den samme generasjonen.

Madsen (2018) viser til begrepet «flink pike-syndromet» som «et annet eiendommelig, kjønnnet uttrykk som anvendes for å fange inn generasjonen av driftige, men stressede unge». I livet som «flink pike» kan det virke som en streber etter det perfekte på alle områder, en skal få gode karakterer, se bra ut, gjøre det bra og være tilgjengelig. Det kan virke som at idealet er å være perfekt (Madsen, 2018). Også Binder (2016) bruker begrepet «flink-pike». Han hevder at begrepet ofte blir brukt på en «litt nedlatende måte som indikerer at dette er kvinner som ikke er tøffe nok til å motstå presset til å være dyktig og vellykket, og som sier ja altfor ofte» (s. 38). «Flink gutt» er det sjeldent vi hører om, unge gutter blir gjerne skånet for dette begrepet og istedenfor kalt «overambisiøs». Selv om ikke begrepet blir benyttet er det mange unge menn som er redde for å være det, og «Lat, men briljant» er da heller blitt et ideal for mange unge menn, selv om dette kan være utfordrende om presset blir for stort (Binder, 2016). Videre forklarer han at det å være flink ofte kan gjøre at man er mer til hinder for seg selv: «Det å skulle være ‘flink’ eller ‘briljant’ i andres øyne er måter å leve på som skaper avstand og gjør det vanskelig å bli kjent med hva en selv egentlig vil. Det blir vanskelig å finne sin ambisjon» (s. 39).

Det kan virke som at «generasjon prestasjon» har et stort behov for å holde seg opptatt til en hver tid. Det skal fremstilles som at man «har livet på stell», karakterene skal være bra, man skal være god i fritidsaktiviteter, være godt trent, se bra ut og være tilgjengelig på sosiale medier (Madsen, 2018). Binder (2016) forklarer at dette kan bli for mye for noen: «Når skole, arbeid, kropp, familieliv og fritid blir arenaer for perfektjon, blir vi forkavede» (s. 230).

2.1.3 Prestasjonspress i samfunnet

Uansett hva hvilke ambisjoner en har i livet er det viktig at en presterer godt, dette påpeker Anders Petersen (2016) slik: «Groft sagt spiller det ingen rolle, om man er dygtig til barfodsvandski eller hjertekirurgi, bare man er dygtig. For de dygtige, de, arbejder hårdt og målrettet for at lykkes med deres præstationer, er de beundrings- og anerkendelsesværdige» (s. 67). Forventningene om at individet skal prestere stammer fra prestasjonskulturen. Et eksempel Petersen (2016) benytter finner vi i sportens verden – der en atlet gjør alt en kan for å prestere i idretten sin, for å være best. En må jobbe hardt, bruke mange timer på å trene, mentalt forberede seg og ha de riktige prioriteringene for å bli den aller beste. Kampen handler om medaljer, trofeer, anerkjennelse og status. Den som er aller best blir en stjerne som folk ser opp til, tilber og beundrer. Prestasjonskulturen er fundamentet for prestasjonssamfunnet, det er altså prestasjonene som gjelder. Prestasjon er blitt en primær sosial kompetanse og et grunnleggende sosialiseringparameter. Han benytter også begrepet «kokurrencestaten», som jeg har oversatt til norsk – konkurransesstaten. Petersen (2016) mener at konkurransesstaten kan forstås som et bakteppe for prestasjonssamfunnet, og sier det kan ses på som et svar på at vi lever i en global verden hvor nasjonene konkurrerer med hverandre (Petersen, 2016).

Anders Petersen (2016) tar utgangspunkt i hvordan dette er i Danmark, men også i Norge kjenner vi på presset til å prestere. Skaalvik og Skaalvik (2017) beskriver prestasjonspresset slik:

«Prestasjonspresset i skolen er et resultat av verdier og forventninger elever opplever både i og utenfor skolen. Elevenes opplevelse av prestasjonspress avspeiler signaler som både skolen og samfunnet utenfor skolen sender til elevene om hva som er viktig og verdifullt» (s. 50).

Mennesket må utvikle en sosial resiliens hvis de skal klare å «stå distansen» – være produktiv og effektiv – og dermed ha sosial og samfunnsmessig suksess (Petersen, 2016).

Binder (2016) forklarer at det selvfølgelig ikke er farlig å prestere, selv det å prestere veldig godt er ikke et problem. Problemet ligger ikke på det å være flink og gjøre det bra. Det er hensikten bak prestasjonene det kan være vesentlig å se på. Hvorfor du gjør som du gjør, hva er målet? Det å tvinge seg selv til å prestere gjør det egentlige målet til en trussel.

Ungdomstiden er en fase i livet der jevnaldrende er svært viktig. Ofte er det i løpet av ungdomstiden at en skaffer seg venner som varer livet ut. Venner kan være en kilde til lek, glede, bekreftelse, samhörighet og støtte. Venner er også viktig for utvikling av selvbilde og sosial kompetanse. Noen trives godt med en eller to venner, noen ønsker å ha en stor vennegjeng (Bakken, 2018).

2.2 Prestasjonspresset i skolen

På skolen kan vi se at det er en rekke forventninger, lærerne har forventninger til elevene om utvikling og faglig utbytte og foreldrene har forventninger til barna sine og forventninger til skolen som barna går på. Elevene har forventninger til seg selv, og til skolen de går på, som innebærer blant annet atferd, innsats, sosialt liv og faglig utbytte. Det er også forventninger i mellom elevene, spesielt i forhold til hva som er sosialt akseptabelt.

Det ligger forventninger om en 10-årig obligatorisk grunnskole, og deretter 3 - 4 år med videregående opplæring. I et kunnskapssamfunn, som Norge har blitt der skolekompetanse er blitt adgangskortet til arbeidslivet, kan det å ikke leve opp til denne forventningen få store konsekvenser (Befring & Moen, 2017). Skolereformen som kom i 1994, reform 94, hadde som mål å sikre at alle ungdommer mellom 16 - 21 år har rett til videregående opplæring (Kunnskapsdepartementet, 1998).

2.2.1 «Du er hva du får til»

Etter at Norge ble en del av OECD i 1982, har det blitt vanlig å legge større vekt på elevenes prestasjoner i skolen (Skaalvik & Skaalvik, 2017). OECD sin hovedoppgave forklares slik:

The mission of the Organisation for Economic Co-operation and Development (OECD) is to promote policies that will improve the economic and social well-being of people around the world (OECD, 2015).

OECD ønsker at medlemslandene kan arbeide sammen for å løse felles problemer, og de har i mer enn femti år hjulpet til med å utvikle globale standarder, internasjonale konvensjoner, avtaler og anbefalinger. Erna Solberg, Norges statsminister, skriver i rapporten «Hvordan gjør Norge det sammenlignet med andre land?» at regjeringen ønsker å realisere kunnskapssamfunnet og bygge et smartere Norge. Statistikk og faktabaserte analyser gir oss resultater som gir grunnlag for å se hva vi er gode på og hvilke områder vi bør bli bedre på (OECD, 2015). Stortingsmelding nr. 30 (2003-2004) forklarer kunnskapssamfunnet slik: «kunnskap og kreativitet står frem som de viktigste drivkreftene for verdiskaping i samfunnet, og som stadig mer avgjørende for enkeltmenneskers mulighet til å realisere seg selv» (s. 23).

Bruken av internasjonale og nasjonale prøver, som for eksempel PISA, har ført til at det er lettere å sammenligne prestasjoner. Det har ført til at vi kan sammenligne resultater på skolene og kan rangere disse både kommunalt, nasjonalt og internasjonalt (Skaalvik & Skaalvik, 2017). Madsen (2018) påpeker også at PISA-undersøkelsene har bidratt til mer fokus på målinger av prestasjoner i skolesystemet. Målstyring er et begrep som blir presentert både i stortingsmelding nr. 30 (2003-2004) og læreplanen for kunnskapsløftet (2006). Målstyring går ut på at det er forhåndssette mål og at det skal testes i ettertid om målene er nådd.

Ifølge undersøkelsen til Skaalvik og Federici (2015) kommer det frem at 50-60 % av jentene føler de bør jobbe mer med skolefagene og gjøre det bedre på skolen, 40 % når det gjelder guttene. I samme undersøkelse svarte deltakerne på spørsmål om opplevelse av nedstemthet, utmattelse og selvvverd. De fant en klar sammenheng mellom opplevd prestasjonspress på skolen og elevens mentale helse. Det finnes ikke

undersøkelser gjort på dette temaet tidligere, men det er stor grunn til å tro at den økte bruken av tester og det store fokuset på resultater og elevprestasjoner har mye innvirkning på opplevd press. Skaalvik og Federici (2015) er opptatt av de negative konsekvensene som kan oppstå av dette presset, slik som nedstemthet, utmattelse og ikke minst for selvværdet. Selvværd forklarer de som å sette verdi på seg selv, respektere seg selv og akseptere seg selv.

2.2.2 Elevers prestasjoner i skolen

Læreplanen (Utdanningsdirektoratet, 2006) sier hva en elev på et bestemt klassetrinn er forventet å kunne lære i de forskjellige fagene i løpet av et skoleår. Det er forventet at skolen følger læreplanen i planlegging av undervisning. En viktig del av kunnskapsløftet er delen som heter prinsipper for opplæringen. Prinsippene for opplæring omhandler blant annet mangfold og tilpasset opplæring. Tilpasset opplæring-prinsippet er viktig når det kommer til skolens forventninger til elevene. Alle elever i Norge, både i grunnskole og i videregående opplæring, har rett på tilpasset opplæring. Opplæringsloven (2008) §1-3 understreker at «opplæringen skal tilpasses evnene og forutsetningene til den enkelte elev». I oktober 2018 presenterte utdanningsdirektoratet skissene til den nye læreplanen som kommer i 2019.

Av og til kan det være vanskelig å vite hva en som lærer kan forvente av hver enkelt elev. Mennesker er forskjellige og hva en kan forvente er forskjellig for hvert enkelt individ. Markussen (2016, s. 52) forklarer tilpasset opplæring slik: «Tilpasset opplæring er en aksept av at det er forskjell på folk, og at forskjellige folk må behandles forskjellig». Eide og Samsing (2012) hevder at ungdommer har forskjellige utgangspunkt og at det kan være vanskelig å leve opp til visse krav som er forventet fra en: «Norske 16-åringer har så ulikt utgangspunkt og så ulike forutsetninger at en ikke ubetydelig andel av årskullene mangler de nødvendige forutsetningene for å klare de vanskelige kravene som må til for å oppnå studie- eller yrkeskompetanse» (Eide & Samsing, 2012, s. 52). Skogen (2015) skiller mellom medfødte forutsetninger og miljøbaserte faktorer. Medfødte forutsetninger kaller han for talenter. En av lærerens oppgaver er å bidra til at elevene skal kunne klare å prestere best mulig i forhold til sine potensialer. Elevens læring og trivsel bør for skolen være suksesskriterium nummer en (Skogen, 2015).

Trivsel har mye å si for elevens prestasjoner på skolen. Både i form av mestring av de faglige oppgavene, men også at en trives sosialt. I 2017 kom det en ny og forbedret «mobbelov», Opplæringsloven §9a-2 sier at «alle elever har rett til eit trygt og godt skolemiljø som fremjar helse, trivsel og læring».

Einar Skaalvik skrev om presset for å oppnå gode skoleprestasjoner i 1986, den gangen kalte han det kulturpress og han forklarte det slik: «Det at utdanning og skolegang settes høyt i vår kultur, og at det legges stor vekt på skoleprestasjoner, fører til et kulturpress mot gode skoleprestasjoner» (s. 192). Han er også opptatt av det han kaller for det sosiale presset, og det forklarer han som et press til å overta miljøets eller gruppens verdier. Dette presset kan bli stort dersom både foreldre og skolen signaliserer samme verdier. Han hevder også at foreldrepess har stor relevans for elevens selvaktelse og skoleprestasjoner. Elever som har svake skoleprestasjoner er i størst fare for å utvikle lav selvaktelse dersom foreldrene har et høyt press på at de skal gjøre det godt på skolen. Hans forskning handler hovedsakelig om relasjonen mellom selvaktelse, skoleprestasjoner og foreldre-/kulturpress (Skaalvik, 1986). «I vårt samfunn er utdanning og skoleprestasjoner høyt verdsatt. For de fleste vil skoleprestasjonene derfor bety mye for selvaktelsen» (s.184). Han forklarer videre at det er påvist klare sammenhenger mellom lav selvaktelse og det kan være en trussel for god mental helse. Når et motiv blir sterkt nok for en person kan det overskygge andre motiver og gjøre noe med en persons atferd. Han forklarer videre at utdanning blir stadig viktigere: «Utdanning blir betraktet som et middel til å sikre fremtiden, få et godt og trygt arbeid og oppnå status» (Skaalvik, 1986, s. 191-192).

2.2.3 Fraværsgrensen

I juni 2016 presenterte regjeringen i en pressemelding at videregående skoler skulle få en ny fraværsgrense. Fraværsgrensen går ut på at elever i hovedsak ikke får grunnlag for karakter dersom de har mer enn 10 % fravær i faget det gjelder. Regelen legger mye ansvar på rektor ved de ulike skolene, og det er opp til rektor å vise skjønn opp til 15% fravær. Fraværsgrensen ble innført ved oppstart av skoleåret 2016/2017 (Regjeringen, 2016).

2.2.4 Skolen er formet av samfunnet

Stortingsmelding nr. 30 (2003-2004): «Skolen er blant våre viktigste samfunnsinstitusjoner. Den er i betydelig grad med på å påvirke samfunnsutviklingen. Samtidig påvirkes også skolen av de endringer som skjer i samfunnet» (s. 23). Befring og Moen (2011) påpeker at skolen har «fått økende betydning for den enkelte og en mer sentral rolle som samfunnsaktør» (s. 21).

På samfunnsnivå styres skolen av statlige dokumenter formet av regjeringen. Gjennom disse dokumentene kommer det frem ulike signaler om hva som er viktig i skolen. Skolens målstruktur er viktig for hvilke signaler skolen sender ut til elevene sine, så dersom skolen mener at resultater er viktig påvirker dette de verdier skolen ønsker å trekke frem (Skaalvik & Skaalvik, 2017). Norge er et av medlemslandene i OECD, dette er også med på å forme vår utdanningspolitikk. Vi gjennomfører tester og er med på å utvikle internasjonale retningslinjer for hvordan vi skal drive skole. Dette handler også om hvilke verdier vi ønsker å fremvise til elever i skolen.

«Prestasjonspresset i skolen er et resultat av verdier og forventninger som elevene opplever både i og utenfor skolen» (Skaalvik og Skaalvik, 2017, s.50). Det avspeiler signaler som både skolen og samfunnet sender til elevene om hva som er viktig og verdifullt. Skaalvik og Skaalvik (2017) skiller mellom læringsorientert og prestasjonsorientert målstruktur. I en læringsorientert målstruktur gir skolen ut signaler om at det å utvikle seg, ha fremgang, innsats, sette seg egne mål og å gjøre sitt beste er viktig og verdifullt. Motsetningen prestasjonsorientert målstruktur, går ut på at man gir signaler om at det er resultater som teller, og at det er viktig å være best, bedre enn alle andre. Signalene kan sendes ut til elevene på ulike måter. På samfunnsnivå sendes de gjennom den offentlige skoledebatten – i form av planer og forskrifter. På de ulike skolene sender lærere ut signaler om hva som er viktig gjennom sin praksis. Denne praksisen er imidlertid styrt politisk gjennom planer, forskrifter, nasjonale og internasjonale prøver. Noen aspekter ved de ulike skolene vil derfor være lik, mens andre vil variere fra skole til skole. Derfor kan vi også si at prestasjonspresset vil være forskjellige fra skole til skole ut i fra hvilke signaler de ulike skolene sender ut. Målstrukturen gir signaler om hvordan vi forstår suksess og hvilke kriterier som blir brukt for å måle elevenes resultater - Jo mer prestasjonsorientert målstruktur, jo sterkere prestasjonspress mener Skaalvik og

Federici (2015). Skolen utvikler seg i tråd med signaler og verdier fra samfunnet. Vi lever i et prestasjonsorientert samfunn, og kan derfor si at skolen er preget av en prestasjonsorientert målstruktur (Skaalvik og Skaalvik, 2017; Federici og Skaalvik, 2015).

2.3 Prestasjonspress fra foreldre

Selv om store deler av ungdomstiden handler om skolen, fritidsaktiviteter og jevnaldrende, er fremdeles foreldrene ungdommers største ressurs gjennom livet for de aller fleste. Ungdommer ser på foreldre som sine viktigste ressurspersoner i forhold til valg av utdanning og tanker om fremtiden. Det kommer også frem at foreldre, og da spesielt mor, er en viktig person dersom en opplever personlige problemer (Bakken, 2018; Heggen & Øia, 2005). Befring og Moen (2011) forklarer at det er gjerne når det kommer til slike valg at ungdommen trenger foreldrene sine mest:

En generell vurdering tilsier at tilsynelatende mindre behov for voksenstøtte ikke bør møtes med at voksne trekker seg bort. Ungdom har fortsatt behov for tydelige og varme voksne som er til stede som støttespillere, veiledere og mentorer (s. 26).

Også i Ungdata sin rapport fra 2018 kan vi se at flertallet av ungdom stort sett er fornøyde med foreldrene sine. Båndet mellom dagens ungdom og foreldrene er preget av tillit og flertallet av ungdommene føler at foreldrene har god oversikt og er godt involvert i livene deres (Bakken, 2018).

Bru, Idsøe og Øverland (2016) hevder at barns oppvekstvilkår kan ha stor betydning for barnet. De sier sammenhengen mellom negative oppvekstvilkår og risiko for psykiske helseplager slik: «Å vokse opp i en familie med mange belastninger, ha foreldre med sviktende oppdragelsesferdigheter, det å erfare negative livshendelser og/eller oppleve lite sosial støtte medfører økt risiko for psykiske helseplager» (s. 18).

2.4 Psykisk helse og stressfaktorer i hverdagen

Alle har en psykisk helse. Psykisk helse handler om hvordan vi har det psykisk og i likhet med fysisk helse er det viktig å ta vare på den psykiske helsen. Andersen (2016), i store norske leksikon forklarer at psykisk helse er et mellommenneskelig begrep som handler om menneskets forhold til seg selv, sine nærmeste og samfunnet rundt oss. Ofte blir begrepet psykisk helse benyttet i negativ forstand, men det handler bare om hvordan en har det.

Dersom en ikke har det så greit, og det er noe som svikter ved det psykiske er det vanlig å skille mellom lidelser og plager. Madsen (2018) forklarer det slik: «Psykiske plager er mentale vansker som er plagsomme, men ikke i så stor grad at de kvalifiserer til diagnose slik som psykiske lidelser» (s. 88).

I store norske leksikon beskriver Svartdal og Malt (2018) stress som en belastning eller påkjenning. Lillejord et al. (2017) gjør rede for et skille mellom positivt og negativt stress. Det er nødvendig å være litt stresset for å klare å prestere. Så det er altså nødvendig med litt stress i skolen, men et langvarig negativt stress kan utløse alvorlige negative helsekonsekvenser. Videre kommer det frem at elever opplever å bli stresset når de har for høye forventninger til egne prestasjoner eller når de ikke klarer å prestere slik det er forventet. Det kan også oppleves som stressende å bli møtt med for høye forventninger, slik at en ikke makter å prestere (s. 3). Dette viser at forventningene som ligger i oss, er det som legger grunnlaget for prestasjonene våre. Vi gjør det vi tror er forventet, vi yter den innsatsen som vi tror omgivelsene vil se.

Madsen (2018) påpeker at det økte fokuset på individualisering og et sterkere press for å lykkes på skolen, kan være med på å gi økt stressnivå. Han forklarer også at samtidsdiagnosene kan påvirke unge mennesker i stor grad: «Samtidsbeskrivelse på forventninger, innbilte eller reelle til unge menneskers liv, som for mange resulterer i utmattelse, stress og depresjoner» (s119).

2.4.1 Negative konsekvenser av press – en sammenheng mellom prestasjonspress og psykisk helse?

Petersen (2016) mener at psykiske lidelser, nærmere bestemt depresjon er prestasjonssamfunnets skyggeside. Han argumenterer slik: «Jeg vil utfolde det argument, at det samfunnsmessige pres om vedvarende præstation har skabt muligheden for, at depressionslidelsen har kunnet brede sig»(Petersen, 2016, s. 13). Videre peker han på at for bare 40 år siden hadde vi et helt annet syn på depresjon. Det var en alvorlig lidelse som svært få andre enn de som jobbet i psykiatrien eller pårørende bekymret seg for. Nå, i dag, har det derimot blitt en del av vårt hverdagspråk og hverdagsliv. Historier om depresjon fyller opp magasiner, aviser, sosiale medier og tv hver dag. Stort sett alle kjenner noen som har hatt eller har depresjon. Også forskningsmessig blir det nesten daglig utgitt ny forskning om depresjon på flere sentrale forskningsfelter. Den samfunnsmessige interessen for depresjon er stor og det har blitt formulert flere ganger at vi lever i depresjonens tidsalder (Petersen, 2016). Madsen (2018) forklarer at det kan ha lignende effekt på andre begreper, som for eksempel merkelappene vi putter på samtiden.

Lillejord et al. (2017) og Skaalvik & Skaalvik (2017) er også enige om at det opplevde presset i skolen kan resultere i psykiske helseplager som utbrenthet og depresjon. Skaalvik & Skaalvik (2017, s. 65) skriver at selv om prestasjonspresset er forskjellig fra skole til skole, så er det urovekkende stort og kan ha uheldige konsekvenser både for elevenes skolearbeid og deres mentale helse. Lillejord et al. (2017) påpeker at utbrenthet kan være en av de alvorlige konsekvensene som kan følge av at en opplever høyere forventninger enn hva en har kapasitet til å håndtere.

Både Olsen, Mathisen & Sjøblom (2016) og Skaalvik & Skaalvik (2017) peker på at elevens selvverd er viktig for en god mental helse – noe som igjen er viktig for å kunne klare å prestere. Bru, Idsøe og Øverland er også inne på dette temaet: «God psykisk helse er avgjørende for det enkelte menneskets velvære og livskvalitet» (s. 16).

Skaalvik og Federici (2015) mener at det er nødvendig å se nærmere på sammenheng mellom prestasjonspresset i skolen og mental helse. I sin forskning fant de tydelig sammenheng mellom elevenes mentale helse og de som sa de hadde opplevd prestasjonspresset i skolen. Skaalvik og Federici (2015) mener det er grunn til å tro at

prestasjonspresset har steget på grunn av økt oppmerksomhet på tester og resultater av elevenes prestasjoner. I følge folkehelseinstituttet (2015) kan vi se flere forhold som kan antyde at antallet psykiske plager og lidelser blant unge øker. Blant annet har bruken av antidepressiva blant unge økt i løpet av de siste årene.

2.4.2 Ungdom og bruk av sosiale medier

Schofield (2017) hevder at de fleste aspekter ved hverdagslivet inneholder mediebruk. Økt bruk av sosiale medier gjør at ungdom samhandler på en annen måte enn tidligere (Bakken, 2018). I rapporten Barn og medier til Medietilsynet (2016) kommer det frem 90% av jenter og 74% av gutter i alderen 15-16 år bruker sosiale billedelingstjenester minst en gang om dagen. De sosiale mediene som Medietilsynet trekker frem er Facebook, Snapchat og Instagram.

Enli og Aalen (2018) forklarer sosiale medier som nettsider og apper for å skape og dele innhold, og å delta i sosiale nettverk. Boyd og Ellison (2007) definerer sosiale medier slik:

We define social network sites as web-based services that allow individuals to (1) construct a public or semi-public profile within a bounded system, (2) articulate a list of other users with whom they share a connection, and (Kunnskapsdepartementet) view and traverse their list of connections and those made by others within the system. The nature and nomenclature of these connections may vary from site to site (s. 211).

Mediene har blitt en stor del av livene våre, og det kan ha både positive og negative konsekvenser for barn og unge. Mediene kan være en positiv kilde til læring, kreativitet og kommunikasjon. En annen positiv faktor ved dagens økende mediebruk er at ungdom lett kan finne svar på spørsmål som de kanskje ikke tør å spørre om. Nettbaserte tjenester konstruert for psykisk helsearbeid, for eksempel ung.no og klara-klok.no. Slike tjenester kan «reducere stigma og dempe opplevelser av isolasjon» (Schofield, 2017, s. 242). Noen av de negative konsekvensene som stadig dukker opp i debatten om sosiale medier er at barn og unge kan få for tidlig tilgang til den «voksne» verden og møte vold, porno og annet såkalt risikabelt innhold. Et annet aspekt av mer alvorlig grad er digital mobbing. For barn og unge spiller sosiale

medier en stor rolle i identitetsbygging, relasjoner, selvforståelse, selvpresentasjon og læring. Sosiale medier kan føre til usikkerhet, vekt på overfladiske verdier, prestasjonspress og sosial sammenligning (Schofield, 2017).

Sosial sammenligning var et begrep som Skaalvik benyttet allerede i 1986, den gang i sammenheng med elevers oppfatning av egne prestasjoner. Han forklarte det slik: «Med utgangspunkt i sosial sammenligningsteori skulle en forvente at en elevs oppfatning av sitt eget prestasjonsnivå påvirkes av hvordan han oppfatter sine egne prestasjoner i forhold til sin sosiale sammenligningsgruppe – det vil si i forhold til sine klassekamerater» (s. 188). Madsen (2018) forklarer at selvpresentasjon er blitt langt mer avgjørende nå enn for tidligere generasjoner og han legger vekt på at mennesker er tilbøyelige til å sammenligne seg med andre. Sosial sammenligning gjennom bruk av sosiale medier kan utløse konsekvenser.

I pedagogisk sammenheng kan det være hensiktsmessig å se på hvordan vi mennesker opplever mediene. Et viktig aspekt som Schofield (2017) mener vi kan ta tak i på skolen er å lære elevene om sunn mediebruk: «Å forholde seg kritisk og reflektert i forhold til eget mediebruk og til mediekulturen generelt er blitt en viktig del av å mestre egne liv og ha god psykisk helse» (s. 227). Internett kom på midten av 90-tallet. Smarttelefoner og sosiale medier kom først et godt stykke inn i 2000-tallet. Dette er relativt «nytt», derfor vet vi enda ikke så mye om konsekvensene av «ny» mediebruk (Schofield, 2017).

Falske idealbilder som skaper urealistiske forventninger hos unge mennesker, kan være med å skape en falsk sammenligning. De fleste brukere av sosiale medier er mest tilbøyelig for å legge ut statusoppdateringer når de opplever positive livshendelser, dette kan føre til et forvrengt bilde av hvor innholdsrikt livet til vennekretsen er. Gjentakende eksponering via sosiale medier kan påvirke unge menneskers tankegang. Mye tid på sosiale medier og den sosiale sammenligningseffekten kan øke misnøye med egen kropp, utseende og vellykkethet. (Madsen, 2018)

2.4.3 Trivsel og motivasjon – en viktig del av skolehverdagen

Trivsel er en viktig faktor i barns liv. Skolen har en viktig oppgave med å sørge for positivt sosialt samspill. Elever bør i tillegg til faglig utvikling få tilfredsstilt sine sosiale behov. Å se til at de sosiale behovene er tilfredsstilt vil gjøre elevene i bedre stand til å fokusere på undervisningen og utnytte sitt læringspotensial (Andersen, 2016).

Motivasjon er en viktig faktor for elevenes utvikling, den er nødvendig for å kunne prestere. Olsen, Mathisen og Sjøblom (2016) forklarer det slik: «Motivasjon er en viktig drivkraft for læring og i stor grad styrende for de valg vi gjør i livet» (s. 65). De presenterer begrepet prestasjonsmotivasjon. Det finnes to tilnærminger for å forklare begrepet. Den første tilnærmingen handler om et ønske om å lykkes, trangen til å ville gjøre det bra. Den andre tilnærmingen handler om at et ønske om å unngå å mislykkes, redselen for å gjøre feil. Alle mennesker har ulike *drifter* for hva som motiverer oss til å prestere. Madsen (2018) forklarer hvordan indre- og ytrestyrt motivasjon forholder seg til stress. Indrestyrt motivasjon er motivasjon som kommer innenfra og har en beskyttende effekt mot stress og ytrestyrt motivasjon er motivasjon som kommer utenfra og kan fremkalle stress. Ungdata-rapporten (Bakken, 2018) forteller at motivasjon er viktig for å oppnå skoleresultater:

Motivasjon for læring er en sentral drivkraft bak skoleresultatene til den enkelte elev og kommer til syne gjennom de utdanningsvalgene elevene tar, den innsatsen de legger ned, og elevenes oppslutning om skolens formål og regler (Bakken, 2018, s. 36).

Stortingsmelding nr. 30 (2003-2004) er opptatt av at trivsel er viktig for læring: «En betingelse for god læring er et læringsmiljø som inspirerer, motiverer og legger til rette for innsats» (s. 12).

2.4.4 Selvoppfyllende profeti – en flask definisjon kommer til live

Madsen (2018) hevder at samtidsdiagnosene er menneskeskapte forestillinger og atferd. Hvis et menneske definerer noe som sannhet, blir det ofte sannhet i sine konsekvenser. Han forklarer «at forventninger til en person medvirker til at personen endrer seg i retning av forventningen» (s.141). Madsen (2018) sier at

samtidsdiagnosene kan være en selvoppfylgende profeti. Nærmere bestemt forklarer han en selvoppfylgende profeti slik: «En selvoppfylgende profeti er i starten en falsk definisjon av en situasjon som fremkaller en ny atferd som til slutt gjør at det originale falske begrepet blir sant» (s.141). Videre kommer det frem at dersom ungdommer internaliserer samtidsdiagnosene i sin selvforståelse og forventninger til hvordan man skal leve livet sitt, så kan dette forsterke hvordan en forholder seg til sin skjebne og dermed kan det bli en selvoppfylgende profeti. Selvoppfylgende profeti er en risiko, ved å gi navn på en tendens ved samtiden oppstår det en fare for å bidra til å sementere og forsterke det en i utgangspunktet advarte mot. Han nevner for eksempel at «flink pike-syndromet» kan være en slik selvoppfylgende profeti.

3. Metodisk tilnærming

I dette kapittelet vil jeg gjøre greie for det metodiske utgangspunktet som oppgaven bygger på og de metodiske valg som er foretatt underveis i mitt forskningsprosjekt. Jeg starter med å gjøre rede for valg av kvalitativ metode og hermeneutisk tilnærming. Videre vil jeg foreta en metodisk refleksjon i forhold til reliabilitet og validitet for prosjektet, samt forskningsetiske hensyn og deretter valget av intervju som metode. Jeg vil påpeke at hensikten med oppgaven er å belyse problematikken rundt prestasjonspresset i skolen, men jeg kommer ikke til å trekke noen bastante konklusjoner om hva som er rett og galt i enhver sammenheng. Innenfor det pedagogiske feltet kan det være vanskelig å si konkret hva som er best, og jeg vil derfor heller drøfte fordeler og ulemper ved eventuelle funn.

3.1 Valg av metode

Jeg hadde tidlig i prosessen en idé om hva jeg ville skrive om, men etter å ha lest en del litteratur om tematikken falt valget litt annerledes enn jeg hadde tenkt i utgangspunktet. Dette føler jeg styrket oppgaven i den forstand at jeg klarte å vinkle temaet på en bedre måte. Jeg brukte søkemotorer som BIBSYS, Idunn, EBSCO og Google scholar for å samle litteratur og forskningsbidrag på feltet. Jeg fant også noen tidligere masteroppgaver om dette temaet og benyttet deres referanseliste for ytterligere informasjon i jakten på relevant litteratur, i tillegg til referanselistene i artikler og bøker på emnet. Det var også god hjelp å få i prosjektplangruppen som jeg var en del av i masterstudiet ved NLA høgsolen. Jeg brukte søkeord som prestasjonspress, prestasjonssamfunn, psykisk helse, sosiale medier, krav og forventninger til ungdom, ungdommer i skolen, «generasjon prestasjon», «flink-pike syndrom» og lignende.

3.1.1 Kvalitativt forskningsprosjekt

Når en arbeider med et forskningsprosjekt finnes det to ulike måter å forske på, kvalitativ forskning og kvantitativ forskning (Creswell, 2014, s. 16). Ryen (2012) beskriver forskjellen mellom de to forskningstilnærmingene slik: «Kvantitativ forskning fokuserer ofte på å teste hypoteser og påståtte sammenhenger mellom fenomener, mens kvalitativ forskning genererer hypoteser som egner seg for slik

testing» (Ryen, 2012, s. 28-29).

Thagaard (2013) sier at «kvalitative metoder søker å gå i dybden, og vektlegger betydning, mens kvantitative metoder vektlegger utbredelse og antall.» (2013, s. 17) I kvalitativ forskning er en ute etter å få mye informasjon av få informanter, mens i kvantitativ forskning omfatter det ofte et større utvalg informanter. Videre forklarer hun at kvalitative problemstillinger er rettet «mot å utvikle en analytisk basert forståelse av sosiale fenomener» (Thagaard, 2013, s. 18).

Målet med dette prosjektet er å fange ungdommenes opplevelse av prestasjonspresset. Jeg vil ha tak i deres tanker, erfaringer, opplevelser og følelser. Jeg ønsker å gå i dybden på det ungdommene selv har å fortelle og derfor vil en kvalitativ tilnærming passe best til dette prosjektet.

Ryen (2012) hevder at det ikke finnes noen standardtilnærming i kvalitativ forskning, men mange tilnærminger. Som for eksempel intervju, observasjon og analyse av tekst og dokumenter. Intervju er fortsatt den mest utbredte måten å få tak i datamateriale i kvalitativ forskning (2012, s. 18-19). Jeg kunne valgt å gjennomføre en spørreundersøkelse. Men da ville jeg ikke kommet ordentlig i dybden slik jeg vil. Som Ryen (2012) påpeker gir en samtale rom for spontanitet, refleksjon og utdypning (s. 15).

3.1.2 Hermeneutisk tilnærming

I mitt prosjekt er jeg ute etter å fortolke menneskers erfaringer, tanker og følelser angående ett gitt tema. Thagaard (2013) forklarer hermeneutikken som «å fortolke folks handlinger gjennom å utforske et dypere meningsinnhold enn det som er umiddelbart innlysende» (s. 41). Derfor blir det vitenskapsteoretiske grunnlaget for mitt prosjekt en hermeneutisk tilnærming.

Denne oppgaven er av empirisk orientert art siden jeg er ute etter å finne menneskers erfaringer og knytte dette opp mot litteraturen jeg har funnet. Thagaard (2013) beskriver hermeneutikken slik:

En hermeneutisk tilnærming legger vekt på at det ikke finnes en egentlig sannhet, men at fenomener kan tolkes på forskjellige nivåer. Hermeneutikken bygger på prinsippet om at mening bare kan forstås i lys av den sammenheng det vi studerer, er en del av. Vi forstår delene i lys av helheten (Thagaard, 2013, s. 41).

3.1.3 Validitet og reliabilitet

I en forskningsprosess vil det være nødvendig å trekke frem reliabilitet. Dette handler om at andre forskere skal kunne komme frem til noenlunde samme resultater ved å gjennomføre samme prosjekt. Det vil si at en annen forsker kan kunne gjennomføre mitt prosjekt og få lignende resultater og dermed se om oppgaven fremstår som reliabel (NESH, 2016). Dette kalles test-retest reliabilitet. I kvalitativ forskning kan dette være utfordrende med tanke på at materiale oppstår i et unikt møte mellom forsker og informant. Det vil være nærmest umulig å gjenta nøyaktig samme intervju, derfor kan reliabilitet i kvalitativ sammenheng handle om å gjøre rede for hvordan dataene er blitt produsert i løpet av prosessen. På den måten får leseren mulighet til å vurdere verdien og kvaliteten i arbeidet som er utført (Thagaard, 2013).

Validitet dreier seg om gyldighet, og validitetsbegrepet handler om at en som forsker undersøker det en sier en skal undersøke. Troverdighet, overføringsverdi, kredibilitet og bekreftbarhet er viktige begreper en som forsker må forholde seg til for å sikre validitet. Innen validitet skiller en mellom intern og ekstern validitet. Førstnevnte handler om sammenhengen mellom funnene og det teoretiske rammeverket. Det at funn kan generaliseres på tvers av sosiale settinger kalles ekstern validitet. Videre skiller en mellom indre og ytre validitet. Med indre validitet mener vi at funnene samsvarer med virkeligheten, mens ytre validitet omhandler at funnene kan overføres fra en situasjon til en annen. Jeg har mine egne tolkninger og min egen forforståelse som forsker. Til tross for dette er det viktig at resultatene i oppgaven kan sees på som gyldige og realistiske. I min oppgave ser det ut til at funnene har klare likhetstrekk med det som er av etablert kunnskap innenfor tematikken og empiri samsvarer med tidligere studier. Validitet handler kort sagt om at vi undersøker det vi tror vi undersøker, og det vil jeg si er gjeldende for denne oppgaven. Jeg lagde klare og konkrete spørsmål bevisst, noe som viser seg i intervjuguide og temaliste. Fordelen

med intervju er at en kan klargjøre eventuelle misforståelser underveis og lese kroppsspråk og tonefall. Det er en viktig del av oppgaven som jeg er fornøyd med. (Thagaard, 2013; Krumsvik 2014).

3.2 Planlegging og gjennomføring av prosjektet

Rollen som forsker har sine utfordringer, jeg gikk inn i forskerrollen med min forståelse, mine antagelser og mine fordommer om temaet som jeg valgte å forske på. Jeg har forsøkt å være så objektiv som mulig gjennom hele prosessen, men har kjent på utfordringene ved å forsøke på nettopp dette. Det vil likevel være slik at min forståelse farger mine tolkninger. Til tross for dette fikk jeg noen overraskende svar i det empiriske arbeidet, som gjorde at jeg lærte mye i min rolle som forsker.

3.2.1 Intervju

Intervju kan være et godt verktøy for å få tak i utdypende og fyldig informasjon om hvordan andre mennesker opplever sin livssituasjon, og hvilke synspunkter de har på temaene som kommer opp i intervjuet. Intervju hjelper til med å få innsikt i menneskers følelser, tanker og erfaringer (Thagaard, 2013, s. 95).

Hos Creswell (2014) er intervju det som skjer «when researchers ask one or more participants general, open-ended questions and records their answers» (s. 6). Han spesifiserer at det er forskjellige typer intervju. En-til-en intervju blir beskrevet ved at en samler inn data ved å stille spørsmål og få informasjon fra bare en deltaker om gangen (Creswell, 2014, s. 8).

Thagaard (2013) gjør greie for ulike måter å utforme et intervju på. Disse blir betegnet som henholdsvis lite strukturert intervju, relativt strukturert intervju og delvis strukturert intervju. Delvis strukturert intervju kan bli forklart ved at temaene er fastsatt på forhånd, men ikke nødvendigvis i bestemt rekkefølge. På denne måten kan forskeren følge med på det informanten forteller og kan komme med oppfølgingsspørsmål underveis, men samtidig kan forskeren styre intervjusamtalen til de bestemte temaene (Thagaard, 2013, s. 97-98). Denne formen for intervju var den jeg synes passet best for dette prosjektet.

Når en skal ha intervju er det viktig å lage en intervjuguide. Creswell (2014, s. 6) forklarer *interview protocol* som et skjema laget av forskeren som inneholder instruksjoner for hvordan intervjuet skal foregå og hvilke spørsmål som skal bli stilt. Jeg lagde en temaliste for mine intervjuer.

Det er en del ting en bør være påpasselig på når en skal intervju noen. Det er blant annet viktig at informantene opplever en god relasjon med den som gjennomfører intervjuet (Thagaard, 2013, s. 113). Ledende spørsmål kan styre informanten i den retning forskeren vil, dette er det viktig å være obs på. Det er viktig å prøve å forholde seg så nøytral som mulig. Det er på den måten en får ærlige og ekte svar (Thagaard, 2013, s. 104). På grunn av andres tilråding valgte jeg å ha prøveintervju med en bekjent før jeg hadde intervjuer med informanter. Dette fordi jeg for å bli kjent med rollen som intervjuer og for å prøve å bli mer bevisst på mine ansiktsuttrykk og mitt kroppsspråk.

3.2.2 Utvalg av informanter

I valg av respondenter ble følgende krav satt til deltakerne:

- Elev ved en videregående skole
- I alderen 16 - 21 år

Informantene til dette prosjektet ble funnet gjennom nettverket til en bekjent. Det var i utgangspunktet et ønske fra min side om å finne informanter som er preget av prestasjonspresset. Informantene i dette prosjektet er imidlertid ikke sterkt preget av et slikt press, og dette har – slik jeg vurderer det nå - vist seg å være en styrke for mitt prosjekt fordi jeg ønsker å finne ut hvordan ungdommer flest opplever prestasjonspresset i skolen. Informantene går på yrkesfaglig utdanningsprogram eller påbygg til studiekompetanse. Gutter fra yrkesfaglig utdanningsprogram og jenter fra påbygg til studiekompetanse. Det er større sannsynlighet for at det hadde blitt andre resultater dersom informantene for eksempel hadde gått på studiespesialiserende utdanningsprogram.

3.2.3 Innsamling av data under intervjuene

Dersom informantene godkjenner bruk av lydopptak er dette en god måte å lagre informasjonen på. Forskeren kan da konsentrere seg om det informantene forteller om og deres reaksjoner, og når intervjuet er over kan likevel forskeren skrive direkte sitat fra det informanten har sagt (Thagaard, 2013, s. 112). Det er viktig for meg å fokusere på å ha en god relasjon med mine informanter. Jeg har fått tillatelse fra NSD til å bruke lydopptak i mine intervjuer, dette kommer også frem i informasjonsskrivet som informantene måtte skrive under på før intervjuet startet. Alle informantene godkjente bruk av lydopptak under intervjuene, og det ble brukt privat mobiltelefon for å utføre lydopptak. Informantene har skrevet under på et informasjonsskriv for å godkjenne bruken av materialet til denne oppgaven. Jeg fikk også lydopptak av godkjenningen. Ved å bruke lydopptak kunne jeg være mye mer tilstede i intervjuene og se på kroppsspråk og stille relevante spørsmål til det informantene fortalte om. Det ble en mye mer dybde i samtalen.

3.2.4 Bearbeiding av det empiriske materialet

Transkriberingen av materialet ble utført av meg som forsker. Jeg valgte først å skrive ned hele intervjuet ordrett, deretter ble det komprimert og omgjort til mer akademisk språk. Av anonymitetshensyn har informantene fått fiktive navn. Materialet har blitt sortert etter ulike temaer for en bedre struktur i oppgaven. Thagaard (2013) forklarer det som en temasentrert analytisk tilnærming

3.3 Etske retningslinjer

Forskningsetiske retningslinjer har vært gjennomgående for hele prosjektet. Jeg har forholdt meg til forskningsetiske retningslinjer for samfunnsvitenskap, humaniora, juss og teologi (NESH, 2016). Gjennom hele prosessen har jeg forsøkt så godt jeg kan å ha fokus på og vise hensyn til disse etiske retningslinjene og dette spesielt med tanke på informantene som valgte å stille til intervju, i form av for eksempel av informert samtykke, anonymitetshensyn og hensyn til tredjepart. Formålet med NESH er å være rådgivende og veiledende i forskningsprosessen (NESH, 2016).

Før intervjuene ble gjennomført snakket jeg med elevinspektør på skolen det gjaldt, hun fikk tilsendt infoskriv om prosjektet – slik at elevene som deltok fikk informasjon

i forkant av intervjuene og kunne velge deltakelse og være forberedt. Som forsker skal jeg respektere hver enkelt informant sitt personvern og personopplysninger. Opplysningene vil bli slettet etter prosjektslutt (NESH, 2016).

3.3.1 Hva kunne vært gjort annerledes?

Jeg tror resultatene kunne blitt helt annerledes dersom jeg hadde valgt å intervju informanter fra andre utdanningsprogrammer, for eksempel studiespesialiserende. Men likevel så hadde det da ikke vært det jeg ønsket å få tak i, nemlig i størst mulig grad å kunne avdekke hvordan ungdommer flest forholder seg til det såkalte prestasjonspresset i skolen. I etterkant ser jeg det derfor som en fordel for mitt prosjekt at mitt utvalg består av de utdanningsprogrammer som jeg til slutt landet på. Jeg er glad for at jeg valgte å ha prøveintervju først, slik at jeg var litt forberedt på rollen min som intervjuer.

4. Presentasjon av empiri: ungdommenes egne opplevelser av hverdagen

4.1 Presentasjon av informanter

I denne oppgaven har det deltatt fire ungdommer fra samme videregående skole i Hordaland. To gutter fra yrkesfaglig utdanningsprogram, Kristian og Daniel, og to jenter - Celine og Tuva. Celine er på sitt fjerde år på videregående opplæring og Tuva har fullført en helsefagarbeider-utdanning tidligere, nå går begge på påbygg til studiekompetanse. Alle informantene i dette prosjektet kjenner til prestasjonspresset på flere arenaer. Arenaene som blir tatt opp i denne oppgaven vil være skolen, foreldre, jevnaldrende og sosiale medier. Det vil også bli snakket litt om psykisk helse. De tåler presset rimelig greit, og det kommer ikke frem at noen har opplevd noen negative konsekvenser som følge av press. Påbygg til studiekompetanse vil i dette kapitlet bare bli omtalt som påbygg.

4.2 Utdanning og fremtiden

Intervjuene ble innledet med spørsmål om karrierevalg og fremtidsplaner. Jeg startet opp intervjuene med spørsmål om hva fremtidig yrkesvalg. Celine uttrykte ønske om å bli førskolelærer allerede før vi satte i gang intervjuet, derfor følte dette som en naturlig start. Hun forteller at hun ønsker å gå førskolelærerstudiet og eventuelt utvikle seg til å gå videre innenfor barnevern, men påpeker at det kanskje blir senere i livet. På spørsmål om hun føler at noen har påvirket valget hennes for fremtiden, svarer hun slik:

Celine: *Nei, jeg har ikke blitt så veldig påvirket til dette valget. Men jeg har blitt påvirket til andre utdanninger tidligere, og jeg ble veldig påvirket til å ta de utdanningene som er populære i dag, som for eksempel sykepleier og ingeniør. Det har vært mye påvirkning der ifra andre.*

Hun legger deretter til at hun satt ned foten blant familie og andre da hun fant ut at det var denne veien hun hadde lyst til å gå. Jeg viser til hennes kommentar om populære utdanningsvalg, og spør om mange av hennes venner som skal gå sykepleierstudiet. Noe Celine bekrefter, hun tror dette skyldes at mange vil ta et studium der en er sikret

jobb etter endt utdanning eller er usikker på hva de skal jobbe med i fremtiden. Denne uttalelsen gjør at jeg blir nysgjerrig og spør om hun tror mange velger dette studiet fordi «alle andre gjør det»?

Celine: *Ja, noen ganger så tror jeg det. Men ikke bare fordi mange andre gjør det, men også fordi det er veldig kjent for å få en sikker arbeidsplass. Det er et trygt yrke. Så kan det være fordi det sees som et fornuftig valg.*

Celine har gått på videregående opplæring i fire år på tre forskjellige videregående skoler, og nå går hun det siste året før hun skal begi seg ut på høyere utdanning. Hun sier at hun hadde lyst til å bli enten arkitekt eller førskolelærer. Hun gikk først design og håndverk, derifra kan en velge seg over til barn og ungdom på andre året eller fortsette med interiør, Celine valgte sistnevnte. I senere tid har hun ombestemt seg og begynte derfor på påbygg, hun forteller det slik:

Celine: *Så har jeg jo angret i ettertid på at jeg tok den utdanningen, fordi det ble tyngre og tyngre og jeg ble bare mer og mer lei av akkurat det området der.*

Jeg etterfølger det Celine sier med å spørre om det var andre påvirkningselementer som bidro til studiebyttet.

Celine: *Nei, altså det var ikke påvirkning, men samtidig så kunne det være veldig mye press, det er jo en hard bransje. Vi hadde jo en lærer som var arkitekt, så vi så litt hvordan bransjen kan være, så da hadde jeg ikke så lyst til å fortsette på den retningen.*

Celine påpeker at arkitektyrket er innenfor en privat bransje og at det også kan være et press om å velge de sikre og trygge jobbene i offentlig sektor slik som lærer og sykepleier.

Celine forteller at det er stor forskjell på skolene hun har gått på og forklarer videre at hun merker stor forskjell på lærere, noe som gjelder spesielt i forhold til forskjell på lærere i yrkesfag og i påbyggfag. Celine har ADD og trenger forståelse for dette i

undervisningen. Hun har opplevd at lærerne på yrkesfag ofte har mindre tålmodighet, sammenlignet med lærerne på påbygg som hun opplever som flinkere pedagogisk. Hun føler at lærerne på påbygg har bedre forståelse for tilrettelegging i opplæringen for elever med ulike utfordringer.

Tuva går på påbygg på samme skole som Celine. Hun har gått på videregående to år tidligere og vært to år som lærling og har nå fagbrev som helsefagarbeider. Tuva valgte å begynne på påbygg for å kunne gå videre i høyere utdanning med ønsket om å bli sykepleier.

Også Tuva fikk spørsmål om hun følte seg påvirket av andre når det gjaldt valget om å bli sykepleier. Når jeg spurte også henne om dette var jeg muligens preget av intervjuet med Celine som hevdet at sykepleier er et populært utdanningsvalg. Tuva forteller at hun gjennom sin lærlingtid som helsefagarbeider ble motivert til å gå videre som sykepleier, men forteller at hun har følt seg påvirket av andre tidligere. I utgangspunktet ville hun egentlig ikke gå helsefagarbeider, det var mer foreldrenes ønske. Hun ler litt når hun forteller dette:

Tuva: *Å begynne på sykepleien er noe jeg vil. Jeg tok helsefagarbeiderutdanningen først, og det var det litt mer mine foreldre som ville jeg skulle velge, for jeg ville egentlig bli konditor eller baker. Men når jeg kom inn i det yrket innenfor helse så likte jeg det, så nå føler jeg at jeg er på riktig vei.*

Videre spør jeg Tuva om hvordan det er å være elev på videregående. Tuva erkjenner at det er veldig krevende, og hun er tydelig stolt når hun forteller om dette.

Tuva: *Jeg hørte jo historier om hvordan det var å være i lære for deretter å begynne på påbygg igjen med en gang, og jeg hørte jo at det var veldig tungt, så jeg forventet at det skulle være tungt. Jeg skal gjøre dette. Jeg skal fullføre. Jeg er nå snart ferdig. Jeg har bare en eksamen igjen.*

Tuva forklarer at hun hadde skolen som hun nå går på som førstevalg når hun søkte, dette selv om hun ikke kjente noen som skulle gå på samme skole. Hun forklarer at de fleste av vennene hennes fortsatte i jobb etter lærlingtiden, eller at de går på en annen

skole. Hun forteller at hun gruet seg til å begynne i ny klasse og ikke kjenne noen, og at hun var redd for å være alene i begynnelsen:

Tuva: *Det kan være litt vanskelig å ta det første skrittet, synes jeg. Det er litt skummelt å være i en helt ny klasse og du kjenner ingen. Men når du har gjort det så går det jo fint, du blir kjent med dem, og du får venner.*

Kristian går bygg og anlegg og sitt første år på videregående skole, han har lyst til å ta fagbrev og bli tømrer. På spørsmål om hvordan det er å være elev på videregående svarer Kristian at han synes det er greit:

Kristian: *Det er egentlig ganske greit. Jeg trodde det skulle bli mer stressende enn ungdomsskolen, men det er egentlig ikke så mye vanskelige enn det. Det er litt vanskeligere matte og jeg synes egentlig det er ganske greit. Jeg har fått mange nye venner og jeg synes jeg passer godt inn her.*

Daniel går også sitt første år på videregående skole. Han går i samme klasse som Kristian på bygg og anlegg. Daniel sier at han akkurat nå har lyst til å bli taktekker. Han trekker litt på svaret sitt så jeg spør om han ombestemmer seg ofte.

Daniel: *Ja, jeg tenker ofte på det. Kommer jeg til å angre på dette? Men det går jo an å ombestemme seg senere. Men det går jo gjennom hodet av og til, jeg kommer nok til å klare å bestemme meg etter hvert.*

På spørsmål om hvordan det er å være elev på videregående skole, svarer Daniel følgende:

Daniel: *I begynnelsen så var det jo litt skummelt, men nå så trives jeg jo. Jeg føler det er gøyere å være her enn å bare være hjemme og ha fri og ikke gjøre noe.*

Jeg spurte alle informantene under de ulike intervjuene om hva de synes er det beste og verste med å være elev på videregående skole. Det er klart hva de synes er det beste med skolen.

Celine: *Jeg ville nå sagt at det beste er jo å kunne være sosial.*

Tuva: *Det er jo venner.*

Kristian: *Det beste er at det er et sted du møter folk og er sosial.*

Daniel: *Det beste er at jeg får møte kompiser. Dele øyeblikk og ha det gøy.*

Alle informantene gir klare signaler på at det er viktig med venner og sosialt liv. Trivsel er definitivt en viktig faktor. Celine legger til at i tillegg til å være sosial er hun fornøyd med akkurat denne skolen, fordi hun får god hjelp. Hun sier at skolen er flink å peke på de mulighetene du får til å faktisk kunne velge å ta forskjellige utdanninger etter videregående. Tuva forteller videre om hva hun syntes er det beste med skolen, når det handler om fag. Hun forklarer at hun likte best å gå på videregående skole det andre året, da hadde hun helsefagene, dette var fag hun likte godt og gleder seg til å få igjen i høyere utdanning.

På spørsmål om hva som er det verste med videregående skole uttrykker Celine følgende:

Celine: *Jeg tror det verste er det presset du har. Det er stort. Så du føler liksom at du blir aldri ferdig.*

Etter forrige spørsmål påpeker Celine igjen at hun merket dette presset sterkere da hun gikk på yrkesfag, særlig når hun følte lærerne ikke helt var på elevenes side. Men hun er snar med å legge til at påbygg er veldig krevende, og at det er høye forventninger til elevene, og i en slik situasjon hjelper det godt på med støttende lærere.

Tuva forteller videre at hun gruet seg til påbygg siden hun visste at hun kom til å ha matematikk og andre fag som hun ikke føler seg så flink i eller liker spesielt godt. Hun forteller videre at dette handler mye om motivasjon og lærernes måte å lære bort på. Fagene hun ikke liker er det verste med skolen. Kristian og Daniel svarer også på hva de syntes er det verste når det gjelder videregående opplæring, og svarer slik:

Kristian: *Det verste er å stå opp om morgenen. Også er det alltid ganske mye. Eller ikke alltid da, men det er ofte prøver, vurderinger, innleveringer og slikt.*

Daniel: *Det verste er egentlig tider som dette med mye prøver, og at man kanskje kommer opp i eksamen.*

Daniel referer til at det er på slutten av skoleåret, i noen fag det skal settes vitnemålskarakter, det er mulig å bli trukket opp til eksamen. Alle intervjuene ble gjennomført i begynnelsen av juni 2018. Informantene er tydelig preget av å kunne bli trukket opp til eksamen. For Tuva og Celine er det siste og avsluttende skoleår.

4.3 Forventninger fra foreldre – er det et foreldrepres?

Jeg spør om det er mye forventninger fra foreldre og familie om hvordan en bør prestere på skolen. Celine forteller at hun har fått mer støtte nå det siste året enn tidligere. Hun forteller at hun tror foreldrene ikke helt visste hva hun drev med i starten og at de klarte å engasjere seg mer når hun valgte å gå en linje som de helst ville hun skulle ta. Videre spør jeg om hun har kjent et press fra foreldrene når det gjelder hva hun skal bli i fremtiden.

Celine: *Ja, egentlig veldig mye press. Jeg sier jo ikke at de fleste foreldre er slik, men jeg tror det er ganske mange som føler på det.*

Celine forteller at moren er sykepleier og at hun gjerne vil at datteren skal bli det samme, og at det kan være derfor hun kjenner på dette presset.

Tuva forteller tidligere i intervjuet at foreldrene hadde vært med å prege hennes valg av linje når hun skulle begynne på videregående opplæring, derfor spør jeg om hun opplever at foreldrene påvirker valgene hun gjør. Hun innrømmer at foreldrene har nok en viss innvirkning på henne:

Tuva: *Sykepleier er noe jeg selv har følt jeg har lyst til etter helsefagarbeider-utdanningen. Det var jo gøy, og jeg har lyst til å gå videre. Foreldrene mine har jo og sagt at jeg må bli sykepleier. Det er ok, men det er mitt valg og min utdanning. De har jo litt innvirkning, men jeg prøver å tenke at det til syvende og sist er min utdanning.*

Jeg spør også om Tuva føler at foreldrene er involvert i utdanningen hennes. Det syntes hun de er:

Tuva: *De er interessert i hva som skjer på skolen og hvor karakterene mine ligger, de vil jo at jeg skal gjøre det bra.*

Kristian opplever støtte fra foreldrene og føler de er positive til hans utdanningsvalg.

Kristian: *De syntes jo det er ganske gøy at jeg har valgt å bli tømrer. Mamma og pappa er utdannet lærere begge to egentlig. Mamma måtte slutte etterhvert og nå er hun gullsmed, så man kan jo bytte senere.*

På spørsmålet om han føler foreldrene er involvert i hans skolegang svarer Kristian følgende:

Kristian: *Ja, de er involvert, men de var det mye mer før. På barneskolen hjalp de meg med lekser og de fulgte opp på ungdomsskolen. Men nå som jeg er på videregående skole stoler de på at jeg gjør det jeg trenger og jobber med det jeg skal. De bryr seg om hvordan jeg presterer, men er på en måte ikke like oppfølgende som før.*

Jeg spør om foreldrene har vært med å prege Daniel sine valg, og han forklarer at de ikke har hatt så mye påvirkning på hans valg.

Daniel: *De sier at jeg gjør som jeg vil, så lenge jeg vil det og ikke føler at jeg må. De vil jo det beste for meg selvfølgelig.*

Daniel sier at han ikke føler noe press eller påvirkning fra foreldrene når det gjelder sine valg for utdanning. Jeg spør videre om Daniel føler at foreldrene er

involvert i skolegangen hans.

Daniel: *Ja, det er de. Mamma er slik at så lenge jeg gjør mitt beste er hun fornøyd. Pappa sier at hvis det er noe jeg sliter med, så må jeg si i fra så ikke jeg sitter med det lenge alene og det ligger der og sliter på meg. Han er fornøyd så lenge jeg gjør det.*

4.4 Stressfaktorer på skolen

Jeg spurte alle informantene om hva de opplevde som det mest stressende ved skolehverdagen. De uttrykte alle at de opplevde stress om skolerelaterte situasjoner. De påpekte blant annet karakterer, eksamener, innleveringer, prøver, fremføringer og forventninger om gode resultater og god innsats.

Celine forteller at hun kan av og til kjenne på litt press blant venner når de forteller for eksempel hvilken karakter de har fått på en prøve.

Celine: *Jeg merker presset når folk sier at ting er så lett. Også er det kanskje ikke lett for alle.*

Hun viser til at de nylig har hatt nynorsk eksamen hvor noen påpekte at det skal mye til for å stryke. Dette kjenner hun på at kan være vondt å høre dersom en faktisk stryker.

Celine: *Når folk sier at det er vanskelig å få dårlig karakter, da kan jeg jo se for meg hvordan man føler seg om man faktisk får til å stryke eller får en dårlig karakter. Det er jo mange som ikke får så gode karakterer. Men også mange som sier det skal mye til for å få dårlig karakter på det. Det tror jeg faktisk er det største presset på skolen.*

Jeg spør Celine om hun synes det er viktig å få gode karakterer. Celine svarer at det synes hun er viktig. Men hun irriterer seg over presset rundt karakterene. Hun vil som tidligere har blitt nevnt, bli førskolelærer. Når folk sier at det er lett å komme inn der, blir hun redd for å plutselig være en av de som ikke kommer inn.

Celine: *Jeg vil jo sikre meg en plass der, selv om alle sier at jeg uansett kommer inn. Jeg får litt større press, selv om de prøver å muntre meg opp. De fleste sier jo at jeg kommer inn, men tenk hvis kanskje linjen blir mer populær og jeg ikke gjør det.*

Tuva nevner også karakterer som en stressende faktor i skolen, og at det hun kjenner på et press på å få gode karakterer.

Tuva: *For eksempel så trenger jeg visse karakterer i noen fag for å komme inn på sykepleien. Og det er jo veldig stressende.*

Hun forklarer at det er noen fag hun føler hun ikke er like god i, og disse fagene må hun jobbe veldig hardt for å få til. Hun understreker redselen for å ikke komme inn på sykepleien om hun ikke får visse karakterer. Jeg spør Tuva om hun syntes det er viktig å få gode karakterer.

Tuva: *Det er egentlig ganske viktig, både for meg og foreldrene mine.*

Videre spør jeg om Tuva opplever konkurranse i vennegjengen angående karakterer, Tuva forteller:

Tuva: *Jeg prøver å ikke la meg påvirke av karakterene vennene mine får. Altså hvis de får gode karakterer så blir jeg glad på deres vegne, for det er jo bra gjort. Men det er mer press fra foreldre, de kan si for eksempel 'ja, du satser på 5er nå'. Selv om jeg kanskje ville vært fornøyd med lavere.*

Litt for å finne ut hvor listen for hva som er gode karakterer ligger, så spør jeg om karakteren fire er bra, Tuva synes at karakteren fire er bra. Jeg spør om hun tror foreldrene hadde blitt skuffet dersom hun kom hjem med karakteren to på en prøve. Tuva tviler på det og gir meg et eksempel:

Tuva: *Nei, det tror jeg ikke. Jeg tror ikke det hadde vært noen skuffelse. Jeg kom jo hjem tidligere i uken og var kjempelei meg fordi jeg trodde jeg*

strøk da var de veldig støttende. De sa mye oppmuntrende som 'ikke ta sorgen på forskudd' og 'får du en toer så er det hvert fall bestått'. Så jeg tror det hadde gått helt fint.

På spørsmål om hva som er det mest stressende i skolen, svarer Kristian følgende:

Kristian: *Sånn som det er nå er det litt stressede om vi kommer opp til eksamen eller ei. Man vet ikke helt hva som skjer på en måte. Jeg håper selvfølgelig på at jeg ikke kommer opp til eksamen.*

Jeg spør om det er andre faktorer som også kan oppleves stressende i skolen.

Kristian: *Det er fraværsregelen. Men jeg stresser egentlig ikke så mye, jeg er egentlig en ganske rolig person. Jeg ser jo folk som stresser veldig med å få gode karakterer og som må gjøre det bra hele tiden, men jeg er ikke sånn. Jeg tenker det går bra uansett.*

Også Kristian nevner karakterer som en stressfaktor. Jeg spør også han om det er viktig å få gode karakterer.

Kristian: *Ja, det er viktig for meg å få gode karakterer. Men jeg må ikke ha de beste karakterene. Men jeg føler at jeg egentlig aldri har trengt å øve så mye for å få gode karakterer. Jeg har ikke noe karakterpress på meg. Jeg har egentlig alltid hatt gode karakterer egentlig.*

Jeg spør også Kristian om hvordan foreldrene hadde reagert dersom han kom hjem med en prøve som hadde fått karakteren to.

Kristian: *Nei, det tror jeg ikke hadde vært helt greit. De vil jo at jeg skal gjøre mitt beste. Og hvis jeg får karakteren to på en prøve så har jeg ikke gjort mitt beste.*

Videre spør jeg om karakteren fire er bra.

Kristian: *Ja, det syntes foreldrene mine er greit. Men de syntes selvfølgelig at fem og seks er bedre. Jeg nøyer meg med fire og fem. Jeg gidder ikke presse meg selv til en sekser, det har jeg ikke hatt behov for.*

På spørsmål om hva som er det mest stressende med skolen svarer Daniel følgende:

Daniel: *For min del er det å få med seg alt. De går igjennom mye i løpet av en måned. Og jeg synes det er litt stressende at du må få med deg absolutt alt hvis du skal ha peiling.*

Daniel gir et eksempel på hva han kan synes er stressende.

Daniel: *Hvis jeg for eksempel er syk en dag, så blir jeg ganske stresset, i tilfelle de andre har lært veldig mye den dagen. For da henger jeg etter og har mye og ta igjen. Det synes jeg er ganske stressende.*

Jeg spør om Daniel kom inn på førstevalget sitt. Han forklarer at det sto mellom bygg og anlegg og helse og oppvekst, og at han i siste liten satte han bygg og anlegg på denne skolen som førstevalg. Han er veldig fornøyd med å ha kommet inn på det, og angret ikke på valget i det hele tatt.

Jeg spør videre om Daniel sitt forhold til karakterer. Daniel er tydelig stolt når han forteller om dette.

Daniel: *Det er mye bedre enn på ungdomsskolen i hvert fall. Jeg gjorde det ikke så veldig bra på ungdomsskolen, men når jeg begynte her begynte jeg å skjerpe meg litt med skolearbeidet, og karakterene i alle fag har egentlig gått ganske høyt opp.*

På spørsmål om det er viktig for han å få gode karakterer, svarer Daniel bekreftende på dette.

Daniel: *Ja, jeg synes det. Eller det er ikke veldig viktig, men hvis jeg får en god karakter så føler jeg meg litt bedre. Da føler man har gjort noe og lært noe.*

Daniel får også spørsmålet om han synes karakteren fire er bra, og det syntes han. Jeg spør videre om foreldrene hadde syntes det var greit om han kom hjem med karakteren to på en prøve.

Daniel: *De sier egentlig ikke så veldig mye på det. Det har skjedd før, og da skjedde det egentlig ikke så veldig mye. De sa bare at de vil at jeg skal gjøre så godt jeg kan. Og at jeg ikke må gi opp selv om jeg får en dårlig karakter.*

4.5 Prestasjonspress i skolen

Videre fortsetter samtalen mellom meg og Celine til å handle om prestasjonspresset. Jeg spør om Celine har hørt om begrepene «generasjon prestasjon» og «flink pike syndromet», dette er begreper Celine sier hun har hørt om før. Hun mener det største presset ligger i å kombinere alt, både skole, det sosiale livet og fritidsaktiviteter. Celine forteller at hun syntes det virker som at alle må ha en hobby, og hun opplever selv at det er forventninger om dette når hun skal presentere seg selv for nye mennesker, da må en si hva en heter, hva en gjør av jobb og skole og hva en liker å gjøre i tillegg til dette.

Celine: *Noen har tid til å drive med for eksempel håndball etter skolen, men ikke alle har tid til det. Men det er et veldig stort press på å kunne sjonglere slike ting. Du skal få tid til trening, jobb, skole og et sosialt liv.*

Celine tror det er mange som møter veggen til slutt når de forsøker å sjonglere alt. Jeg spør om hun kjenner personlig på dette presset. Hun forklarer at det har hun gjort, men at hun tok grep som og sluttet i deltidsjobben sin på grunn av at hun følte det ble for mye å kombinere arbeid med skole og fritid.

Celine: *Det var jo skole fra 8 til 15, så måtte jeg ta buss til jobb på kvelden. Og jobbe i helgene. I tillegg skulle jeg være med venner også. Det var for mye til slutt. Og så skulle jeg jo trene også.*

Celine forteller videre at det er strevsomt å få tid til alt og at hun tror det blir lettere etter hvert:

Celine: *Mange tenker jo at det blir lettere når du får jobb senere i livet. Når du bare skal jobbe og ikke lenger gå på skole. Ja, de fleste må jo bare bite tennene sammen.*

Jeg spør Celine hva hun tenker når jeg sier ordet prestasjonspress. Hun svarer:

Celine: *Jeg tenker at alle har det, spesielt på min alder. Det er jo press uansett hva du gjør. Det er karakterer, det er jobb, det er hva du skal jobbe med, det er kroppspress, det er alt. Bare det å bli solbrun er et press føler jeg.*

Hun legger til videre at en må velge litt selv hvordan en skal takle presset. Celine forteller at hun på en måte har latt seg dytte litt av presset, at det er for lett å bli revet med. I en periode lurte hun på om hun bare skulle bli sykepleier, for det virket som det var lettere for andre å akseptere:

Celine: *Det var jo nesten slik at med en gang jeg sa sykepleien så var alle med på at det var en god ide. Men når du sier noe annet så blir det litt mer spørsmål.*

Videre forteller hun at når hun i familiebesøk har fortalt at hun vil jobbe innenfor barnevernet, så stusser folk litt.

Celine: *Det blir sett positivt på, men for eksempel onkler og tanter i familiebesøk stiller litt flere spørsmål. 'Får du jobb innenfor det?' 'Har ikke hørt så mange som vil gå den veien'. Det er kanskje litt ukjent, noe nytt for dem. Da begynner de med en gang å stusse litt på det. Også har jeg jo kusiner som fikk sikre gode jobber.*

Hun refererer til jevnaldrende familiemedlemmer som har fått seg prestisjejobber, det er disse hun føler hun blir sammenlignet med. Videre forteller Celine at det er lettere med folk på hennes egen alder:

Celine: *Det jeg sa tidligere gjelder familie. Hvis det er andre ungdommer så er alle helt positive på det. Så lenge de har sin egen greie så bryr de seg ikke.*

Jeg stiller spørsmålet 'har du hørt om prestasjonspresset?'. Tuva sier ja, og vi ler litt. Det er underliggende at dette er et kjent begrep. Videre lurer jeg på om hun har kjent på presset selv. Jeg nevner begrepene «generasjon prestasjon» og «flink pike syndromet», Tuva kjenner til begrepene. Hun forklarer at hun ser «flink pike syndromet» i noen av vennene sine. Hun erkjenner å ha kjent på presset selv:

Tuva: *Jeg har jo det presset, samtidig prøver jeg å tenke at jeg gjør mitt beste og jeg skal prøve å være fornøyd med det. Jeg prøver på en måte å ikke ha de høyeste forventningene til meg selv. Hvis jeg har de høye forventningene og jeg ikke får det til, da ødelegger det veldig på motivasjonen min. Så da prøver jeg heller å ha lave forventninger.*

Oppfølgende spør jeg om hun opplever høye forventninger fra venner, familie og lærere. Tuva forklarer at hun opplever at det er en del forventninger til henne:

Tuva: *Det er kanskje mest forventninger fra familien. Jeg har litt følelsen av at jeg alltid kanskje må imponere de litt. Og ja, litt 'se hvor bra jeg har gjort det' og man venter på at de kan si 'så bra, du er flink', og alt det der. Det er jo litt vanskelig av og til, en må opprettholde det hele tiden.*

Jeg spør Tuva hun opplever at prestasjonspresset er i skolen.

Tuva: *Jeg vil si det at det er i skolen også, men det er også på sosiale medier, og hos familie. Jeg tror egentlig at det er der jeg føler det mest.*

Tuva har en deltidsjobb ved siden av studiene. Hun forklarer at det av og til kan bli mye.

Tuva: *Det er kan være litt slitsomt av og til, for eksempel hvis jeg har en prøve jeg må øve til og jeg har jobbhelg samtidig. Jeg synes det er*

kjedelig å ringe å spørre om å ta fri, fordi jeg må øve til en prøve. Det ville jeg ikke gjort. Har jeg jobbehelg, så har jeg jobbehelg. Det er litt vanskelig å balansere alt. Jeg skal få gode karakterer og jeg skal være oppegående nok til å gjøre arbeidsoppgavene mine på jobb.

På spørsmål om hun har observert om prestasjonspresset påvirker andre svarer Tuva dette:

Tuva: *Jeg har jo sett at det påvirker. Det har jo påvirket meg, i en liten grad. Og jeg ser jo at det påvirker folk rundt meg. Jeg prøver å si til andre at bare vær deg selv og gjør ditt beste. Jeg prøver å være så positiv som mulig.*

Helt til slutt i intervjuet med Tuva spør jeg om det er noe hun vil jeg skal vite om ungdom, prestasjonspresset, osv., sier hun dette:

Tuva: *Jeg tenker at man blir jo påvirket av andre, eller det er hvert fall lett for å bli påvirket. Det vi ser rundt oss, venner, familie, sosiale medier. Man blir jo påvirket. Man prøver. Men det er kanskje lettere sagt enn gjort. Men man må prøve litt å heller tenke på seg selv og bare gjøre sitt beste også går det slik som det går. Og at man ikke presser seg til noe man ikke vil.*

Jeg spør hva Kristian tenker når han hører ordet prestasjonspress.

Kristian: *Det er jo et press ofte. Det er ikke alltid der, men det er varierende. Det kommer litt helt an på hvor viktig det er for deg. Hvis du trenger en god karakter for eksempel, og hvor viktig den karakteren er.*

Jeg nevner begrepene generasjon prestasjon og flink pike syndrom. Jeg lurte på om Kristian har hørt om de. Det har han. Kristian gir en forklaring på flink pike syndromet.

Kristian: *Flink pike er jo sånn at du skal være flink. Du skal gjøre leksene dine og være snill. Og ikke få noen anmerkninger.*

Jeg spør videre om han tror dette gjelder for gutter også. Kristian tror at det gjør det, i hvert fall i en viss grad. Jeg spør videre om han har kjent på prestasjonspresset selv.

Kristian: *Ja, av og til. Det ligger jo et press der. Før prøver, innleveringer, eksamen, prøveeksamen. Og i hvert fall hvis du skal ha fremføring for en ny lærer eller en ny klasse. Da tenker du jo ikke bare på karakter, men bare det å gjennomføre.*

Kristian forteller at han har en deltidsjobb ved siden av skolen. Han jobber på et trelastlager, og føler jobben er veldig relevant for det han utdanner seg til. Her spør jeg videre om han synes det kan bli for mye å skulle sjonglere mellom jobb og skole.

Kristian: *Jeg driver jo med fotball og. Også er jeg på treningsstudio. Jeg har jo ganske mye. Og på vinteren liker jeg å stå på snowboard, så da blir det veldig knapt med tid. Men jeg pleier å få tid til det meste, jeg blir fort rastløs av å sitte hjemme. Noen ganger blir det for mye. Men det pleier jo egentlig å gå fint.*

Jeg spør om hvordan Daniel ville forklart prestasjonspresset.

Daniel: *Det er for eksempel foreldre som er strenge på karakterer. De forventer noen karakterer og blir kanskje skuffet. Så blir du kanskje stresset, fordi ingen vil vel skuffe foreldrene sine.*

Jeg spør videre om prestasjonspresset gjør seg gjeldende også i forhold til skolen eller venner. Daniel svarer at han ikke føler at det gjelder noe i forhold til venner, men at det først og fremst gjelder foreldrene.

Daniel: *Med venner så er man forskjellige, alle har sine dårlige og gode sider. Det har ikke så mye å si. Men med foreldre, så kommer det litt an på hvordan de er og hva de verdsetter.*

Daniel har ingen kjennskap til begrepene generasjon prestasjon og flink pike syndromet.

Daniel: *Jeg tenker egentlig at ungdommer må ha litt press på seg. Det at man faktisk har noe å jobbe med. For hvis vi ikke hadde hatt press på oss, så tror jeg mange ungdommer ikke hadde brydd seg i det hele tatt. For eksempel på skolen, hvis vi ikke hadde hatt krav om karakterer for å komme inn. Nå hvis du stryker i fag så kommer du faktisk ikke inn.*

Daniel erkjenner at det kanskje kan være litt press mellom venner likevel og sier:

Daniel: *Du merker det jo blant venner også. Man blir jo utelatt hvis de får gode karakterer og ikke du. Da kommer man kanskje ikke inn på samme skole. Og da blir man jo presset til å gjøre det bra. Så jeg tenker egentlig at det er bra vi har litt press på oss.*

På spørsmål om Daniel føler det er et stort press på å prestere han svarer han at han ikke har kjent så mye på det.

4.6 Sosiale medier

Videre går vi inn på temaet sosiale medier. Dette gjelder hovedsakelig bruk av smarttelefon og de mest populære appene som blir nevnt av informantene er facebook, instagram og snapchat.

Celine har roet ned litt på bruken av sosiale medier ettersom det ble så omfattende for hennes del. Hun forteller at hun tidligere var veldig opptatt av å holde seg oppdatert og være aktiv på flere sosiale medier. Til flere av informantene sa jeg at det ofte er slik at en har det bra på sosiale medier, selv om det kanskje ikke nødvendigvis stemmer med virkeligheten.

Celine sier seg enig i mine uttalelser, og forteller en historie om akkurat dette:

Celine: *Jeg og min tidligere kjæreste var veldig opptatt av det. Vi skulle poste de fineste bildene. Det var jo egentlig ikke slik vi hadde det. Alle sa vi var det perfekte paret på grunn av disse bildene. Men det stemte jo*

ikke. Det var veldig perfekt på instagram, men det var egentlig ikke slik.

Jeg spør om det er et press om å se bra ut på sosiale medier. Celine forteller at hun synes det er det. Hun sier hun ikke er så preget, men at hun ser venninner som kanskje opplever et større press enn hun selv føler på.

Celine: *Mange er opptatt av å få flere følgere, og noen går jo så langt at de redigerer bildene sine for å få det.*

Jeg skyter inn at utviklingen av sosiale medier bidrar til at man er mer eksponert for omverdenen enn tidligere. Dette er noe hun sier seg enig i:

Celine: *Alle vil frem. Det virker som folk fremhever det som er bra.*

Celine forteller videre at det er viktig å vise at en er opptatt med å gjøre ting. Hun forteller en historie om en venninne i den forbindelse:

Celine: *En litt interessant ting jeg fikk høre her om dagen av en venninne. Det er stedstjenester på snapchat. Det finnes et kart der du kan se hvor vennene dine er. Og venninnen min sa hun måtte skru av det slik at ingen så at hun satt så mye hjemme.*

Tuva også sier at hun bruker sosiale medier jevnlig. Jeg sier at jeg tenker at ungdommer kan være mer eksponert nå enn tidligere, altså at alt blir mye mer synlig gjennom sosiale medier. Jeg spør om hun føler dette påvirker hennes hverdag. Tuva svarer:

Tuva: *Det gjorde kanskje det mer før, enn det gjør nå. Spesielt når det kommer til kroppspress. Alle de flotte jentene, de som ser kjempefine ut, de som har den typiske sommerkroppen. Det påvirket meg mye før, når jeg så de og tenkte at jeg har det ikke slik, det dro meg mye ned.*

Tuva forteller videre at hun ikke lar seg påvirke like mye lenger. Hun sier at hun ikke lenger bryr seg om at hun skal være som alle de andre. Tuva er enig i at bilde som gis av en selv på sosiale medier ikke alltid stemmer med virkeligheten:

Tuva: *Jeg tror veldig mange, ikke bare jenter, men gutter også, kjenner på at vi skal holde en fasade. De skal vise at de har et prektig liv, de har det så bra. Men når de legger vekk telefonen, så kanskje de ikke har det så bra som alle skulle tro.*

Tuva forteller at hun er aktiv på flere sosiale medier. Jeg spør om det tar mye av tiden hennes i hverdagen.

Tuva: *Det er gjerne litt trist å si at det første jeg sjekker om morgenen er instagram. Og snapchat. Men det er ikke slik at jeg sitter og ser på det gjennom hele dagen. Hvis jeg er med andre så prøver jeg å legge vekk telefonen og heller rette oppmerksomheten mot dem. Så det er ikke slik at det tar opp hele hverdagen min.*

Videre spør jeg om hun føler hun representerer seg selv på en realistisk måte.

Tuva: *Ja. Eller jeg viser jo egentlig bare de gode sidene av meg selv. Det er ikke slik at hvis jeg har en dårlig dag så skal jeg vise alle sammen hvor dårlig jeg har det. Men det er jo litt realistisk vil jeg si. Men jeg viser jo ikke alle sider ved meg selv.*

Jeg spør Kristian om han synes sosiale medier er viktig.

Kristian: *Ja, jeg bruker det jo. Men jeg legger ikke ut så veldig mye i måneden. Jeg legger ut ganske sjeldent egentlig. Noen ganger så bare føler jeg for å legge ut noe. Jeg vil jo legge ut kule bilder. Men jeg tar ikke så mye bilder.*

Kristian forteller at han merker at de som er mer aktive og legger ut flere bilder får mer anerkjennelse på sosiale medier. Det som legges ut er ofte et glansbilde som ikke alltid representerer virkeligheten.

Kristian: *Du skal være den beste versjonen av deg selv. Du skal jo se best ut.*

Kristian sier at selvpresentasjonen hans på sosiale medier fort blir en standard instagram-konto. Det vil si at det ikke skiller seg ut, den blir lik andre sin. En typisk konto som han kaller det.

Kristian: *For eksempel når jeg var ferdig med grunnskolen, så la jeg ut bilde av det. Det er slik som alle andre legger ut også. Noen av bildene er jo på en måte slik som alle har gjort før deg. Jeg prøver å legge ut bilder av hva jeg holder på med, men det blir veldig typisk.*

På spørsmål om Kristian føler han kan være seg selv, så forklarer han at han som oftest kan det, til tross for at ting til tider kanskje kan virke litt bedre på sosiale medier.

Kristian: *På skolen og egentlig overalt så vil man jo være med i den kule gjengen. Du vil jo prøve å passe inn. Men jeg har forstått at man bør ikke holde seg selv tilbake for å prøve å bli likt. Det bør ikke være slik.*

Daniel sier at sosiale medier egentlig ikke er så viktig for han.

Daniel: *Egentlig ikke. Jeg er jo på det og jeg følger jo med. Men jeg tror jeg ville klart meg helt fint uten hvis jeg måtte. Det er jo bedre å kjenne noen i virkeligheten enn bare gjennom sosiale medier.*

Daniel er enig i at det bilde som gis på sosiale medier ikke alltid stemmer med virkeligheten.

Også med Daniel forklarer jeg at det ofte kan være at folk kan presentere seg på sosiale medier, som kanskje ikke stemmer overens med virkeligheten. Jeg spør om han er enig i det jeg sier.

Daniel: *Ja, definitivt. Det er mange som på sosiale medier virker som de er de gladeste personene du finner, men i virkeligheten når du møter de virker*

de som en helt annen person. De virker kanskje nesten litt deprimert, i forhold til de flotte bildene på instagram.

Jeg spør om Daniel føler han representerer seg selv på en realistisk måte.

Daniel: *Ja, jeg er egentlig for det meste bare meg selv over alt. Men ja, man er gjerne litt annerledes på sosiale medier. Det tror jeg man er. Det tror jeg alle er.*

4.7 Prestasjonspress og psykiske helseplager

Videre begynner vi å snakke om presset påvirkning på psykisk helse. Jeg spør om Celine tror prestasjonspresset kan føre til psykiske helseplager. Celine tror det kan være slik og forteller at en ofte kan høre om mennesker som har enten angst eller depresjon eller begge deler, og at det er veldig lett for å si at en har det selv om en nødvendigvis ikke har vært hos lege eller psykolog.

Celine: *Noen har jo faktisk angst. Og veldig ofte så bruker folk det som et vanlig begrep. Som for eksempel 'jeg får helt angst av dette'. Da sitter kanskje noen og kjenner på det, og kan bli lei seg.*

Celine kjenner selv samme problematikken i at mange på videregående kanskje tror de har ADD eller ADHD. Derfor spør jeg om hun blir oppgitt når noen diagnostiserer seg selv. Og hun erkjenner at hun kan bli litt irritert, men påpeker at det selvfølgelig kan være at noen har det uten å vite det. Hun blir mer oppgitt av at folk sier de har angst når de gruer seg til prøve eller er deprimert fordi man er lei seg en dag. At folk bruker diagnoser for å fortelle hva de føler på.

Celine forteller om at mange bloggere og kjendiser ofte som er åpne om sin psykiske helse ofte. Hun sier at disse kan fortelle om sin opplevelse, og at det er viktig å merke seg at de ikke faglært på området. Alminneliggjøring av psykiske lidelser er bra, men ulempen er at dette kanskje kan legge et press på ungdommer at de må ha 'noe' de også. Hun sier at bloggere og andre kjente kan uttale seg om det de vil, men at det kan skje feiltolkninger og misforståelser. Jeg spør hun tror bloggere har stor

innvirkning på ungdommer. Celine tror at hun lettere lot seg påvirke av bloggere før enn hun gjør nå. På ungdomsskolen og i starten av videregående var påvirkningen større.

Celine tenker at psykisk helse er noe som omtales overalt og som angår alle. Hun legger til at hun føler at alle sier de har de samme problemene og at dette ikke skremmer folk lenger. Mye av problemene mener hun ligger i presset med å holde seg opptatt. Hun refererer her til tidligere uttalelser om ikke å sitte så mye hjemme, men alltid være i aktivitet.

Celine kjenner flere som har psykiske helseplager som bipolar lidelse, depresjon, ensomhet og sosial angst. Hun legger til at det er nok ekstra vanskelig når det er eksamensperiode. Hun tror kanskje presset kan være størst for de som har sosial angst. Hun forteller om en episode fra russetiden:

Celine: *Det er et veldig stort press på å være med venner veldig ofte. Som for eksempel i russetiden, da følte jeg at jeg måtte gjøre veldig mye, veldig ofte. Da husker jeg de med sosial angst slet litt. Fordi du var liksom ikke ordentlig russ om du ikke var med på de forskjellige arrangementene. Det er et veldig press på det sosiale. Hvis det ble gruppering så kan det jo bli noen som er utenfor og ikke nødvendigvis tør å være med.*

Celine forteller om artikler i avisene som omhandler ensomhet i russetiden. Hun tror noen i klassen hennes kan ha det vanskelig fordi presset er stort på påbygg både i forhold til karakterer og ikke minst med henblikk på fraværgrensen.

For Tuva handler psykisk helse om hvordan man har det psykisk. Hun sier at det kan være vanskelig å vite hva man skal gjøre og at åpenhet er viktig.

Tuva: *Men det er ikke alltid at man tør å si at man har det vanskelig, men man ser det. Det er ikke alltid man vet hva man skal gjøre heller. Det er greit å ha det vanskelig. Jeg synes det er fint å være åpen om det. De som tør å si det til helsesøster, en venninne eller hvem det måtte*

være. Ikke si at det går bra når du egentlig ikke har det bra. Det er viktig å si ifra.

Kristian sier at han egentlig er ganske fornøyd med sin egen tilværelse. Han mener psykisk helse omhandler følgende:

Kristian: *Jeg tenker at det handler om kroppspress og depresjoner og litt slike ting. Det er mest negativt. Jeg har egentlig alltid hatt det ganske bra. Jeg har et godt selvbilde egentlig. Men jeg tror jo mye aktivitet hjelper meg med å holde meg positiv. Jeg har jo vært lei meg av og til, men har egentlig ikke kjent på noen depresjoner eller lignende.*

Jeg spør Kristian om han kjenner eller vet om noen som har det vanskelig.

Kristian: *Det er jo alltid noen som har det verre enn andre. Noen snakker mye om hva de føler, og noen smører veldig mye på om hvor ille de har det. Alle har jo det av og til. Men det er jo kanskje noen som har det vanskelig som ikke snakker om det. Det er jo vanskelig å si hvor vanskelig noen har det. Men jeg tror absolutt det er noen jeg kjenner som har det vanskelig.*

Kristian sier at de fleste av hans nærmeste venner har det bra. Han føler han kan være der for dem hvis de får det vanskelig og at han har noen å gå til om det blir vanskelig.

Kristian: *Det er helt lov å ha det litt vanskelig. Men at du bare gir helt opp og ikke gidder å prøve å være i godt humør en gang er ikke greit. Hvis du blir glad, men så må du minne deg selv på at du egentlig må være sur og lei deg. Det blir litt rart. Men vi aksepterer jo selvfølgelig at noen har det vanskelig.*

Daniel understreker at han føler han kan være seg selv og at han stort sett er fornøyd med sin tilværelse. Han kjenner egentlig ingen som har det vanskelig.

Daniel: *I Hvert fall ikke akkurat nå. Og de fleste av mine venner har det ikke vanskelig så lenge heller. Men for noen kan det jo virke som man har det greit på utsiden, men så stemmer det kanskje ikke med hvordan du har det inni deg.*

På spørsmål om det er greit å ha det vanskelig, svarer Daniel slik:

Daniel: *Nei, det er ikke greit å ha det vanskelig. Hvis noen i klassen har det vanskelig så syntes ikke jeg det er særlig greit, hvert fall hvis ingen gjør noe med det. Men hvis noen hjelper så er det veldig bra for vedkommende.*

Han sier at han ville prøvd å støtte de som sliter med depresjon eller angst så godt han kunne. I en klasse finnes de som ikke bryr seg, og de som vil gjøre noe umiddelbart.

4.8 Fraværsgrensen som stressfaktor

Flere av informantene trakk frem fraværsgrensen i forhold til press på skolen. Celine forklarer at fraværsgrensen ligger på 10%, og at dersom du er borte mer enn det så får du ikke vurdering i faget.

Celine: *Hvis du er mye borte, for eksempel 3-4 naturfagstimer, så får du ikke karakter i naturfag. Og hvis du er borte 2 gymtimer så får du ikke karakter i gym.*

Hun synes det er trist å tenke på at flere hun har gått i klasse med, sitter igjen med et ikke ordentlig vitnemål på grunn av dette. Celine påpeker også er at det kan være stressende å få tak i legetimer, og ikke minst penger til legetimer, for å sørge for å få karakterer. Hun sier videre at hun tror det kan være lett å gi opp hvis du ikke vurdering i et fag. Da orker en ikke å stresse mer og senker presset på seg selv.

Kristian kjenner også på stresset rundt fraværsgrensen. Han forteller om en episode der han var redd for å ikke få vurdering i et fag nettopp på grunn av denne grensen.

Kristian: *Det var en gang jeg ikke hadde grunnlag for karakter. Vi hadde hatt matteprøve, og så var jeg ikke der den dagen. Da fikk jeg ikke nok karaktergrunnlag. Så da måtte jeg stille på en matteprøve, og jeg var egentlig ganske syk. Jeg ville jo få en god karakter siden det kom på vitnemålet. Det var ganske stressende. Den der 10% regelen driver jo og puster deg i nakken hele tiden. Det er det mange som går og tenker på.*

Kristian mener fraværregelen gjør noe med stressnivået til han og medelever.

Kristian: *Det er jo mye stress. Hvis du har lyst til å ta deg fri noen dager, så kan du ikke det. Jeg kjenner mange som har stresset mye fordi du kanskje ikke klarer å bestå.*

Jeg spør også Kristian om hvordan denne regelen fungerer.

Kristian: *Ja, 10% fravær så får du ikke vurdering i faget.*

Også Daniel nevner fraværregelen som en stressende faktor i skolen.

Daniel: *Ja, det er stressende. Men det er egentlig også litt bra. For du blir jo på en måte tvunget til å gå på skolen. Du får jo kunnskap som du kommer til å trenge fremover. Det er jo egentlig ikke så ille å gå på skolen. Det er jo akkurat det samme som en jobb. Du må jo gå på det hver dag etter hvert. Bare at skolen er litt mer avslappende tenker jeg. Hvert fall etter å ha vært i praksis, det var tyngre enn skole synes jeg.*

Både Celine, Tuva, Kristian og Daniel var veldig hjelpelige med sine svar i dette prosjektet. De kjenner på press på ulike områder, men ser ut til å håndtere presset på en tålelig måte. Ingen av informantene ser ut til å ha noen alvorlige negative konsekvenser som følge av presset og virker som flotte ungdommer.

I den neste delen av oppgaven vil det være en analyse og drøfting av funnene som er gjort i prosjektet. Det vil bli sett nærmere på informasjonen informantene har kommet med og knyttet opp mot den allerede eksisterende kunnskap på området.

5. Hvilke forventninger har ungdommer i videregående opplæring til seg selv, egen utdanning og fremtiden?

I denne delen av oppgaven vil jeg se nærmere på svarene jeg har fått av informantene og knytte de opp mot den teorien som finnes på kunnskapsfeltet. Hovedfunn gjort i dette prosjektet er at ungdommer i yrkesfaglig utdanningsprogram og påbygg i studiekompetanse er generelt aktive, velordnede og hjemmekjære ungdommer. De kjenner på noe press fra ulike arenaer, som blant annet i skolen, fra foreldre og familie, blant venner og på sosiale medier. De håndterer dette presset tålelig bra, og opplever ikke noe som har alvorlige, negative konsekvenser for dem.

5.1.1 Unges hverdag og tanker om fremtiden

Informantene som har deltatt i dette prosjektet virket opptatt av utdanning- og karrierevalg, og de virket optimistiske til hva fremtiden bringer. Forventninger fra ulike arenaer som skole, familie, venner og samfunnet er noe som de var veldig klar over og ønsket å leve opp til. Informantene viser et tydelig ønske om å strekke til og oppfylle forventningene som ligger over dem, men samtidig er de opptatt av å ha det fint med seg selv og gjøre aktiviteter som de synes er gøy.

Thrana (2016) sin forklaring om at ungdommers drømmehverdag ofte fraviker fra deres egentlige og faktiske hverdag kan se ut til å stemme i en viss grad. Hennes forklaring på at ungdommer ønsker å leve i nået, uten ansvar og forpliktelser og gjøre aktiviteter de synes er gøy, passer også delvis til hva informantene har forklart. I motsetning til hva Thrana (2016) har kommet frem til i sin studie hevder Madsen (2018) at ungdommer ofte har karriere og suksess i sine fremtidsskildringer. Dette stemmer mer overens med hva informantene i dette prosjektet har uttalt. I hvert fall når det kommer til karrierevalg er de veldig klare i sine fremtidsplaner.

Samfunnets utviklingsoppgaver for unge mennesker kan se ut til å virke klare for informantene, i hvert fall når det kommer til utviklingsoppgaver fra foreldre, familie, nærmiljøet og skolen (Befring og Moen, 2011).

Madsen (2018) påpeker at ungdommer står ovenfor et utall mange reelle muligheter når det kommer til valg av utdannings-, karriere og livsløp. Både Tuva og Celine har ombestemt seg i løpet av videregående opplæring og Daniel synes det er vanskelig å bestemme seg. Madsen (2018) stiller spørsmål ved om det er nettopp alle

valgmulighetene som er en del av problemet. Kan det være at for mange valg gjør det vanskeligere å velge? Men alternativet ville vært å ikke ha alle disse valgmulighetene, noe som faktisk har vært realiteten for tidligere generasjoner og fortsatt er realiteten for noen som lever i mindre privilegerte land enn Norge. Så kanskje vi skal være takknemlige for valgmulighetene likevel? Informantene ser jo ut til å ha delvis klart å bestemme seg for hva de ønsker å gjøre i fremtiden. Kristian påpeker at det er mulig å ombestemme seg senere i livet.

5.1.2. En ungdomstid fylt med forventninger

Det er ingen tvil om at det ligger mange forventninger til ungdom i dag. Slik som Lillejord et al. (2017) forklarer det, skiller vi mellom indre og ytre forventninger. De ytre forventningene fra blant annet skole, foreldre, jevnaldrende, nærmiljøet, sosiale medier eller samfunnet virker klare for informantene. Selv om de ikke nødvendigvis alltid er enige om hvilke forventninger som blir stilt til dem. De indre forventningene, de forventningene vi har til oss selv, kan kanskje være litt mer uklare. Vi kan stille spørsmål ved om de indre forventningene samsvarer med de ytre forventningene, det kan tenkes at ungdom ofte handler ut i fra innbilte forventninger som de tror samfunnet har til dem. Vi kan også stille spørsmål ved om ungdommer har en tendens til å stille for høye forventninger og krav til seg selv og om de er reelle.

Ungdomstiden kan være krevende og hovedoppgaven til ungdom i denne perioden er å «finne seg selv». For å finne seg selv leter en kanskje etter bekreftelse og aksept fra andre rundt seg. Det er vanlig å sammenligne seg selv med jevnaldrende og sosiale medier blir trukket frem av flere av informantene. De forklarer at det har blitt en større gruppe å sammenligne seg selv med, og at det ligger en forventning til å se vellykket ut på sosiale medier.

I skolesammenheng blir elevene møtt med mange forventninger. Informantene trekker blant annet frem forventninger om fremmøte, i form av fraværs grensen, og ikke minst karakterer. Det blir påpekt gjentatte ganger i løpet av intervjuene at det er viktig å jobbe godt for å oppnå gode karakterer. Noe alle informantene legger veldig trykk på er forventninger fra foreldre og familie, de er opptatt av at de ikke må skuffe foreldrene sine, og at det er viktig at foreldrene er involvert og godkjenner deres utdanningsvalg. Utsagnene til informantene stemmer godt overens med de samme resultatene som Ungdata kommer med i sin rapport (Bakken, 2018).

5.2.3 Kjønn og studieretning

Ut i fra svarene jeg har fått av informantene i dette prosjektet tolker jeg at det er en forskjell på det opplevde prestasjonspresset mellom gutter og jenter. Det kan virke som at jentene som har deltatt i dette prosjektet opplever et større press enn hva guttene opplever. Dette ser vi en tendens til flere steder på kunnskapsfeltet. Vi kan se det gjennom for eksempel bruken av «flink pike syndromet», som både Madsen (2018) og Binder (2016) benytter, et kjent begrep som også ofte er blitt benyttet i mediene. Skaalvik og Federici (2015) peker også på kjønnsforskjeller i deres undersøkelse av prestasjonspresset i skolen. Folkehelseinstituttet (2015) og Ungdata (Bakken, 2018) trekker også frem forskjeller når det kommer til kjønn. Bare det at begrepet heter «flink pike syndromet» peker på en kjønnforskjell.

Valg av studieretning kan også prege svarene til informantene, og avsløre noe om det eventuelle presset til prestasjoner. Jentene som har deltatt i dette prosjektet går på påbygg til studiekompetanse, begge ønsker å fortsette med høyere utdanning. Guttene som deltok i dette prosjektet går på yrkesfaglige utdanningsløp og er opptatt av å få fagbrev og komme seg raskt i jobb. For å komme inn på høyere utdanning kan karakterer være avgjørende. Kan denne forskjellen være med å legge et større press på jentene som deltok i dette prosjektet fremfor guttene?

5.2 Hvilke forventninger opplever ungdommer å få fra skolen, foreldre, jevnaldrende og samfunnet?

Informantene har fortalt om en rekke forventninger i både skole- og fritidssammenheng. Det kan være store forventninger på samfunnsnivå i form av skolens krav til prestasjoner, eller på individnivå med interne forventninger fra foreldre, familie og venner. Det ligger også en forventning om å se bra og vellykket ut på sosiale medier.

I løpet av intervjuene kommer det tydelig frem fra alle informantene ved flere anledninger at foreldrene og familiens mening preger deres valg når det kommer til utdannings- karriere- og livsløp. Foreldrenes meninger er viktig for informantene, det ligger også naturligvis en forventning om å ikke ville skuffe foreldrene sine og leve opp til det de forventer. Igjen kan vi stille spørsmål ved om forventningene som

foreldrene har til barna samsvarer med forventningene barna tror foreldrene har til dem.

5.2.1 Forventninger fra skolen

Kunnskapssamfunnet som Norge har blitt, legger sterke føringer på utdanning i Norge. Alle informantene i dette prosjektet forklarte at de synes at det er utfordrende å henge med faglig. Celine og Tuva synes påbygg er veldig krevende, og både Daniel og Kristian synes at videregående skole er noe helt annet enn ungdomsskolen, i både positiv og negativ forstand. Alle informantene peker på forventninger om fremmøte, karakterer og prestasjoner.

Celine og Tuva forteller at de visste at påbygg kom til å bli krevende, fordi det er et utfordrende år med mange fag – fag som de synes er utfordrende og arbeidskrevende. Men også at det er dette året som er nødvendig for å få studiekompetanse slik at de kan søke høyere utdanning.

I Norge ligger det en forventning til at du skal ha utdanning og kompetanse, det er dette som er veien inn i arbeidslivet. Krav om utdanning og kompetanse har gradvis økt, noe som gjør at yrker som tidligere var lett tilgjengelig krever mer kvalifisering. Kompetansekravene blir høyere og høyere, og i mange yrker kan vi se en tendens til at kompetanse i seg selv ikke er nok, men at det er stadig mer preget av prestasjon. Dette kommer også frem i svarene fra informantene når de peker på viktigheten av å prestere godt for å oppnå gode karakterer, og i tillegg være dyktig i ulike fritidsaktiviteter, samt å fremstille seg som vellykkethet i sosiale medier. Utdanning og kompetanse er nøkkelen til arbeidslivet og med de stadig høyere kompetansekravene er det utfordrende å komme seg frem uten videregående opplæring.

5.2.3 Skolens krav – en forberedelse til fremtidig arbeidsliv?

Daniel har noen synspunkter i sitt intervju som jeg mener vi bør se litt nærmere på. Han forklarer at han tror ungdommer trenger å ha litt press på seg også i skolen for å klare å håndtere de kravene som arbeidslivet stiller til sine ansatte. Han hevder at ungdom kanskje ikke hadde brydd seg om de ikke ble litt presset på skolen. Senere i intervjuet når vi snakker om fraværsgrensen, sier Daniel noe interessant. Han sier seg

enig i at fraværgrensen er en stressende faktor i skolehverdagen, men at den også kan ha noe godt med seg. Også Lillejord et al. (2016) påpeker at litt stress er nødvendig for å klare å prestere. Det å gå på skolen hver eneste dag, kan sammenlignes med å gå på jobb. I den forbindelse viser Daniel til at han synes praksis i arbeidslivet er tyngre enn å være på skolen. En arbeidsplass har klare regler som alle må forholde seg til, bl.a. i forhold til arbeidstid, og i forhold til dette kan kanskje skolen fremstå som mer avslappende. Hvis skolen skal fungere som en oppvarming eller forberedelse til et fremtidig arbeidsliv, kan de nye fraværsreglene hjelpe elevene til å innrette seg til det som møter dem som arbeidstaker. I et arbeidsliv der folk er avhengige av hverandre for å oppfylle produksjonskrav, kan en ikke bare skulke når det måtte passe. Arbeidslivet verdsetter pålitelige og lojale medarbeidere. Det er kanskje nødvendig med litt strengere krav og forventninger i skolen slik at elevene kan være bedre forberedt til å møte de utfordringene som kommer senere i livet. Kanskje kravene i skolen er en nødvendighet for å klare seg i arbeidslivet?

5.2.4 Forventninger fra venner

Sosial sammenligning er noe alle gjør og har gjort i alle tider. Einar Skaalvik skriver allerede i 1986, om hvordan dette fungerer i skolen. Han hevder det er vanlig for barn og unge å sammenligne seg med andre og måle seg selv ut i fra andres synspunkt og tilbakemeldinger. Den gangen var det mest vanlig å sammenligne seg med jevnaldrende, altså stort sett med de man gikk i klasse med. I senere tider har sosial sammenligning blitt beskrevet av blant annet Madsen (2018) og Schofield (2017) som noe som ikke bare er begrenset til klasserommet. Gruppen man sammenligner seg med har blitt større i vår digitale tid der unge kommuniserer med hverandre på ulike sosiale plattformer. Dette er noe også informantene påpeker.

Daniel forteller om frykten for å ikke komme inn på samme skole som vennene sine fordi at karakterene hans ikke er gode nok. Videre sier han at en kan føle seg litt utenfor om en ikke henger med karaktermessig. Sammenligning av resultater blant jevnaldrende kan oppleves som et press om å prestere like godt som eller bedre enn de andre. Daniel mener at dette også kan være en god ting fordi en blir presset til å gjøre det bra. Informantene sier at det ikke er så viktig å sammenligne seg med jevnaldrende når det kommer til karakterer, men når det virkelig gjelder så gjør de det likevel. De vil ikke være dårligst.

Alle informantene understreker at de synes venner og det sosiale er en viktig del av deres hverdag. Det å ha venner og å kunne være sosiale er en positiv og viktig faktor ved å være elev i videregående skole. Dette kan virke som en drivkraft for ungdommene. Trivsel på skolen er en viktig faktor for at elevene skal gjøre det bra på skolen. Skogen (2015) påpeker at trivsel burde være suksesskriterium nummer en.

5.2.5 Kan ungdommers økte bruk av sosiale medier være med å bidra til et økt prestasjonspress i skolen ved å gjøre sosial sammenligning utbredt?

Bruken av sosiale medier er utbredt blant ungdom og dette er deres arena der de unge kommuniserer med hverandre. Slik Madsen (2018) påpeker, det kan de sosiale mediene være med på å skape et forvrengt bilde av virkeligheten. Sosiale medier bidrar også til å øke sammenligningsgruppen til unge mennesker. Ungdommer kan sammenligne seg med andre ungdom andre steder i landet, og i andre land over hele verden. Alle informantene i dette prosjektet erkjente at sosiale medier var en viktig faktor i deres hverdag. I likhet med de fleste andre forsøker informantene å presentere seg selv på en best mulig måte i sosiale medier. Dette samsvarer også med funn som Madsen (2018) har gjort.

Tuva forklarte under intervjuet at det ofte gikk litt mer tid enn ønsket til sosiale medier. Hun syntes det var trist å innrømme at det er det første hun sjekker når hun står opp om morgenen. Rapporten til Medietilsynet (2016) bygger opp under at det er jenter som bruker sosiale medier mest. Slik jeg tolker det ut ifra informantene i dette prosjektet, er det jentene som er mest opptatt av sosiale medier. Tuva forklarer det som at en må holde en fasade på sosiale medier som viser vellykkethet og suksess. Hun legger også til at dette ikke nødvendigvis stemmer med virkeligheten. Dette gir Madsen (2018) henne rett i når han påpeker tendensen til utelukkende å dele positive livshendelser i sosiale medier.

Den sosiale sammenligningseffekten kan ha negative konsekvenser ved å skape et press på unge mennesker. På grunn av sosiale medier kan vi si at gruppen som ungdommer sammenligner seg med, har økt. Celine påpeker at bloggere og kjendiser kan være med å påvirke hvordan en tenker om seg selv.

Tuva mener at sosiale medier er med på å legge et press på unge mennesker. Celine støtter opp om samme påstand når hun sier at hun har vært litt preget press og at hun ser det tydelig hos noen av sine venninner. Tuva bemerker at hun har vært mer preget av dette tidligere enn hun er nå. De er alle bevisst på de «perfekte» menneskene som en kan finne på sosiale medier. Presset dreier seg om at en konstant skal fremstå som vellykket og aktiv på alle fronter i livet. Kristian innser at all den vellykketheten som fremvises på sosiale plattformer kan virke som et glansbilde som ikke stemmer helt med virkeligheten. Daniel poengterer også at det kan virke som det er to forskjellige personer det handler om, den «perfekte» på sosiale medier og noe helt annet i virkeligheten. Dette samsvarer helt med hva Madsen (2018) fremhever om at falske idealbilder kan skape urealistiske forventninger hos unge mennesker. Schofield (2017) sier også at sosiale medier kan føre til press blant unge mennesker.

5.3 Er det et prestasjonspress? I så fall hvordan oppleves dette og på hvilken arena er det sterkest?

Informantene forteller at det kan være et press på ulike arenaer for hva som er forventet av dem. De snakker om press fra foreldre, jevnaldrende, sosiale medier og spesielt fra skolen. Informantene i dette prosjektet kjenner til presset, og kjenner det på kroppen på noen områder. Der de uttrykker at de opplever sterkest press fra foreldrene og i skolen. Men de er ikke preget i den grad at det har ført til negative konsekvenser, eller at det går skadelig utover hverdagen deres på en måte som kan virke skadelig på deres psykiske helse. De passer inn under kategorien «en aktiv, veltilpasset og hjemmekjær ungdomsgenerasjon» slik Ungdata (2018) fremstiller ungdom, og kanskje ikke like mye under kategorien «generasjon prestasjon».

5.3.1 Prestasjonspresset i skolen

Skaalvik og Federici (2015) mener det er for mye press i skolen, også Lillejord et al. (2016) bekrefter dette synspunktet. Alle forteller om eventuelle negative konsekvenser som kan komme av prestasjonspresset. Kristian og Daniel mener at ungdommer trenger litt press på seg for å klare å prestere. Lillejord et al. (2016) er enig i denne påstanden til viss grad, de sier at litt stress er nødvendig for å klare å prestere. Det kan virke som at Tuva og Celine opplever litt mer press på skolen enn guttene, men alt i alt tåler de presset rimelig bra. Men vi kan fortsatt stille spørsmål ved om det er for mye press?

Celine sier at det verste med å gå på videregående er det konstante presset som ligger over en, et press som gjør at du føler at du aldri er ferdig og kan slappe ordentlig av. Under intervjuene befant alle informantene seg i en eksamensperiode, det er viktig å ta hensyn til når empirien skal tolkes. Daniel bemerker også at det er mye stress og press på slutten av et skoleår. Celine mener at presset kanskje er verst når man er ungdom, hun tenker at det blir lettere når en får jobb og ikke går på skole lenger. Dette er stikk i strid med hva Daniel har uttalt når han sier at arbeidslivet er mer krevende enn skole.

Celine forteller at press i forhold til å oppnå gode karakterer og realisere egne yrkesvalg er noe man må lære seg å leve med og som man kan velge litt selv hvordan en skal takle. Hun sier at noen ganger kan det være bedre å bare la seg rive med av presset om å gjøre karriere fremfor å stå i mot presset om å velge prestisjeyrker. Jeg tolker det som at det kan være bedre å «late som» en tar hensyn til ytre press enn å stå i mot og heller velge å gå sin egen vei. Lar ungdommer seg rive med av strømmen ved å velge det som det er knyttet prestisje til fremfor å velge det de egentlig har lyst til?

Alle informantene nevner karakterer, forpliktelse til fremmøte og lærernes signaler som faktorer som kan skape et press. Derfor skal jeg gå litt nærmere inn på dette videre.

5.3.1.1 Presset med karakterer

Tuva og Celine sier at det er viktig for dem å få gode karakterer for å komme inn på høyere utdanning. De frykter å ikke komme inn dersom karakterene ikke er gode nok. Tuva forteller at karakterer er viktig for både hun og foreldrene hennes. Det kan tenkes at presset om å få gode karakterer er større for Tuva og Celine enn for Daniel og Kristian siden jentene skal videre i utdanningssystemet mens guttene anser seg som ferdig med sin utdanning når de har oppnådd fagbrev.

Kristian sier at det er viktig for han å få gode karakterer, men at han ikke vil presse seg selv til toppkarakterer. Han sier han er ganske flink på skolen og synes at karakterene han får er gode. Kristian har ikke opplevd noe karakterpress fra foreldre, men synes det var stressende i den perioden før eksamen når det var usikkerhet om

han kom opp til eksamen eller ei. Det kan også oppleves som mye stress og press på en gang i perioden da endelig karakterer settes på vitnemål.

Daniel sier at det ikke er så viktig for han å få gode karakterer, men om han får det, føles det godt og han tar det som et tegn på at han har lært noe. Dette er i tråd med Skaalvik og Skaalvik (2017) sin understreking av at skoleprestasjoner har mye å si for selvfølelsen. Daniel forklarer videre at han synes det kan være strevsomt å få med seg alt som de skal lære i løpet av kort tid. Han synes det er viktig å henge med, slik at han lærer det han trenger for å henge med i faget. Han sier også at karakterene er blitt bedre etter at han begynte i videregående opplæring. Det kan tenkes at han ser det som mer nødvendig å henge med faglig når som det nærmer seg at han skal ut i arbeidslivet og praktisere alt han har lært.

Definisjonen på hva som er gode karakterer er forskjellig blant informantene. De virker alle å være opptatt av karakterer, men har ulike oppfatninger hvilken verdi de kan tilskrives. Da jeg spurte om karakteren fire var bra og karakteren to var dårlig, fikk jeg ulike vurderinger av de to karakterene selv om alle mente at karakteren fire er bedre enn karakteren to. Lillejord et al. (2016) konstaterer at det kan oppleves som en stressfaktor når karakteren ikke møter forventningene, og det kan i verste fall føre til at en ikke makter å prestere.

Karakterer er en vurdering av prestasjonene til elever, de blir bedømt ut i fra hvordan de presterer og hvilket resultat de får. Karakterer blir gitt ut i fra forhåndsbestemte standarder som er like for alle. Det vil si at uansett hvilke forutsetninger elevene har, så skal de bli bedømt ut i fra de samme kriteriene som alle andre. Dette kan bidra til et prestasjonspress. Slik vurdering praktiseres blir likhet forstått som likebehandling. Dette avviker fra en forståelse av likhet som likeverd der det å gjøre forskjell er nødvendig for å gi alle en likeverdig behandling. Det siste er mer i tråd med opplæringslovens prinsipper om mangfold og tilpasset opplæring.

Celine sier at karaktererpresset er det som oppleves som det største presset i skolen. Selv kjenner hun på et press om å få gode nok karakterer til å komme inn på høyere utdanning. Hvis noen omtaler det som «lett» å få de karakterene hun trenger for å

komme seg videre i utdanningssystemet, kjenner hun på at redselen for å ikke få det til blir enda sterkere.

Norge er medlem av OECD, og dette påvirker skolen på mange måter. Det er vanlig at vi sammenligner resultatene våre med andre land. Norge gjennomfører i likhet med andre medlemmer av OECD, PISA-tester i skolen. Dette er standardiserte og forhåndssatte tester som elevene i den norske skole skal gjennomføre. Resultatene fra disse testene blir sammenlignet og rangert. Dette er med på å skape en konkurranse mellom landene, og fungerer som en pådriver til konkurransesamfunnet. Både Petersen (2016), Skaalvik og Skaalvik (2017), Skaalvik og Federici (2015) og Madsen (2018) stiller seg kritiske til dette.

Hvis vi ser nærmere på Petersens (2016) sammenligning med sportens verden og konkurransestaten, kan vi se at det er en konkurranse hvor det handler om å være best. Det blir en rangering der noen kåres som flinkest, og som vinner. Men det betyr også at noen må komme sist og fremstå som taper. Denne rangeringen av landene og innad i Norge, samt fokuset på prestasjoner, kan anses å være med på å skape et press blant unge mennesker.

5.3.1.2 Presset om fremmøte

Alle informantene nevner den nye fraværsgrensen som en stressfaktor. Tuva, Kristian og Celine forteller alle om et høyt press på fremmøte og en redsel for å ikke få vurdering i fag. Dette preger deres hverdag, og legger et høyt press på dem, ikke minst i forhold til det å være syk eller måtte være borte av andre grunner. Daniel derimot kan se ut til å ha et annet fokus enn de andre når det kommer til fraværsgrensen. Han forteller at hvis han er syk eller borte en dag blir han stresset dersom han blir hengende etter faglig. Han tror også fraværsgrensen kan være en god forberedelse for hvordan det fungerer i arbeidslivet. Han mistenker at skolen kan være mer avslappende sammenlignet med hvordan det er i arbeidslivet, og synes det er bedre å være på skolen enn å ikke gjøre noe.

Celine bemerker at det ikke skal så mye til for å ikke få vurdering i et fag, siden timeplanen er satt opp med faste fag på faste dager. Dersom man er borte for eksempel i to mandager i løpet av et semester kan det være nok. Kristian forteller at

fraværsgrensen har vært med på å legge et press på elevene i videregående skole. Han beskriver det som «regelen som går og puster deg i nakken hele tiden». Mye tyder på at fraværsgrensen bidrar til å øke prestasjonspresset i skolen.

5.3.1.3 Presset fra lærerne og skolens signaler

Hvilke signaler lærerne sender ut er også vesentlig for hvordan ungdommene opplever prestasjonspresset i skolen. Celine nevner tilfeller der hun følte at læreren ikke var på elevenes side, og Tuva poengterer at hvordan læreren lærer bort faget sitt, har mye å si for hvordan en presterer i faget. Kristian forteller at det ofte er stressende å fremføre noe foran en ny lærer. Skogen (2015) påpeker at en av lærerens oppgaver er å bidra til å hjelpe elevene til å prestere best mulig i forhold til sine potensialer. Dette handler om målstrukturen i skolen.

Skaalvik og Skaalvik (2017) mener skolen i all hovedsak er preget av en prestasjonsorientert målstruktur på samfunnsnivå. Gjennom offentlige føringer, som blant annet kunnskapsløftet og stortingsmeldinger, gir samfunnet elever på skolen tydelige signaler om at prestasjoner er viktig, dette er med på å skape et prestasjonspresset i skolen. Informantene bekrefter dette synspunktet. Likevel kan prestasjonspresset variere fra skole til skole, ut i fra hva de ulike skolene signaliserer som er viktige verdier. Informantene i dette prosjektet gir signaler om at karakterer, innleveringer og fremføringer, altså prestasjoner, er viktige. Det kommer med andre ord tydelig frem at det er en prestasjonsorientert skole elevene må forholde seg til.

Celine og Tuva er også opptatt av at det er viktig med gode lærere som oppfordrer til mestring og som kan skape motivasjon hos elevene. Ungdata (Bakken, 2018) sier at motivasjon er en sentral drivkraft for skolerestultater. Celine sier at hun opplever en forskjell på yrkesfaglærere og lærere på påbygg. Lærerne på påbygg er i følge Celine flinkere og gir mer støtte, noe som er vesentlig i og med at påbygg er såpass krevende. Tuva sier at lærerens måte å lære bort faget sitt på, er av stor betydning for motivasjonen hennes. Vi kan derfor si at Skaalvik og Skaalvik (2017) har rett når de sier at skolen på ulike måter kan gi gode signaler som kan bidra til å senke prestasjonspresset.

5.3.2 Prestasjonspresset fra foreldre

Alle informantene legger vekt på at foreldrenes mening er av stor betydning for dem. De forklarer at de ønsker at foreldrene er involvert i deres utdanningsvalg og at de er fornøyd med valgene de tar. Dette er i tråd med Ungdata (Bakken, 2018) sine resultater som påpeker at ungdommer er mer hjemmekjær og at foreldrene er involvert i deres liv. Også Heggen og Øia (2005) sine funn om at ungdommer ser på foreldre som sine viktigste ressurspersoner ser ut til å stemme godt overens med svarene fra informantene. Bru, Idsøe og Øverland (2016) sier at oppvekstvilkår har mye å si for barnets utvikling og Befring og Moen (2017) sier at en fortsatt trenger støtte av foreldre selv om en blir eldre.

Celine sier at hun føler foreldre og familie er veldig opptatt av at de skal sikre seg fast jobb etter endte studier. Det ligger en forventning om at en skal velge noe som sikrer fremtiden, og som bidrar til at de kan gå denne trygt i møte. Hun opplevde at foreldrene ble mer involvert i hennes skolegang når hun endret utdanningsløp, og lurer på om foreldre er mer engasjert når unge velger det foreldrene synes er rett. Hun har opplevd at familiemedlemmer er litt skeptiske når hun på spørsmål om utdanning og yrke svarer noe de ikke forventer og som de ikke ser på som et lurt valg. Da har hun opplevd å bli sammenlignet med andre jevnaldrende familiemedlemmer som etter deres mening valgt mer fornuftig i betydningen noe som oppfattes som et trygt yrkesvalg.

Tuva innrømmer at hun opplever presset størst fra foreldrene og familien sin. Hun har inntrykk av at hun må imponere de gjennom å få gode karakter, og hun føler at hun må prestere godt for å få deres anerkjennelse. Det kan oppleves utfordrende til tider at hun stadig vekk må prestere for å opprettholde deres anerkjennelse.

Daniel sier at hvor stort karakterpresset blir på unge, kommer an på hvilke verdier foreldrene har og hva de verdsetter i forhold faglige prestasjoner. Hvis de unge får en følelse av at det er bare gode prestasjoner som teller, kan dette gå på selvbildet løs. Dette samsvarer med det Skaalvik (1986) sier om at et høyt foreldrepres på skoleprestasjoner kan påvirke selvfølelsen til unge mennesker. Mine informanter er opptatt av foreldrenes anerkjennelse, men de lar seg ikke presse på en slik måte det det preger deres selvforståelse i nevneverdig grad. Det kan virke som at det er

forventinger fra foreldrene som ser ut til å være den faktoren ungdommene syntes er sterkest i forhold til prestasjonspress og da hovedsakelig gjennom faglige prestasjoner på skolen.

5.3.3 Prestasjonspresset i samfunnet

Celine tenker at alle opplever litt prestasjonspress i blant, men at det kanskje er spesielt for unge mennesker siden de befinner seg i en utdannings situasjon. Hun forklarer at det ligger et press på unge om å sjonglere mellom alt fra skole til jobb, fritidsaktiviteter og venner, samtidig som en skal finne ut hva en vil bli i fremtiden. I tillegg er det et stort kroppspress, særlig for jenter. Celine sier at hun har en følelse av at det er viktig for ungdommer å være opptatt med noe hele tiden, det være seg skole, deltidsjobb, venner, familie, trening med mer. Det virker som at alle må ha en fritidsaktivitet i tillegg. Tuva synes også det kan være krevende å balansere mellom alle mulige gjøremål i hverdagen. Binder (2016) beskriver dette behovet for å ha mange jern i ilden som et symptom på «flink-pike-syndromet».

På en annen side kan vi se at Kristian ikke synes dette er noe problem i det hele tatt fordi han liker å holde på med noe hele tiden. Kristian går på skolen og han har en deltidsjobb. I tillegg til dette har han en rekke fritidsaktiviteter. Til tross for dette sier han at han kan bli rastløs av å ikke gjøre noe, og dette kan forklare den travle timeplanen hans. Det kan se ut som om Kristian mestrer godt å balansere mellom mange gjøremål, mens jentene i større grad opplever det som strevsomt å balansere mellom så mye.

Når det gjelder «flink pike syndromet» så har informantene forskjellige oppfatninger av dette. Tuva og Celine erkjenner å ha kjent på dette tidligere, og Celine har gjort grep, som for eksempel å slutte i deltidsjobben, for å mestre hverdagen bedre. Begge har venner som kan passe godt til denne merkelappen. Tuva og Kristian sier at merkelappen ikke bare passer på jenter, men gjelder begge kjønn.

Merkelappene «Flink pike syndromet», «generasjon prestasjon» og «prestasjonssamfunnet» ser Madsen (2018) på som diagnose på samtiden vi lever i. Både Binder (2016) og Madsen (2018) benytter disse begrepene, og de blir også mye

brukt i det offentlige ordskiftet. Begrepene var kjent blant noen av informantene, og de kunne kjenne seg delvis igjen i dem.

Konkurransesstaten eller konkurransesamfunn har blitt benyttet i flere sammenhenger for å beskrive samfunnet vi lever i. Et samfunn hvor det er viktig å prestere godt, og at det som først og fremst teller er å komme seg opp og frem og bli best. Dette ser vi blant annet i målinger av resultater i skolen. Skolen er preget av samfunnet gjennom offentlige føringer, både nasjonalt gjennom kunnskapsløftet og internasjonalt gjennom OECD.

Madsen (2018) stiller spørsmål ved om ungdommen har det så ille som vi skal ha det til å høres ut. Han undrer seg på om samfunnet diskuterer et problem som egentlig angår oss alle, og som ikke bare handler om dagens unge mennesker. Prestasjoner er ikke noe som bare unge mennesker må forholde seg til. Også i arbeidslivet blir det stilt krav til prestasjon. Fenomenet prestasjonslønn er et symptomatisk uttrykk for dette. Så krav til prestasjoner er ikke bare et ansvar som legges på unge mennesker. Men hvis ungdommer opplever det slik at det bare er et krav som rettes til elever i skolen, er det ikke rart at prestasjonspresset særlig rammer dem. Madsen (2018) stiller også spørsmål ved om samfunnet sykkeliggjør dagens ungdom. Når det å være flink pike er blitt en faktisk sykdom er det vel på samfunnsnivå problemet først og fremst ligger. Mediene bidrar også til et slikt fokus ved stadig vekk å ta opp problematikk i forhold til press på unge mennesker.

Madsen (2018) erkjenner at ungdomstiden kan være en krevende nok periode for unge mennesker med krav om forvandlingen fra barn til voksen og alt ansvaret som følger med dette. Mest sannsynlig har ungdommer alltid hatt det utfordrende, men tidligere har en ikke hatt Ungdata-spørreskjemaer som setter søkelys på dette. I den sammenheng er ordlyden i Ungdata (Bakken,2018) sine spørreskjemaer, andre undersøkelser og mediens ordbruk interessant å registrere. Ofte er denne ordbruken negativt preget. Ord som stress, press, slit, ork, ulykkelig og krevende blir benyttet. Det er lett for at svarene blir negative dersom ordbruken i undersøkelser er negativ.

Mediene har en tendens til å uttale seg om hendelser i negativ forstand. De kan øse ut med artikler om at ungdommer har det verre enn noen gang. De benytter merkelapper som «generasjon prestasjon», «flink pike syndrom», «prestasjonssamfunnet», «stress»

og «press». Ikke nok med det så finnes det utallige selvrealiserings-artikler som forklarer deg «slik blir du best», «3 steg til en bedre hverdag» og «sånn kan du få drømmejobben», og så videre. Dette er noe mennesker blir utsatt for hver eneste dag. Ved skolestart kan man ofte se overskrifter som for eksempel «Hadde kun 6'ere på vitnemålet fra videregående». Selv om dette selvfølgelig er gode nyheter, så kan det stilles spørsmål ved presset det legger for unge mennesker.

Madsen (2018) kaller alle disse merkelappene for samtidsdiagnoser, og han mener at samfunnet er det som trenger behandling, ikke ungdommene. Ungdommer er flinkere enn noen gang, de drikker mindre alkohol, de bruker mindre tobakk og vold blant ungdom har fått en halvering på kun et tiår. Og objektivt sett har ungdommer aldri hatt det bedre. Men med alt ansvaret som samfunnet legger på de unge er det ikke rart om de opplever litt press.

Når en hører det mange nok ganger og kjenner seg igjen i symptomene på samtidsdiagnosen, er det kanskje ikke så merkelig at de unge blir påvirket? Madsen (2018) definerer det som en selvoppfyllende profeti. Sier vi til ungdommen mange nok ganger at de har det vanskelig, blir det etterhvert vanskelig. Kan det være at ungdommer egentlig har det ganske bra, men at samfunnet sykelligjør dem?

Ungdommene i dette prosjektet er nok under noe press, men det virker som de greier å håndtere dette presset. De forteller om stressfaktorer og på hvilke områder de føler mer press enn på andre. De kjenner på presset om å gjøre det godt i skolen for å komme seg opp og frem karrieremessig, og de vil at foreldrene skal være stolte av dem. Så vi kan vel si at det er et prestasjonspress i skolen, og at det er et prestasjonspress i samfunnet sådan.

5.4 Er det en sammenheng mellom psykisk helse og prestasjonspress?

Tuva sier at psykisk helse handler om hvordan man har det psykisk. Likevel kan vi se en tendens blant informantene om at psykisk helse handler om noe negativt.

Skaalvik og Federici (2015) mener det er viktig å se på sammenhengen mellom prestasjonspresset og psykiske helseplager. De er ikke alene om å ville se nærmere på denne sammenhengen. Lillejord et al (2016), Petersen (2016) og Madsen (2018) er

også inne på tanken om en sammenheng mellom disse faktorene. Alle ramser opp negative konsekvenser som kan komme av prestasjonspresset. Det kan bli for mye for de unge. Det er ikke normalt at unge mennesker skal gå og kjenne på et så stort ansvar alene.

Når Einar Skaalvik snakket om kulturpress allerede i 1986, var dette i forbindelse med en studie av selvverd. Men beskrivelsene han gir på kulturpress er veldig lik beskrivelsen på et prestasjonspress. Press er altså ikke et nytt fenomen. Det har nok eskalert en del siden den gang, og er blitt et stadig økende og mer omfattende problem. En kan jo stille spørsmål ved hvorfor det fortsatt ikke har blitt gjort tiltak for å forebygge denne utviklingen. Både Skaalvik (1986) og Olsen, Mathisen og Sjøblom (2016) påpeker viktigheten av god psykisk helse for god livskvalitet.

Sosiale medier spiller en stor rolle for selvfølelsen til unge mennesker, mye tid på sosiale medier kan øke misnøye med egen kropp, utseende og egen hverdag. Gjentakende eksponering via sosiale medier kan påvirke unge mennesker tankegang og gå utover deres mentale helse. Dette er en av ulempene med økt bruk av sosiale medier. På en annen side kan bruken av nettbaserte tjenester konstruert for psykisk helsearbeid bidra til å styrke psykisk helse.

Celine sier at diagnosene angst og depresjon har blitt en del av dagligtalen, selv om en ikke nødvendigvis har noen av diagnosene selv. Hun forklarer at unge mennesker kan bruke diagnosene for å fortelle om hvordan de har det. Påvirkning av blant annet bloggere og kjendiser kan også påvirke bruken av disse begrepene. Petersen (2016) påpeker også at depresjonsbegrepet er blitt en del av dagligtalen, også mediene er en aktiv pådriver her. Igjen kan vi spørre om ikke Madsens (2018) påstand om en selvoppfyllende profeti gjør seg gjeldene her. Hvis vi hører begrepene mange nok ganger påvirker det jo kanskje hvordan vi har det. Celine sier hun har en følelse av at alle ungdommer «må ha noe» å vise til, gjerne i form av en diagnose. Kanskje det brukes som en unnskyldning for hvorfor de ikke klarer å leve opp til de innbilte forventningene?

Alle informantene som har deltatt i dette prosjektet tåler prestasjonspresset rimelig bra og er etter det jeg har kunnskap om, ikke blitt preget av psykiske helseplager som følge av prestasjonspresset. Det er derfor ikke satt så stort fokus på denne vinklingen i

dette prosjektet, men i forlengelsen av dette kan en gjerne forske mer på denne tematikken ved en senere anledning.

6. Hvordan opplever elever på yrkesfaglig utdanningsprogram i videregående skole og elever på påbygg til studiekompetanse prestasjonspress fra foreldre, skole, vennekrets og seg selv?

Norge er et av tilsynelatende verdens beste land å bo i og vi ble 2017 kåret til verdens lykkeligste land. Vi er så heldig at vi får bo i et av verdens tryggeste, rikeste, mest likestilte og velordnede land. Målt i materiell velstand og gjennomsnittlig levealder er vi også i verdenstoppen. Objektivt sett har vi aldri hatt det bedre. Likevel ser det ut til at stadig flere føler seg subjektivt dårligere, og da spesielt unge mennesker. Det finnes en kollektiv bekymring i samfunnet, spesielt hos unge mennesker, som ser ut til å hjemsøke den moderne tid til tross for alle parametere som viser hvor godt vi har det i Norge. Gjennom mediene har ungdomsgenerasjonen fått merkelapper som blant annet «generasjon prestasjon», «flink pike syndrom» og «prestasjonssamfunn», som Madsen (2018) også betegner som samtidsdiagnoser. Han mener at det er en diagnose på samfunnet vi lever i - Prestasjonssamfunnet.

Ungdata sine undersøkelser viser at ungdomsgenerasjonen er bestående av aktive, veltilpassede og hjemmekjære ungdommer (Bakken, 2018). Likevel hører vi stadig at ungdomsgenerasjonen er mer stresset enn noen gang og er under et høyt press. Dette presset blir omtalt som «prestasjonspress», og det stadige jaget etter å prestere som legger et press på unge mennesker. Kunnskapssenter for utdanning ga ut i 2017 en rapport 'Stress i skolen' som forteller om et økt stressnivå i skolen og hvilke negative konsekvenser det kan få. Så hvordan står det egentlig til med ungdommer i dagens samfunn?

Det kan se ut til at unge mennesker blir dømt ut ifra hvordan de presterer. Petersens (2016) beskrivelse av et samfunn der mennesker stadig kjemper om å prestere synes å være dekkende for det norske samfunn også. Mye vitner om et samfunn som er mer og mer preget av konkurranse. Vi sammenligner oss ikke bare lokalt, men også internasjonalt, for eksempel mellom skoler når det gjelder resultater på nasjonale og internasjonale prøver, og det er viktig å være best. Samfunnet preges av at du blir hva du presterer. Kunnskap og kompetanse er blitt nøkkelen for å komme seg opp og frem her i samfunnet. Petersens (2016) karakteristik av dette samfunnet som prestasjonssamfunn treffer etter min mening spikeren på hodet også når det gjelder det som kjennetegner vårt norske samfunn.

Petersen (2016) er ikke alene om dette synspunktet. Flere har utført studier og publisert bøker og artikler om denne tematikken. Skaalvik har i flere sammenhenger over flere år utført studier og publisert arbeid rundt dette emnet og i 2015 publiserte han og Federici en undersøkelse om prestasjonspresset i skolen. De kom frem til at det er et prestasjonspress i skolen, men at det varierer fra skole til skole. Madsen (2018) forteller også om prestasjonspresset, han også merker at samfunnet er preget stort av dette. Andre som også støtter dette er blant Binder (2016) og Lillejord et al. (2016). Det kommer til syne at dette er en tverrfaglig tematikk som belyses av ulike fagområder.

Informantene som har deltatt i dette prosjektet, sier at de kjenner på et press i noen grad på flere arenaer. Det kan se ut til at informantene synes det sterkeste presset kommer fra foreldre og skolen, men også fra jevnaldrende og sosiale medier. Oppgaven ble dermed til etterhvert som empirien kom frem, og temaene er preget av informantenes svar. Informantene i denne oppgaven håndterer dette presset tålelig bra og ser ikke ut til å erfare noe negative konsekvenser som følge av dette presset. Presset i seg selv trenger ikke å være negativt, men kan det bli for mye?

Unge mennesker i dagens samfunn møter en rekke forventninger på ulike arenaer. Forventningene i dette prosjektet handler om forventninger i skolen, og fra foreldre og jevnaldrende og forventninger fra sosiale medier. Unge mennesker kan oppleve stress og press på flere av disse. Lillejord et al. (2016) forklarer at stress oppleves når prestasjonene ikke møter forventningene. Forventningene som stilles til ungdommer, kan være både på samfunnsnivå eller mindre forventninger på individnivå.

Noe som preger forventningene i skolen er de stadig høyere kompetansekravene og det å fullføre videregående opplæring er blitt nødvendig for å sikre seg jobb i dagens kunnskapssamfunn. Ungdommer ser ut til å være opptatt av å gjøre det bra på skolen, få gode karakterer og gjennomføre ønsket utdanning slik at de kan sikre seg karrieren de ønsker. I dette prosjektet har jeg fått hjelp av fire ungdommer som går på yrkesfaglig utdanningsprogram og påbygg i studiekompetanse i videregående skole for å finne ut hvordan prestasjonspresset påvirker deres hverdag.

Samfunnet har en rekke tanker til hva de forventer av ungdomsgenerasjonen. Dette omtaler Befring og Moen (2017) som utviklingsoppgaver og det kan for eksempel være å utvikle identitet, selvtillit og motstandsdyktighet for eventuelle risikofaktorer. Ungdomstiden kan være en krevende periode som inneholder en rekke viktige valg for fremtiden. I denne tiden utvikler en seg fra å være barn til å bli voksen, og ansvaret dette medfører kan være overveldende.

Jeg ønsket å finne ut av hvordan et eventuelt press var for «gjennomsnittsungdommen» og derfor valgte jeg å intervju ungdommer fra yrkesfaglig utdanningsprogram og påbygg til studiekompetanse. Jeg ønsket å få tak i noe som gjelder ungdom flest og ikke «strebere». Dersom intervjuene hadde vært med ungdommer som streber etter prestisjeyrker fra andre utdanningsprogrammer, kunne resultatene ha vært annerledes. Informantene i dette prosjektet reflekterer godt beskrivelsen til Ungdata (Bakken, 2018): aktiv, veltilpasset og hjemmekjære. De er fremtidsrettede og har realistiske ambisjoner for fremtiden.

Madsen (2018) hevder at mennesker er tilbøyelig for å sammenligne seg med andre. Sosial sammenligning er noe både han, Schofield (2017) og Skaalvik (1986) tar opp. Det er naturlig å sammenligne seg med andre, og før gjaldt dette stort sett for jevnaldrende som en gikk i klasse med. Nå er det nærliggende å tro at ungdommer sammenligner seg med andre ungdommers liv som de møter på ulike digitale plattformer og vi kan derfor anta at sammenligningsgruppen er blitt utvidet. Flere av informantene i prosjektet tar opp at det er viktig å se vellykket ut i sosiale medier.

Samfunnet setter føringer for skolen gjennom læreplaner og stortingsmeldinger, samt at Norge er medlem av OECD. Kan ettervirkninger av dette medlemskapet ha bidratt til et økt fokus på prestasjoner i den norske skole? Siden vi, som andre medlemsland, gjennomfører PISA-tester for å teste hvordan barn og unge presterer i forskjellige fag. Dette har ført til en sammenligning av resultater, både innad i Norge og internasjonalt. Det kan derfor tenkes at det forekommer større konkurranse mellom de ulike medlemslandene.

Skaalvik og Skaalvik (2017) argumenter for at skolene har fått en mer prestasjonsorientert målstruktur, nettopp på grunn av dette medlemskapet. Målstruktur i skolen har mye å si for elevenes opplevde prestasjonspress. Dersom

elever får signaler om at prestasjoner er det som er viktigst så er det naturlig å tenke at dette øker presset. Informantene i dette prosjektet ga klare signaler om at det var viktig å gjøre det bra på skolen og få gode karakterer, dette er i tråd med Skaalvik og Skaalviks (2017) argument. Men informantene legger også til at det er viktig å ha gode lærere som støtter de og vil at de skal få det til. Opplevelsen av god støtte fra lærere kan bidra til å senke det opplevde prestasjonspresset.

Madsen (2018) argumenterer for at bruken av ulike merkelappene for ungdomsgenerasjonen kan være med på å legge mer ansvar på unge mennesker enn de faktiske forhold gir grunnlag for. Madsens (2018) tanke om at merkelappene lett fungerer som en selvoppfyllende profeti, kan være verdt å merke seg. Hvis ungdom får høre det karakteristikkene ofte nok, så vil de etterhvert tro at det er den gjeldende sannheten. Ordbruken til mediene og undersøkelser gjort for å se hvordan unge mennesker har det i dagens samfunn, kan absolutt også være noe å tenke over slik Madsen (2018) fremhever ved sin tanke om en selvoppfyllende profeti.

Det kan være vesentlig å se nærmere på hva vi forventer av «generasjon prestasjon». Hvilke krav er det vi egentlig stiller? Vil vi at de skal nå toppen av Galdhøpiggen eller må de opp på Mount Everest før vi blir fornøyd? Det er all grunn til å rope et varsku i en situasjon der krav til prestasjoner stadig økes. Varselklokkene bør ringe etter hvert som forskningen peker på sammenhengen mellom økt prestasjonspress og psykisk helse. Det er grenser for hvor mye vi skal kreve av en ungdomsgenerasjon som møter krav til vellykkethet på alle arenaer i livet. Det er også mulig at samfunnet er for opptatt av å sette merkelapper på den oppvoksende generasjonen, og at det lett kan bli en selvoppfyllende profeti.

6.2 Vurdering av eget arbeid

I dette prosjektet har jeg undersøkt hvordan det eventuelle prestasjonspresset i skolen oppleves av elever i videregående opplæring. Denne tematikken er noe jeg ser som et viktig samfunnsanliggende. Noe jeg anså som svært viktig var å få frem elevenes stemmer i og med at det er deres opplevelser som først og fremst er vesentlig å få frem i denne sammenhengen. Det er viktig for meg at det empiriske materialet kan fortelle noe om de synspunkter som sentrale aktører på kunnskapsfeltet gjør seg rundt dette temaet. Det er selvfølgelig også hensiktsmessig å kunne se tematikken fra andre

synsvinkler, som for eksempel gjennom rådgivere eller andre representanter fra skolen eller foreldre som har barn preget av det eventuelle prestasjonspresset.

Prosjektet mitt er basert på hvordan fire informanter opplever det eventuelle prestasjonspresset som ligger på unge mennesker i dag. Resultatene er basert på min subjektive forståelse av det informantene forteller, knyttet opp mot etablert kunnskap på fagfeltet. Innenfor kvalitativ forskning blir det både en begrensning og en styrke med de utdypende funnene en kan finne, samt at funnene er begrenset til hvordan dette oppleves for fire elever i videregående opplæring. Likevel tror jeg at kunnskapen som ble skapt i disse intervjuene har overføringsverdi, slik at vi kan undersøke tematikken i større omfang ut fra kunnskapen som fremkommer i denne oppgaven.

Det kunne vært interessant å undersøke denne tematikken med et mer utbredt utvalg. Ved å for eksempel benytte en kvantitativ undersøkelse av det opplevde prestasjonspresset, slik som Skaalvik og Federici (2015) og Ungdata (Bakken, 2018) har gjort tidligere. I forlengelse av dette anser jeg det som hensiktsmessig og se nærmere på sammenhengen mellom det opplevde prestasjonspresset og psykiske helseplager. Dersom det eventuelle prestasjonspresset kan prege ungdom i negativ grad bør dette bli tatt på alvor. Det er fortsatt mye utforsket kunnskap rundt denne tematikken som vi bør se nærmere på.

I dette prosjektet er informantene preget noen eller liten grad av prestasjonspress på de ulike arenaene. Det kunne vært interessant å se nærmere på hvordan dette preger elever som er mer preget, for eksempel elever i ungdomsskolen som streber etter karakterer for å komme inn på «rett» videregående skole eller de elevene som streber etter prestisjeyrker.

Litteraturliste

- Andersen, A. J. W. (2016, 06.09.2016). *Psykisk helse*. Hentet fra https://sml.snl.no/psykisk_helse
- Andersen, B. J. (2016). Informasjon om psykisk helse - et sentralt tiltak for å fremme elevers sosiale og emosjonelle kompetanse. I E. Bru, E. C. Idsøe & K. Øverland (Red.), *Psykisk helse i skolen* (bd. 2. opplag). Oslo Universitetsforlaget
- Bakken, A. (2018). *Ungdata 2018. Nasjonale resultater. NOVA Rapport. 8/18*. Oslo
- Befring, E. & Moen, B.-E. (2011). *Ungdom, læring og forbygging* Oslo/Trondheim: Cappelen Damm.
- Befring, E. & Moen, B.-E. (2017). *Ungdom, læring og forebygging*. Oslo/Trondheim: Cappelen Damm Akademisk.
- Binder, P. (2016). *Ikke vær så slem mot deg selv. En veiviser i det ufullkomne livet*. Oslo: J. M. Stenersens Forlag AS.
- Boyd, D. M. & Ellison, N. B. (2007). Social Network Sites: Definition, history and scholarship *Journal of computer-mediated communication*, 13(1), 210-230. Hentet fra <https://academic.oup.com/jcmc/article/13/1/210/4583062>
- Bru, E., Idsøe, E. C. & Øverland, K. (2016). *Psykisk helse i skolen*. Oslo: Universitetsforlaget.
- Creswell, J. W. (2014). *Educational Research: Planning and evaluating quantitative and qualitative research*. . Great Britain Pearson Education Limited.
- Eide, J. A. & Samsing, K. (2012). Et mangfold av tiltak mot frafall. I J. A. Eide, J. G. Løvoll, K. Samsing & S. Wollscheid (Red.), *Tiltak mot frafall i videregående opplæring* (bd. 1. utgave). Oslo Pedlex Norsk Skoleinformasjon.
- Enli, G. & Aalen, I. (2018). *Sosiale medier* Hentet fra https://snl.no/sosiale_medier
- Folkehelseinstituttet. (2015). *Forekomsten av psykiske plager og lidelser i befolkningen - stabil eller i endring?*. Hentet fra <https://www.fhi.no/globalassets/dokumenterfiler/rapporter/2015/forekomsten-av-psykiske-plager-og-lidelser-i-befolkningen---stabil-eller-i-endring-pdf.pdf>
- Heggen, K. & Øia, T. (2005). *Ungdom i endring* Oslo: Abstrakt forlag

- Krumsvik, R. J. (2014) *Forskningsdesign og kvalitativ metode: ei innføring*. Bergen: fagbokforlaget.
- Kunnskapsdepartementet. (1998). *Lov om grunnskolen og den videregående opplæringa (opplæringslova)*. Lovdata. Hentet fra https://lovdata.no/dokument/NL/lov/1998-07-17-61?q=oppl%C3%A6ringsloven#KAPITTEL_3
- Kunnskapsdepartementet. (1998-1999). *St. Meld. nr. 32*. Oslo: Hentet fra <https://www.regjeringen.no/no/dokumenter/stmeld-nr-32-1998-99-/id192308/sec1>
- Kunnskapsdepartementet. (2003-2004). *St. meld. nr. 30 Kultur for læring*. Oslo. Hentet fra <https://www.regjeringen.no/contentassets/988cdb018ac24eb0a0cf95943e6cdb61/no/pdfs/stm200320040030000dddpdfs.pdf>
- Kunnskapsdepartementet. (2008). *Lov for grunnskole og videregående opplæring. § 1-3*. . Lovdata. Hentet fra https://lovdata.no/dokument/NL/lov/1998-07-17-61#KAPITTEL_1
- Lillejord, S., Børte, K., Ruud, E. & Morgan, K. (2017). *Stress i skolen - en systematisk kunnskapsoversikt*. Oslo Kunnskapssenter for utdanning. Hentet fra <http://utdanningsforskning.no/globalassets/stress-i-skolen---en-systematisk-kunnskapsoversikt.pdf>
- Madsen, O. J. (2018). *Generasjon prestasjon. Hva feiler det oss?* Oslo Universitetsforlaget.
- Markussen, E. (2016). Forskjell på folk! Om å avbryte videregående opplæring før tida - og konsekvenser for overgangen til arbeidslivet. I K. Reegård & J. Rogstad (Red.), *De frafalne. Om frafall i videregående opplæring. - hvem er de, hva vil de og hva kan gjøres?* . Oslo Gyldendal akademisk
- Medietilsynet. (2016). *Barn og medier 2016. 9-16-åringers bruk og opplevelser av medier*. . Fredrikstad. Hentet fra http://www.medietilsynet.no/globalassets/publikasjoner/barn-og-medier-undersokelser/2016_barnogmedier.pdf
- NESH. (2016). *Forskningsetiske retningslinjer for samfunnsvitenskap, humaniora, juss og teologi* Hentet
- Nordbø, B. (2018). *prestasjon* Hentet fra <https://snl.no/prestasjon>
- OECD. (2015). *Hvordan gjør Norge det sammenlignet med andre land?* (OECD360). OECD. Hentet fra

http://www.oecd360.org/norway?utm_source=oeecdorg&utm_medium=focusbox&utm_campaign=oeecd360launch

- Olsen, M. H., Mathisen, A. P. & Sjøblom, E. (2016). *Faglig inkludert? Fortellinger fra elever med ulik måloppnåelse*. Oslo: Cappelen Damm Akademisk.
- Petersen, A. (2016). *Præstationssamfundet*. København: Hans Reitzels Forlag
- Regjeringen. (2016, 23.06.2016). Ny fraværsgrense i videregående skole fra i høst. Pressemelding. . Hentet fra <https://www.regjeringen.no/no/aktuelt/ny-fravarsgrense-i-videregaende-skole-fra-i-host/id2505770/>
- Ryen, A. (2012). *Det kvalitative intervjuet. Fra vitenskap til feltarbeid*. . Bergen: Fagbokforlaget.
- Schofield, D. (2017). Å bli agent i egen medieverden. I M. Uthus (Red.), *Elevenes psykiske helse i skolen. Utdanning til å mestre egne liv*. (bd. 1, s. 227-254). Oslo Gyldendal.
- Skogen, K. (2015). *Lærenen som talentutvikler*. Oslo: Universitetsforlaget.
- Skaalvik, E. M. (1986). *Barns oppvekstmiljø*. Oslo: Tano.
- Skaalvik, E. M. & Federici, R. A. (2015). Prestasjonspresset i skolen *Bedre skole, 3/2015*. Hentet fra <https://utdanningsforskning.no/artikler/prestasjonspresset-i-skolen/>
- Skaalvik, E. M. & Skaalvik, S. (2017). Elevenes selvverd. Kap. 3. I M. Uthus (Red.), *Elevenes psykiske helse i skolen. Utdanning til å mestre egne liv*. (s. 70-90). Oslo: Gyldendal akademisk. .
- Skaalvik, E. M. & Skaalvik, S. (2017). Prestasjonssamfunnet i skolen. Kap. 2. I M. Uthus (Red.), *Elevenes psykiske helse i skolen. Utdanning til å mestre egne liv*. (s. 47-69). Oslo: Gyldendal akademisk
- Svartdal, F. (2017). Forventning - psykologi Hentet fra https://snl.no/forventning_-_psykologi
- Svartdal, F. & Malt, U. (2018). stress. Hentet fra <https://snl.no/stress>
- Thagaard, T. (2013). *Systematikk og innlevelse: en innføring i kvalitativ metode* (4. utg. utg.). Bergen: Fagbokforlaget.
- Thrana, H. M. (2016). Ungdommenes forklaring på hvorfor de ikke fullfører skolen. . I K. Reegård & J. Rogstad (Red.), *De frafalne. Om frafall i videregående opplæring. - hvem er de, hva vil de og hva kan gjøres?* (bd. 1). Oslo: Gyldendal akademisk.

Utdanningsdirektoratet. (2006). *Kunnskapsløftet/Læreplanverket* Oslo. Hentet fra <https://www.udir.no/laring-og-trivsel/lareplanverket/>

Forespørsel om deltakelse i forskningsprosjektet

Ungdommenes opplevelse av prestasjonspresset

Bakgrunn og formål

Formålet med prosjektet er å undersøke ungdommenes opplevelse av det påståtte prestasjonspresset. Ungdommer i dag står ovenfor et samfunnsmessig press om å prestere på flere arenaer. Det er ønskelig å finne ut av når og hvor dette presset oppstår, og hvordan ungdommer tenker rundt dette presset. Hvordan velger ungdommer å forholde seg til de ulike forventningene fra de ulike arenaene?

Dette er et masterprosjekt ved NLA høgsolen.

Det vil være et skjønsmessig utvalg av representanter fra forskjellige videregående skoler i Bergen, hvor jeg finner informanter som kunne tenke seg å delta.

Hva innebærer deltakelse i studien?

Deltakelsen vil skje i form av personlige intervju. Dette vil foregå som en helt vanlig samtale i ca. 30 minutter. Det vil være noen få fastsatte spørsmål på forhånd slik at vi kan holde samtalen til temaet jeg ønsker å undersøke. Spørsmålene vil handle om hvordan det er å være ungdom. Elevrollen i videregående opplæring. Og ikke minst hvilke forventninger det er til ungdommer, både forventninger til en selv og forventninger fra de ulike arenaene. Er det overkommelige forventninger? Fra foreldre, skolen, venner, sosiale medier, jobb, fritidsaktiviteter osv.? Er det et press om å prestere best mulig? Hvordan oppleves dette presset?

Intervjuet vil bli tatt opp med lydopptak på en telefon. Det er også mulig det blir tatt noen notater underveis.

Dersom det er ønskelig kan du få se intervjuguide før intervjuet. Intervjuguide er en beskrivelse av hva intervjuet skal handle om. Eventuelt forhåndssatte spørsmål.

Hva skjer med informasjonen om deg?

Alle personopplysninger vil bli behandlet konfidensielt.

Det er kun jeg og min veileder ved NLA høgsolen som vil ha tilgang til personopplysninger. Disse opplysningene vil bli lagret på min private datamaskin og en ekstern harddisk. Personopplysninger vil ikke lagres sammen med øvrig data.

Ved å være med som deltaker i dette prosjektet godtar du at opplevelsene og ytringene du kommer med i intervjuet kan brukes i mitt prosjekt. Det kan være muligheter for å lese igjennom dine ytringer før publikasjon dersom det er ønskelig.

Prosjektet skal etter planen avsluttes 20.12.2018.

Etter endt prosjekt vil alle personopplysninger og opptak bli slettet.

Frivillig deltakelse

Det er frivillig å delta i studien, og du kan når som helst trekke ditt samtykke uten å oppgi noen grunn. Dersom du trekker deg, vil alle opplysninger om deg bli slettet.

Dersom du ønsker å delta eller har spørsmål til studien, ta kontakt med Silje Marie Heimdahl på mail: silje.heimdahl@hotmail.com eller telefon: 45202734. Du kan også ta kontakt på mail eller pr. tlf. med min veileder: kjell.oppedal@nla.no, tlf. 97628079.

Studien er meldt til Personvernombudet for forskning, NSD - Norsk senter for forskningsdata AS.

Samtykke til deltakelse i studien

Jeg har mottatt informasjon om studien, og er villig til å delta

(Signert av prosjektdeltaker, dato)

Intervjuguide

Kjønn:

Alder:

Studieretning:

Hovedspørsmål:

Hva vil du bli? Utdanningsmessig

Hvordan synes du det er å være elev i dag?

Forventninger:

Hva er det beste og det verste med å være elev på videregående i dag?

Kom du inn på den skolen du ville? Er du fornøyd med valget og eventuelt hvorfor?

Hvordan er ditt forhold til karakterer? Hvor viktig er det å få gode karakter? Hva syntes du er gode karakterer?

Hvor involvert er foreldrene dine i din skolegang? Er det greit å komme hjem å fortelle om 2 på prøve?

Prestasjonspresset:

Hva tenker du på når du hører begrepet: prestasjonspress? Generasjon prestasjon?

Flink pike?

Har du opplevd dette presset selv?

Sosiale medier? Viktig å se bra ut? Representasjon av deg på en realistisk måte?

Føler du at du kan være deg selv? Er du fornøyd med deg selv og din tilværelse?

Psykisk helse og stress:

Kjenner du noen som har vanskelig?

Kjenner du noen som ikke har fullført videregående?

Er det greit? Har det blitt en naturlig del av hverdagen? Synes medelever det er greit om en ikke har det fint? Er det en aksept rundt dette?

Opplever du at mange medelever har det vanskelig eller har du det vanskelig selv?

Hva er ditt forhold til psykisk helse?

Skolestress? Tilrettelegging? Har du noen gode stresshåndterings strategier?

Hvordan opplever du at skolen hjelper med dette?

Hvem er det du går til hvis du opplever noe utfordrende? Rådgivere? Lærere?
Familie? Venner?

Er det noe du vil tilføye? Synes du dette var greit?

- Hvilke forventninger har du til deg selv og din utdanning?
- Hvilke forventninger opplever du fra skolen, foreldre og nærmiljøet?
- Hvordan oppleves disse forventningene?
- Føles det noen ganger som det er for høye forventninger?
- Opplever du at det er et prestasjonspress?
- Hvordan mener du dette prestasjonspresset påvirker deg selv og andre ungdommer?
- Hvordan kan lærere eller eventuelle andre i skolen hjelpe elever med å bedre dette presset?
- Er det mye stress på skolen?
- Hva er viktig å huske på for å greie å håndtere dette presset?
- Tror du dette presset er med på å skape psykiske helseskader blant unge mennesker?
- Er det noe du synes er viktig å få frem om dette presset? Eller noe du vil si til andre ungdommer som opplever dette presset?



Kjell Oppedal Postboks 74 Sandviken 5812 BERGEN

Vår dato: 02.03.2018 Vår ref: 59099 / 3 / AGL Deres dato: Deres ref:

Tilråkning fra NSD Personvernombudet for forskning § 7-27

Personvernombudet for forskning viser til meldeskjema mottatt 09.02.2018 for prosjektet:

59099 Behandlingsansvarlig Daglig ansvarlig Student

Vurdering

Ungdommenes opplevelse av prestasjonspresset. NLA Høgskolen AS, ved institusjonens øverste leder Kjell Oppedal
Silje Heimdahl

Etter gjennomgang av opplysningene i meldeskjemaet og øvrig dokumentasjon finner vi at prosjektet er unntatt konsesjonsplikt og at personopplysningene som blir samlet inn i dette prosjektet er regulert av § 7-27 i personopplysningsforskriften. På den neste siden er vår vurdering av prosjektopplegget slik det er meldt til oss. Du kan nå gå i gang med å behandle personopplysninger.

Vilkår for vår anbefaling

Vår anbefaling forutsetter at du gjennomfører prosjektet i tråd med:

- opplysningene gitt i meldeskjemaet og øvrig dokumentasjon
- vår prosjektvurdering, se side 2
- eventuell korrespondanse med oss

Meld fra hvis du gjør vesentlige endringer i prosjektet

Dersom prosjektet endrer seg, kan det være nødvendig å sende inn endringsmelding. På våre nettsider finner du svar på hvilke [endringer](#) du må melde, samt endringskjema.

Opplysninger om prosjektet blir lagt ut på våre nettsider og i Meldingsarkivet

Vi har lagt ut opplysninger om prosjektet på nettsidene våre. Alle våre institusjoner har også tilgang til egne prosjekter i [Meldingsarkivet](#).

Vi tar kontakt om status for behandling av personopplysninger ved prosjektslutt

Ved prosjektslutt 01.02.2019 vil vi ta kontakt for å avklare status for behandlingen av personopplysninger.

Se våre nettsider eller ta kontakt dersom du har spørsmål. Vi ønsker lykke til med prosjektet!

Dokumentet er elektronisk produsert og godkjent ved NSDs rutiner for elektronisk godkjenning.

NSD – Norsk senter for forskningsdata AS Harald Hårfagres gate 29 Tel: +47-55 58 21 17 nsd@nsd.no Org.nr. 985 321 884
NSD – Norwegian Centre for Research Data NO-5007 Bergen, NORWAY Faks: +47-55 58 96 50 www.nsd.no

Vennlig hilsen

Dag Kiberg

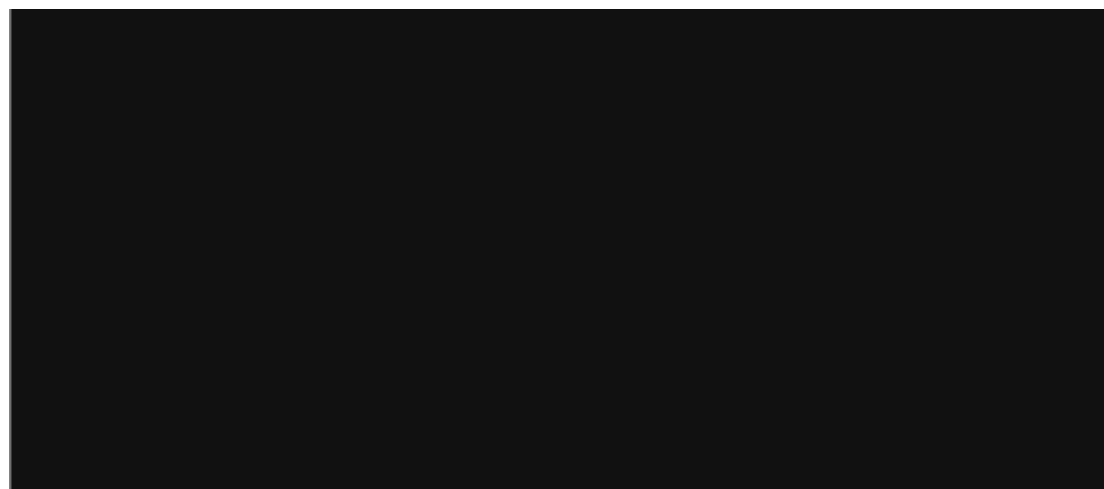
Kontaktperson: Audun Løvlie tlf: 55 58 23 07 / audun.lovlie@nsd.no Vedlegg: Prosjektvurdering
Kopi: Silje Heimdahl, silje.heimdahl@hotmail.com

Audun Løvlie



Personvernombudet for forskning

Prosjektvurdering - Kommentar



Formålet er undersøke sammenhengene mellom begreper som " flink-pike", " generasjon-prestasjon" og "prestasjonssamfunnet", med samfunnsmessig press om å prestere, hvordan

dette oppleves av ungdommer, og om det er en sammenheng med økningen i psykiske lidelser.

Du har opplyst i meldeskjema at utvalget vil motta skriftlig informasjon om prosjektet, og samtykke skriftlig til å delta. Vår vurdering er at informasjonsskrivet til utvalget er godt utformet.

Det fremgår av meldeskjema at du/dere vil behandle sensitive opplysninger om helseforhold.

Hovedregelen når det registreres sensitive opplysninger til forskningsformål om ungdom under 18 år, er at det må innhentes samtykke fra foreldrene. I dette prosjektet vurderer personvernombudet det imidlertid slik at ungdommer over 16 år kan samtykke til deltakelse på selvstendig grunnlag. Dette ut fra en helhetsvurdering av opplysningenes art og omfang. Det vises til at ungdom i denne alderen har selvbestemmelse på en rekke områder, de kan bl.a. selv velge utdanning, samtykke til helsehjelp, og selv velge utdanning. Det er personvernombudets vurdering at ungdommene på 16 år og eldre i dette prosjektet har forutsetninger for å forstå hva deltagelse innebærer.

Personvernombudet forutsetter at du behandler alle data i tråd med NLA Høgskolen AS sine retningslinjer for datahåndtering og informasjonssikkerhet. Vi legger til grunn at bruk av privat pc/mobil lagringsenhet er i samsvar med institusjonens retningslinjer.

Prosjektslutt er oppgitt til 01.02.2019. Det fremgår av meldeskjema/informasjonsskriv at du vil anonymisere datamaterialet ved prosjektslutt. Anonymisering innebærer vanligvis å:

- slette direkte identifiserbare opplysninger som navn, fødselsnummer, koblingsnøkkel
- slette eller omskrive/gruppere indirekte identifiserbare opplysninger som bosted/arbeidssted, alder, kjønn

- slette lydopptak

For en utdypende beskrivelse av anonymisering av personopplysninger, se Datatilsynets veileder: <https://www.datatilsynet.no/globalassets/global/regelverk-skjema/veiledere/anonymisering-veileder-041115.pdf>