

Unge og høje forventninger

- en teoretisk undersøgelse med udgangspunkt i kulturen, opdragelsen og individuelle forskelle



AALBORG UNIVERSITET

Meltem Aydin

Studienr.: 20104158

10. semester, CKPH

Kandidatspeciale, psykologi

Rapportens samlede antal

tegn: 185.499

Svarende til antal normalsider:

77,3

Vejleder: Ulla Bøwadt

19. september 2017

Abstract

Studies show that more and more students and adolescents seem to have way too high and unrealistic expectations and standards, which can lead to depressive symptoms. This master's thesis investigates how we can explain that so many adolescents seem to expect too much of themselves and why some are more vulnerable to the cultural pressure than others using theories within developmental-, social- and personality psychology. Analyzing the theory by O. Pedersen the unrealistic standards can be explained in terms of the competition state that we live in today, but his theory cannot explain why some are more vulnerable than others. Brinkmann seems to agree with the fact that it's due to a cultural pressure, but he goes further by connecting it to a constant demand of self-development – not just work-related but in all aspects of our life, which makes people strive for more than they can endure. Another reason is that their choices are often based on desires and interests rather than something that is bigger than themselves. However, Brinkmann doesn't give us an answer as to why some people are more vulnerable than others. A. Petersen does not think the competition state can stand alone in explaining why more people have unrealistic standards. The new society seem to be an achievement society that values achievement regardless of what the achievement is actually about, and the reason some are more vulnerable to the cultural pressure than others comes down to coping, social support and the flexibility of the interior. If we ask Giddens he would probably say that today's society demands that we take charge and decide what we want with our lives, and all responsibility is placed on the individual if something goes wrong. The reason why some are more vulnerable than others is because of a lack of ontological security. Analyzing Beck & Beck-Gernsheim's theory the reason why more people expect too much of themselves is because the insecurity of the modern society makes people fear a breakdown in their biography, but the difference in vulnerability between people is not explained. Furthermore, a lot of empirical studies seem to support the fact that social media and the beauty ideal can be contributing factors to the unrealistic expectations, because people seem to compare their lives and appearance with what they see on social media and because there is a pressure to be perfect and achieve likes.

However, analyzing Jørgensen's theory the reason for the high expectations is mainly due to the fact that most children grow up in a home with a *laissez faire* up-

bringing. This determines why some are more vulnerable than others. However, empirical studies also emphasize the importance of certain personality traits. There seems to be a relationship between maladaptive perfectionism and depression. Other studies show a correlation between maladaptive perfectionism, self-esteem and depression. Last but not least neuroticism and maladaptive perfectionism seem to be related.

Indholdsfortegnelse

1.0 INDLEDNING	1
1.1 PROBLEMFOMULERING	3
1.2 FÆNOMENBESKRIVELSE	3
1.3 BEGREBSAFKLARING.....	7
2.0 SOCIALPSYKOLOGI.....	8
2.1 OVE K. PEDERSEN	8
2.1.1 Redegørelse	8
2.1.2 Analyse	10
2.1.3 Diskussion og kritik.....	11
2.2. SVEND BRINKMANN	13
2.2.1 Redegørelse	13
2.2.2 Analyse	15
2.2.3 Diskussion og kritik.....	16
2.3 ANDERS PETERSEN.....	20
2.3.1 Redegørelse	20
2.3.2 Analyse	24
2.3.3 Diskussion og kritik.....	25
2.4 ANTHONY GIDDENS.....	27
2.4.1 Redegørelse	27
2.4.2 Analyse	29
2.4.3 Diskussion og kritik.....	32
2.5 BECK & BECK-GERNSHEIM.....	36
2.5.1 Redegørelse	36
2.5.2 Analyse	37
2.5.3 Diskussion og kritik.....	37
2.6 PRES FRA SOCIALE MEDIER OG SKØNHEDSIDEALET.....	39
2.6.1 Redegørelse	39
2.6.2 Analyse	41
2.6.3 Diskussion	42
3.0 UDVIKLINGSPSYKOLOGI	44
3.1 PER SCHULTZ JØRGENSEN	44
3.1.1 Redegørelse	44
3.1.2 Analyse	50
3.1.3 Diskussion	52

3.1.4 Kritik: <i>Determinisme eller valgfrihed?</i>	53
3.1.5 Kritik: <i>Er Jørgensen hoppet med på en diskurs om "curling"?</i>	55
3.1.6 Kritik: <i>"Curling" eller samfundets skyld, at de unge bukker under for pres?</i>	57
3.1.7 Kritik: <i>Forventer "curlingbørn" for meget eller for lidt af sig selv?</i>	58
3.1.8 Kritik: <i>Fjerner curlingdebatten fokus fra omsorgssvigtede børn?</i>	60
3.1.9 Kritik: <i>Kan det store fokus på robusthed bidrage til at presse folk yderligere? ...</i>	61
3.1.10 Kritik: <i>Er Jørgensen ukritisk hoppet med på diskursen om robusthed?</i>	63
4.0 PERSONLIGHEDSPSYKOLOGI	66
4.1 MALADAPTIV PERFEKTIONISME	66
4.1.1 <i>Redegørelse</i>	66
4.1.2 <i>Analyse</i>	67
4.1.3 <i>Diskussion og kritik</i>	67
4.2 SELVVÆRD	69
4.2.1 <i>Redegørelse</i>	69
4.2.2 <i>Analyse</i>	70
4.2.3 <i>Diskussion og kritik</i>	70
4.3 BIG FIVE PERSONLIGHEDSTRÆK.....	71
4.3.1 <i>Redegørelse</i>	71
4.3.2 <i>Analyse</i>	72
4.3.3 <i>Diskussion og kritik</i>	73
5.0 OVERORDNET DISKUSSION	73
6.0 KONKLUSION	75
7.0 REFERENCELISTE	77

Bilag 1 – Mailkorrespondence med Per Schultz Jørgensen

Bilag 2 – Antal af kosmetiske operationer på verdensplan i 2010

Bilag 3 – Antal af kosmetiske operationer på verdensplan i 2016

1.0 Indledning

Ifølge Burcharth & Siegumfeldt (2017a) har Dansk Magisterforening foretaget en trivselsundersøgelse, som har vist, at hver anden studerende inden for det sidste halve år har oplevet stresssymptomer som søvnbesvær og mindre engagement, hvilket især skyldes de studerendes egne forventninger. Denne undersøgelse vender jeg tilbage til senere i opgaven. Tager man endvidere udgangspunkt i udtalelserne fra skolepigerne Vinkler & Blankensteiner (2017), skriver de, at 12-tallet indirekte er blevet det eneste rigtige i dag, hvilket de mener er omverdens skyld. Høje forventninger synes således at være et alment problem for de unge. I nogle tilfælde knyttes disse høje forventninger endda til den stigende forekomst af depressionsdiagnosen i dag. Ifølge Damløv, Pedersen & Olsgård (2017) får tre gange så mange unge diagnosen depression, som skyldes større krav og mere stress. Det går mest udover pigerne, dels på grund af hormonændringer, dels fordi de i højere grad end drengene stiller højere krav til sig selv og er optaget af, hvad andre forventer af dem, samt hvad der er rigtigt og forkert. Hvad det er for nogle hormonændringer præciseres dog ikke yderligere. Felholt (2014a) påpeger også, at unge i dag generelt aldrig har følt sig dårligere. Begge køn er blevet mere stressede, deprimerede og utilfredse med livet, og det perfekte er blevet det nye normale, hvilket især presser pigerne. Hun henviser til en undersøgelse, der for første gang kortlægger den samlede udvikling i unges mentale trivsel over de sidste 20 år. Den viser, at dobbelt så mange unge kvinder er stressede i dag end for bare ti år siden. Andelen er steget fra 14% til nu 26%. I dag rapporterer kun hver fjerde pige om høj livstilfredshed mod hver tredje i 2002. Hos teenagepiger er selvmordsforsøg fordoblet siden 1994. Desuden er 27% af pigerne ofte kede af det mod kun 11% drenge. Rapporten afdækker ikke årsager til mistrivslen, men eksperter peger på voksende krav især til piger, som gør, at de føler et større pres for at få den rigtige uddannelse, det rigtige job, det rigtige familieliv og samtidig se godt ud. Felholt (2014b) henviser samtidig til Bjørn Holstein fra Statens Institut for Folkesundhed på Syddansk Universitet, som ikke mener, at de høje tal skyldes, at vi har fået mere fokus på det mentale, men det er derimod noget i vores omgivelser, der er galt. De unge accepterer ikke middelvejen og har for høje krav til sig selv. Derudover viser en ny kortlægning fra Det Nationale Forskningscenter for Arbejdsmiljø ifølge Psykiatrifonden (2017), at hver femte yngre kvinde bliver psykisk belastet af sit arbejde. Der er en sand

”stress-epidemi” i gang blandt yngre kvinder mellem 25-34 år, da 30% af dem har symptomer på stress. Også her bliver kvindernes høje krav understreget som årsag, fordi de på arbejdet tager alt det andet med sig, som de også synes, de skal kunne. Professor i Arbejdsmiljø på Aalborg Universitet Peter Hasle er enig:

»I den aldersgruppe stifter kvinderne familie, og dermed oplever de et øget pres for at få familieliv og arbejdsliv til at hænge sammen. Samtidig er de nye på arbejdsmarkedet og skal starte karriere op, så de er ramt af flere samtidige krav. Når mændene i samme aldersgruppe ikke er lige så psykisk belastede af arbejdet, skyldes det formentlig, at det stadigvæk er kvinderne, der har større ansvar for hjem og børn end mændene, som lidt lettere kan køre på frihjul,« siger han.

Ifølge Patscheider (2017) er det nået så langt ud, at unge i dag sluger adhd-piller for at klare mere, end de ellers vil kunne. Det viser en undersøgelse fra fagforeningen Djøf, hvor 7% (over 1.500 medlemmer) har taget præstationsfremmende midler. Det kan være afhængighedsskabende for personer uden adhd og føre til et misbrug.

Sådan fortsætter artiklerne, hvis man tager et hurtigt kig på litteraturen. Flere synes således at være enige i, at de unge i dag generelt stiller alt for høje krav til sig selv, som i værste tilfælde kan føre til et klinisk problem. Det er samtidig noget jeg kan genkende fra min praktik på klinikken Psykolog Centrum i Odense, da det var et gennemgående tema for to af mine klienter, som led af depression. En sætning som blev sagt flere gange var: ”Jeg føler, at uanset hvad jeg gør, så er det aldrig godt nok” eller ”så er jeg ikke god nok”. Min interesse for dette emne udspringer herfra, da jeg mod afslutningen undrede mig over, hvorfor det var sværere for mig at behandle disse to klienter, når jeg ikke havde samme problem med de resterende 14 klienter, som havde andre angst- og depressionsproblematikker. Sidenhen er min interesse blevet bredere, da høje forventninger synes at være et alment problem, og specialets primære fokus er derfor, hvorfor flere unge i dag synes at forlange for meget af sig selv. Samtidig undersøges det hvorfor nogle mennesker er mere sårbare over for det kulturelle pres end andre belyst af teorier fra social-, udviklings- og personlighedspsykologien. På den socialpsykologiske side vil Ove K. Pedersen, Svend Brinkmann, Anders Petersen, Anthony Giddens og Beck & Beck-Gernsheim blive inddraget, da disse teorier på hver deres måde belyser, hvordan et samfundsmæssigt pres kan hænge sammen med de høje forventninger. Denne del rundes af med et afsnit om betydningen af sociale medier og skønhedsidealet. Under det udviklingspsykologiske afsnit inddrages Per Schultz Jørgensen, dels fordi hans teori giver et udviklingspsykologisk per-

spektiv i forhold til de høje forventninger, dels fordi han modsat de store udviklings-teorier fokuserer på det omvendte af omsorgssvigt – nemlig for meget omsorg. Samtidig kan den bedre forklare, hvorfor nogle mennesker er mere sårbare over for det kulturelle pres end andre. Sidst men ikke mindst vil der under det personlighedspsy-kologiske afsnit blive inddraget nogle forskningsstudier, som viser, at der kan være en sammenhæng mellem perfektionisme og bestemte personlighedstræk eller person-lighedsdimensioner.

Der synes at være stor praktisk relevans knyttet til at undersøge emnet nærmere, da det er en forudsætning at have indsigt i problematikken for at kunne udvikle inter-ventionsstrategier til gavn for menneskers velbefindende og sundhed på et individu-elt såvel som et samfundsmæssigt plan. Fuglsang (2017) citerer direktøren for Center for Sundhedssamarbejde på Aarhus Universitet, Carsten Obel:

»Det er et forhold, som vi kan se udvikle sig, men som vi ved alt for lidt om. Der er be-hov for større viden på det område. De unge er under stort pres for at præstere både fagligt og socialt, og det har konsekvenser (...). De unge er ikke i sig selv blevet svagere end tidligere. Men der er mange ting, der presser dem, herunder strukturen i uddannel-sessystemet, som – for nogle – på ingen måde er ideel i forhold til at udvikle deres po-tentiale« (ibid.).

1.1 Problemformulering

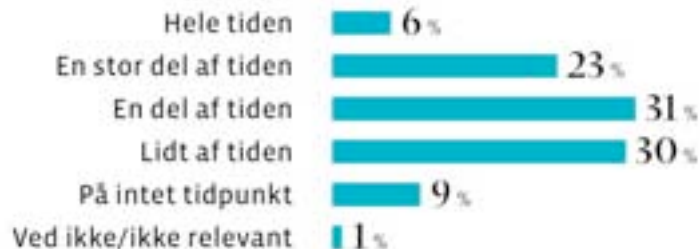
Hvordan kan man forklare, at der er en del unge i dag, som har for høje forventninger til sig selv? Og hvorfor er nogle mere sårbare over for det kulturelle pres end andre?

1.2 Fænomenbeskrivelse

Dette afsnit tager udgangspunkt i empiriske studier for at tydeliggøre, hvor omfat-tende et problem høje forventninger virkelig er. I indledningen nævnte jeg kort en ny trivselsundersøgelse (Burcharth & Siegumfeldt, 2017a) foretaget af Dansk Magisterforening. Der blev sendt spørgeskemaer ud til 7000 medlemmer af DM Studerende på universiteter og professionshøjskoler i foråret 2017, hvoraf 918 svarede (72% kvinder og 28% mænd). Gennemsnitsalderen for respondenterne var 25. Resultatet viste, at flere end hver anden studerende inden for det sidste halve år har oplevet

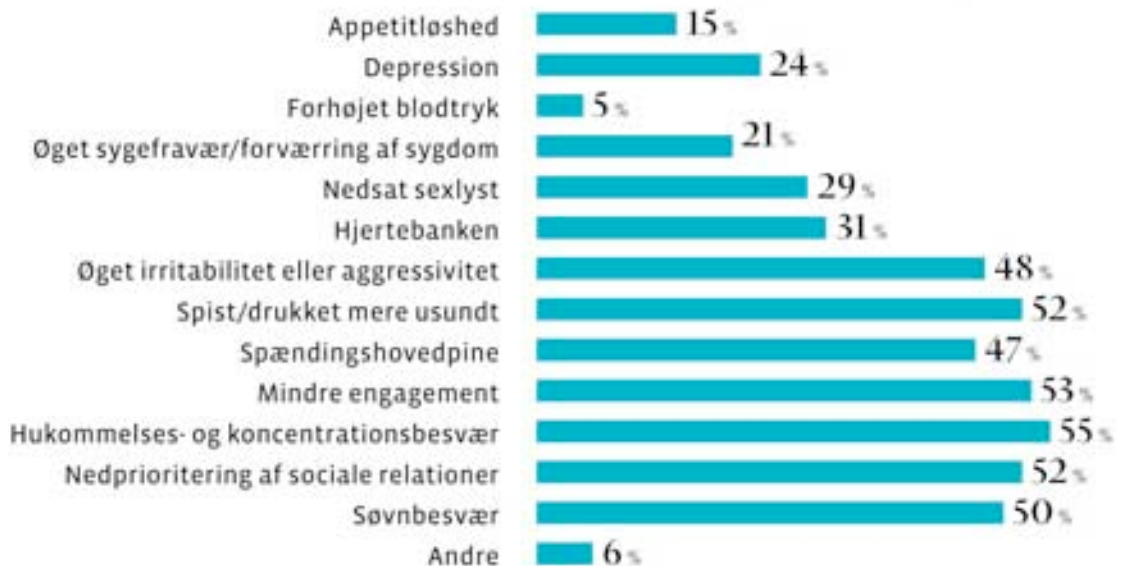
stresssymptomer som søvnbesvær og mindre engagement, hvilket især skyldes de studerendes egne forventninger. 90% af de 918 studerende, har oplevet stress inden for det seneste semester, men som figuren nedenfor viser, er der forskel på, hvor ofte de har følt sig stressede:

HVOR OFTE HAR DU VÆRET STRESSET I LØBET AF DET SIDSTE SEMESTER?



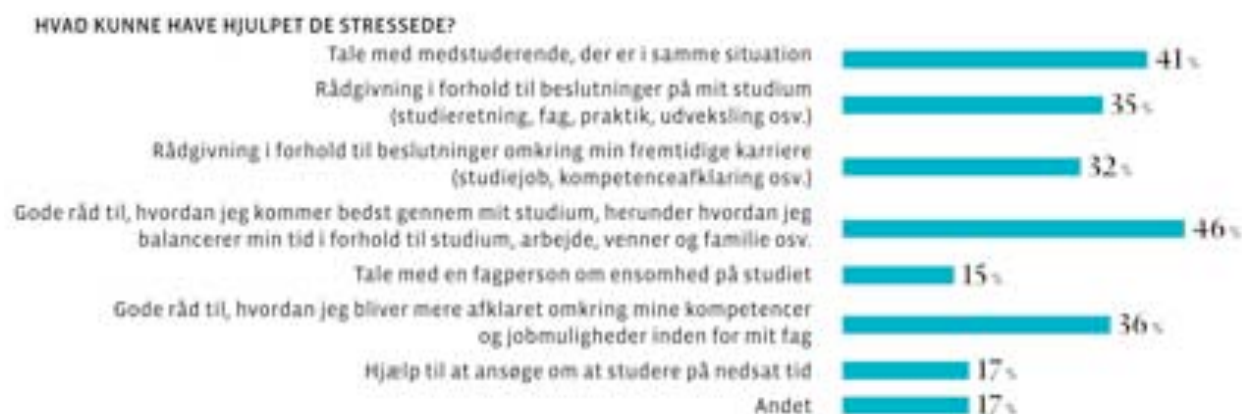
Det er dog værd at bemærke, at størstedelen har følt sig stressede en del af tiden. Samtidig viser figuren nedenfor, hvilke symptomer de studerende har oplevet. De fleste (55%) oplevede hukommelses- og koncentrationsbesvær.

SÅDAN SLÅR STRESSEN IGENNEM HOS DE STRESSEDE (Muligt at sætte flere krydser)



Samtidig pointerer knap hver fjerde, at stress har givet udslag i egentlig depression. Ifølge de studerende selv er det hverken fremdriftsreform, privatøkonomi eller studiejob, der udløser de høje tal. En ud af tre (35%) angiver selv, at presset især skyldes egne forventninger og ambitioner. De mener, det er deres eget ansvar, og at de selv må planlægge bedre og få orden på det. Samtidig synes der at være et ønske om, at kunne det hele, da 46% svarer, at de gerne ville have gode råd til, hvordan de bedst

kommer gennem studiet, herunder balancerer deres tid i forhold til studium, arbejde, venner og familie.



Ekspertener mener, at universiteterne må påtage sig et ansvar for at bremse individualiseringen af stressproblemet. Stress er et resultat af oplevede udfordringer og trusler, som kræver anstrengelser af os, og hvor vi samtidig oplever, at de indre og ydre ressourcer, vi har til rådighed til at håndtere disse udfordringer/trusler er utilstrækkelige. De unge ser ikke hvilken indvirkning en social, kulturel og politisk diskurs har for omfanget af deres personlige trivselsproblemer (ibid.).

På KU bekræfter universitetets egne trivselsmålinger, at de studerende er under stigende pres, og at fremdriftsreformen ikke har gjort det lettere. De sidste tre år er der brugt 60 millioner kroner på at forbedre studiemiljøet, blandt andet ved mentorordninger, forebyggelse af eksamensangst mm., men vi mangler at fremme de kvaliteter i undervisningen, som stimulerer den indre motivation til at lære i stedet for, at det er styret af frygt, straf, belønning eller ambitioner om at leve op til andres eller samfundets krav. Noget tyder dog på, at vi står med et generelt samfundsproblem, som vi ikke alene kan løse på universiteterne.

Den 25-årige studerende Stefania Holubko (ibid., 2017b) udtaler, at det er stressende at skulle jonglere med alle boldene på én gang, da hun brænder for både kultur- og sprogødestudierne på Roskilde Universitet, sit frivillige arbejde og studiejob. Det at skulle balancere det hele er et pres, og hun været nødt til at nedprioritere i nogle af tingene for at få det hele til at spille sammen, da hun under sit bachelorprojekt fik konstateret angst og depression. Hun er et billede på, hvordan mange studerende har det. De uddybende svar i DM's undersøgelse, hvor de unge med egne ord

beskriver, hvad der stresser dem, påpeger flertallet af dem, som føler sig pressede en stor del af tiden, at de har for mange bolde i luften og alt for få timer i døgnet (ibid., 2017c). Psykolog og rådgiver i Studenterrådgivningen Lise-Mette ser det ikke som ”modsatrettede tendenser”, at de studerende både er stressede og glade for studiet. Hun møder mange, der er engagerede i mange ting i deres liv og som lider under at ville nå alt – det såkaldte “fear of missing out”-syndrom” (FOMO). Det er meget belønnende at nå i mål og opnå ny viden, men ud over at klare sig godt på studiet skal de også have det rigtige studiejob og frivillige arbejde, være en god ven og i god fysisk form, hvilket er stressende. Men også tonen afledt af de forskellige tiltag som fx fremdriftsreformen anses som en del af problemet, da man snakker om ”de dumme og dovne studerende”, hvilket smitter af på den enkelte som en bevidsthed om, at man skal præstere bedre (ibid., 2017b).

En anden studerende er Ruben Baader, som vil være den bedste til alt. Til taekwondo, styrketræning, brætspil og kemi, som han læser på Syddansk Universitet. Tidligere læste han samtidig tysk og havde et studiejob som instruktør. Han har koncentrationsbesvær, spændingshovedpine, hjertebanken, og problemer med at sove. At han nogle gange presser sig selv for hårdt skyldes ifølge ham selv hans egne høje forventninger til sig selv. Han har samtidig haft svært ved at slappe af, når han fik fri, hvilket gik udover hans sociale liv, da han ikke kunne overskue det ved siden af studierne. Til trods for at han engang imellem oplever stresssymptomer, er han udpræget konkurrencemenneske og vil være bedst til alt, hvad han kaster sig over (ibid., 2017d).

Flere unge synes således at have for høje forventninger til sig selv, men det skal dog påpeges, at ovenstående undersøgelse tager udgangspunkt i studerende, som er medlemmer af Dansk Magisterforening, hvilket kan være en bias, da det muligvis ikke er et repræsentativt udsnit. Man må overveje om de 918 medlemmer, som besvarede spørgeskemaet adskiller sig fra unge, som ikke er medlem af foreningen. Fx kan man spekulere over, om disse medlemmer generelt har højere forventninger til sig selv, end unge som ikke er medlem, fordi de har endnu flere bolde i luften på samme tid. Ikke desto mindre er det en interessant og relevant undersøgelse.

At flere i dag har for høje forventninger støttes også af et empirisk studie fra USA. Reynolds, Steward, MacDonald & Sicho (2006, p. 186) har undersøgt ændringerne hos gymnasieelevers uddannelsesplaner gennem 25 år (fra år 1976 til 2000) for at se, om disse planer er blevet urealistiske og om de unge er blevet for

ambitiøse. Sammenligninger af 3.g'ers karriereplaner i forhold til den endelige karriere viser, at gymnasieelevers ambitioner overgår, hvad de egentlig kan opnå. Teenagere forventer i stigende grad, at universitetet vil give dem en højere stilling og professionelle jobs, hvilket viser, at de er blevet for ambitiøse. Resultatet blev samtidig bekræftet af longitudinelle analyser af tre grupper af gymnasieelever, som viste, at den positive sammenhæng mellem uddannelsesplaner og det de opnåede i de efterfølgende seks år var faldende. Forskerne påpeger, at de høje forventninger naturligvis kan ende med succes for nogen, da ambitiøse uddannelsesplaner kan være fordelagtige, fordi det repræsenterer motivation, og at man er villig til at arbejde hårdt for sine mål. Dog har det for det meste begrænset betydning for fremtidig succes, da det kan føre til urealistiske selvvurderinger, skuffelse og modløshed (ibid., p. 187).

Opsummerende viser undersøgelser, at der generelt synes at være flere unge med høje forventninger i dag, hvilket kan føre til psykiske symptomer.

1.3 Begrebsafklaring

Depression: For at få en depressionsdiagnose skal man ifølge ICD-10 (2014, p. 86) have haft nogle bestemte symptomer hver dag eller næsten hver dag hele dagen i mindst 14 dage. Eksempler på sådanne symptomer er følelse af nedtrykthed, reduceret energi og lyst, koncentrationsbesvær, selvmordstanker, søvnforstyrrelser og ændringer i vægt eller appetit.

2.0 Socialpsykologi

2.1 Ove K. Pedersen

2.1.1 Redegørelse

I dette afsnit vil O. Pedersens¹ samfundsanalyse blive beskrevet, da den synes at være af besnærende aktualitet, fordi han overbevisende får knyttet sine refleksioner sammen med det, der så tydeligt er sket (og til stadighed sker) i samfundet. Der vil ikke blive refereret til hele bogen, da meget af den ligger uden for specialets fokus, og da det vigtige i denne sammenhæng er hans historiske skitse.

O. Pedersen er politolog og professor i komparativ politisk økonomi ved Copenhagen Business School (Pedersen, 2011). Ifølge O. Pedersen har den danske stat gennemløbet tre faser i løbet af ca. 170 år:

1. Fra år 1850-1950 taler han om *nationalstaten*, hvor der var fokus på national identitet, afgrænsning af statens suverænitetsområde og sikring af dens autoritet. Dette var *disciplinerings* fase, idet det enkelte menneske skulle disciplineres til at blive loyal ”undersåt” (ibid., p. 169f, 173). Der blev taget beslutninger i forhold til rettigheder (ibid., p. 174), lighed (ibid., p. 175), opdragelse af individerne (ibid.) samt fælles sprog og historieforståelse (ibid., p. 176).
2. Fra 1950-1990 taler han om *velfærdsstaten*, der i modsætning til tidligere fik som primær opgave at disciplinere borgerne til demokratisk deltagelse, som derfor kaldes *medbestemmelsens* fase. Der blev gjort op med 2. verdenskrigs forbrydelser, så økonomiske sociale uligheder aldrig blev så store, at fascisme, nazisme eller kommunisme fik vækstbetingelser. Med folkeskoleloven i 1975 blev der mindre fokus på kundskabstilegnelse, da pædagogikken i stedet centrerede omkring den enkelte elevs personlige udvikling og demokratiske dannelse. Individet blev set som en kulturel, moralsk, åndelig og unik størrelse, og individets værdighed og personlighed skulle erkendes og anerkendes (ibid., p. 12, 15, 173, 178). Der var samtidig fokus på lighed og fællesskab.

¹ Da Ove K. Pedersens og Anders Petersens efternavne ligger tæt op af hinanden, skrives deres for- bogstaver for at undgå forvirring.

Skolen var det sted, hvor de unge blev dannet til livet (ikke til arbejdslivet) for at påtage sig et (med)ansvar for fællesskabet (ibid., p. 170, 181, 183).

3. Fra 1990'erne til i dag taler han om konkurrencestaten, der er blevet til som følge af globaliseringen. Nutidens globale orden startede i 1993, da Bill Clinton blev USA's 42. præsident og indvarslede en "ny verden". Dette skete få år efter Murens fald, Tysklands genforening og Sovjetunionens sammenbrud – kort sagt efter den kolde krigs afslutning. Importafgifter blev fjernet, og arbejdskraftens fleksibilitet blev øget med den frie bevægelighed over grænser. De nationale velfærdsstater blev omlagt til nationale konkurrencestater, hvor der nu konkurreres om alt fra markedsandele til kloge hoveder, og hvor stater sammenligner sig med hinanden i PISA-undersøgelser og kompetenceregnskaber (ibid., p. 14, 42f, 50). Konkurrencestaten søger aktivt at mobilisere befolkningen og virksomheder til at deltage i den globale konkurrence og gøre den enkelte ansvarlig for sit eget liv, hvilket øger den sociale ulighed. Det sker blandt andet via pædagogisk motivation, økonomiske incitament og sanktioner. Mennesket ses som et rationelt væsen, som har iboende evner til at maksimere egen nytte, og frihed er identisk med friheden til at realisere egne behov. Princippet om at "det er samfundets skyld" tones ned (ibid., p. 12, 24, 278, 284f). Det er arbejdskravet, arbejdssevnen og arbejdslysten, kort sagt arbejdet, som skal binde individerne sammen til et fællesskab, og derfor søger man at fremme den enkeltes villighed og duellighed til at arbejde så længe, så stabilt og så effektivt som muligt, da pligten til at arbejde er blevet en vigtig værdi. Mens velfærden fordrede selvrealisering som middel til demokrati, kommer selvrealiseringen i dag snarere i arbejdets end demokratiets tjeneste. Skolens opgave er at uddanne de unge til fagligt kompetente individer med færdigheder, der gør dem i stand til at stå til rådighed for arbejdsmarkedet (ibid., p. 27, 69, 170). Derfor hviler denne fase på kompetenceskabelse som pædagogisk program, hvorfor den kaldes *færdighedens* fase (ibid., p. 173). Idealet om den eksistentielle personlighed omformuleres til idealet om den opportunistiske personlighed, hvor færdigheder bliver det afgørende for dannelse og personlighed. Faglighed (eller færdigheder) for mennesker i dag er adgangen til at opnå selvstændighed og udvikle kreativitet (ibid., p. 188, 190, 192). Der er tale om et neoliberalt grundlag, hvor det forudsættes, at det er statens (eller kollektivets) opgave at skabe betingelserne for, at indi-

viderne ligesom markederne kan fungere. I den optik er neoliberalismen altså ikke imod staten, men den må kun blande sig så længe, den opdrager borgerne til at udfylde rollen som gode repræsentanter (eller tjenere) for konkurrencestatens logik (ibid., p. 25f).

For O. Pedersen er den vigtigste pointe, at der sker et skift i menneskesyn mellem velfærdsstat og konkurrencestat. Det har ændret den måde, politikere øver indflydelse på dansk politik hver dag, fordi reformer gennemføres for at skabe effektive og konkurrencedygtige økonomier i stedet for at skabe demokrati og lighed som tidligere. Reformen af undervisningssystemet sigter fx mod at give eleverne de nødvendige kompetencer, strammere krav om aktivering, efteruddannelse, livslang læring, og der er samtidig sket ændringer i skattesystemet, der skal få mennesker til at arbejde mere og blive længere på arbejdsmarkedet (ibid., p. 32).

2.1.2 Analyse

Skal man analysere O. Pedersens samfundsanalyse i forhold til specialets problemstillinger, har flere unge i dag høje forventninger til sig selv, fordi vi lever i en konkurrencestat. Ændringen i menneskesynet med overgangen fra velfærdsstat til konkurrencestat må have konsekvenser for individet. Den sociale ulighed, fremdriftsreformer, bonusser hvis man bliver hurtigere færdig, tests i skolerne, sanktioner og fokus på faglighed, kompetencer og efteruddannelse, som skal få folk til at arbejde mere og blive længere på arbejdsmarkedet må uden tvivl sætte et pres på de unge. Derudover har de unge ansvar for deres eget liv, hvilket nok vil efterlade dem med en følelse af, at det er deres egen skyld, hvis noget går galt, eller de ikke klarer sig godt.

Opsummerende kan de unges høje forventninger ud fra O. Pedersens samfundsanalyse forklares ud fra noget kulturelt i form af den konkurrencestat, vi i dag lever i, men der kan naturligvis ikke gives et svar på, hvorfor nogen er mere sårbare over for det kulturelle pres end andre, da det ikke er en psykologisk teori.

2.1.3 Diskussion og kritik

O. Pedersen fokuserer mere på struktur end aktør og går i dybden med både historiske, samfundsmæssige og økonomiske forhold som fx staten og arbejde. Man kan derfor argumentere for, at det er en form for makrosociologi, da der synes at være en overbevisning om, at det er samfundet, der styrer individets adfærd – ikke omvendt (mikrosociologi), hvor individets handlinger og tanker har større indflydelse på samfundet. Fordelen ved at fokusere på strukturer er, at der er fokus på den handlingsbegrænsede del (de strukturelle rammer), som kan forklare, hvorfor alle mennesker ikke har mulighed for det samme. Ulempen er, at man derved ser bort fra menneskets frie vilje og de valgmuligheder, det medfølger inden for det handlerum, som de historieskabte strukturer sætter grænserne for. Denne form for materialisme og determinisme ses ifølge Inglis & Thorpe (2012, p. 208f) især hos Karl Marx, som mente, at individet er bestemt af klassen, og at historien kun kan forstås som klassekampens - ikke individets - historie. Det skyldes kapitalismens udnyttelse af arbejderne, som vil blive ved, indtil arbejderklassen gør oprør.

O. Pedersen påpeger tendenser, som tydeligt sker i samfundet, men det kan måske virke kontroversielt for nogen at skelne velfærdsstaten fra konkurrencestaten, når vi i dagens Danmark stadig har velfærd. Det er dog vigtigt at pointere, at han på intet tidspunkt skriver, at vi ikke har velfærd i dag. Han påpeger, at omlægningen fra velfærdsstat til konkurrencestat stadig pågår, og at konkurrencestaten ikke er ligesom i USA, hvor velfærden helt er afskaffet, og der generelt er mere konkurrence. Som han siger med sine egne ord: *"(...) mange af velfærdsstatens kollektive goder uddeles stadig. Velfærdsstaten og dens institutioner er stadig landsdækkende (...)"* (ibid., p. 199) og *"Konkurrencestaten hviler nok på et andet menneskesyn end velfærdsstaten, men den udelukker ikke tidligere værdier"* (ibid., p. 202). Samtidig kan man nok ikke benægte, at velfærden ikke er den samme, som den har været, da vi hele tiden ser forringelser.

Han kan kritiseres for ikke at beskrive konsekvenserne af konkurrencestaten for individet, og for at han samtidig ikke forholder sig kritisk. I stedet forholder han sig neutralt ved blot at pointere udviklingen, som den er. O. Pedersen undgår at komme ind på det, da han mener, konkurrencestaten er et mangesidet fænomen, som ikke kan indpasses under en bestemt ideologisk eller normativ skabelon, da det unddrager sig entydighed. Står man på den ene side mener man, at konkurrencestaten udgør en

trussel mod den menneskeforståelse eller den lighedstanke, der ligger bag velfærdsstaten, mens den anden side mener, at konkurrencestaten fremmer den enkelte borgers ansvar for den samfundsøkonomiske udvikling, herunder den enkelte borgers ansvar for at tilrettelægge sit eget liv (ibid., p. 276). Derfor skriver han i stedet:

”Jeg ser ikke Danmark som et eventyrland, men heller ikke som det modsatte. I stedet har jeg valgt at være pragmatisk og basere min vurdering på en accept af, at konkurrencestaten er kommet for at blive, og at vurdere den som et mangesidet fænomen, hvis kapacitet og hvis konsekvenser ingen på nuværende tidspunkt kan overskue” (ibid.).

Uden at bevæge mig ind i en politisk diskussion mener jeg dog ikke, at man kan komme helt udenom, at velfærdsstatens menneskesyn syntes at være mere humanistisk, da den vægtede det dannede og demokratiske menneske til forskel fra konkurrencestatens menneskesyn, hvor mennesket ses som et stykke arbejdskraft, der helst skal være produktiv så længe som muligt. Hvor man tidligere var en medborger, er man i dag en arbejdsressource, hvilket må have konsekvenser for individet (som jeg kom ind på i analysen). Dermed ikke sagt at der ikke er konsekvenser ved velfærdsstaten, for som sociologen A. Petersen påpeger (2016, p. 95), er der nogen, som hævder, at den kan være en direkte stopklods for at finde individuel lykke, da den anses for at være omklamrende i stedet for mulighedsbetingende. Om det gør sig gældende eller ej ligger udenfor specialets fokus, men til O. Pedersens forsvar (i forhold til ikke at beskrive konsekvenserne for individet) er hans samfundsanalyse ikke en psykologisk samfundsanalyse.

Sidst men ikke mindst kan han kritiseres for udelukkende at fokusere på den enkeltes villighed og duellighed til at arbejde så længe, så stabilt og så effektivt som muligt. Som A. Petersen (2016, p. 78) påpeger, synes arbejde i vore dage at være meget mere end mekanisk lønarbejde, da det kræver personligt engagement og personlig involvering, og at man er villig til at være i konstant aktivitet både fysisk og mentalt. Konkurrencestaten synes således ikke kun at være baseret på at arbejde, men i høj grad også på konstant udvikling og præstationer. A. Petersens synspunkt vil blive uddybet senere i opgaven.

2.2. Svend Brinkmann

2.2.1 Redegørelse

Psykolog og professor Svend Brinkmann placerer sig selv inden for den hermeneutiske tradition i filosofien, socialvidenskaben og psykologien. Inden for hermeneutikken opfatter man ting i større helheder (holistisk verdenssyn) og mener ikke, man kan måle og veje menneskets sind, da mennesker handler ud fra værdier og intentioner, der er unikke og ikke kan generaliseres. De kan kun forstås via hermeneutikken (fortolkningskunsten) (Kaspersen, 1995, p. 177f). Retningen er kendetegnet ved at være humanistisk (mennesket sættes i centrum), eksistentiel (mennesket har mulighed for og frihed til selv at vælge og skabe sin livssituation) og/eller fænomenologisk (hvor man erkender gyldigheden af den oplevede virkelighed) (Koester, 2005, p. 34).

Brinkmann synes at være enig med O. Pedersen i, at vi lever i en konkurrencestat, men tilføjer en ”blød” del til diskursen om kompetencer og krav (Brinkmann, 2008, p. 10f, 13). Den bløde diskurs indebærer selvudvikling, værdsættelse, anerkendelse, kreativitet og innovation, mens den hårde diskurs indebærer test, evidens og evalueringskultur, som O. Pedersen referer til (ibid., p. 162). I den bløde diskurs pålægges individer bestemte relationer til sig selv, hvor det handler om at erkende og udvikle mere eller mindre skjulte sider af selvet. Disse temaer blev udforsket af den humanistiske psykologi fra ca. 1950-70, der forstod selvrealisering som en individuel udviklingsproces, hvor man bliver den, man egentlig altid har været, men på undertrykt vis. Grundtanken hos de humanistiske psykologer er, at menneskelige problemer skyldes, at man ikke er sig selv, og at de således skal have hjælp til at blive sig selv og realisere sine indre potentialer (ibid., p. 163). Den ”hårde” konkurrencestatsdiskurs om arbejdsformåen går således hånd i hånd med en blødere diskurs om selvudvikling (ibid., p. 164).

Enhver egenskab og evne og ethvert menneskeligt træk kan i dag begrebsliggøres som en kompetence. Vi kan således ikke bare tale om faglige kompetencer, men også om personlige, sociale, emotionelle, almene, eksistentielle og kreative kompetencer. Dette er en opbrydning af personegenskaber og –evner i diskrete, verbaliserbare kategorier med henblik på identificering, måling og udvikling af kompetencer. Spørgsmålet er ikke bare ”er jeg dygtig nok?”, men også ”har jeg de rigtige holdninger/mål/personegenskaber?”. Kort sagt: ”Har jeg den rigtige *identitet*?”. I dagens

kompetencetænkning bliver identiteten en vare, hvis værdi måles som kompetencer, og det understreges løbende, at kompetencers værdi ligger i *handlinger*. Man hører ofte, at medarbejdere, studerende og skoleelever bør ”lære at lære” (læringskompetence) frem for at lære indhold, da indhold opfattes som flygtigt og under forandring. I stedet fokuseres der på processer, lærings-stile og meta-læring (ibid., p. 160f). I den fleksible forbrugerkapitalisme kan man ikke i samme grad som tidligere regne med fremtiden, da den eftertragtede uddannelse kan vise sig at være forældet, når eksamensbeviset er opnået. Virksomheder og organisationer må derfor tilpasse sig et foranderligt marked, mens man som subjekt må anskue sig selv som permanent udviklingspotentialer. Den udbredte diskurs om selvudvikling, personlig udvikling og selvrealisering afspejler således både konkurrencestatens ønske om kompetence, selvledende iværksættere samt forbrugersamfundets behov for individer, der konstant er i bevægelse og udvikling (ibid., p. 257f).

Ifølge Brinkmann er vores tid blevet kaldt ”depressionens æra”, som kan skyldes kravet om at vælge og om at realisere sig selv (2008, p. 94). Han mener, at selvrealisering er blevet en central del af de nuværende, institutionaliserede forventninger, som mennesker møder, da sociale arenaer fra familieliv over uddannelse til arbejdsliv i dag er organiseret i overensstemmelse med en selvfortolkning, der lægger vægt på selvrealisering. ”Kapitalismens nye ånd” der er opstået med den samfundsmæssige transformation fra industri- til forbrugersamfund har manifisteret sig i nye praksisser og institutioner, der i stigende omfang præsenterer sig som ”netværk”. Meget tyder på at deltagelse i flydende og fleksible netværk er utilstrækkeligt til at sikre et sammenhængende livsnarrativ på den ene side og en moralsk baggrund at forstå sig selv igennem på den anden. 68’ernes idéer om frigørelse, der skulle sikre et bedre grundlag for individuel beslutningsevne gennem selvrealisering, er paradoksalt nok blevet transformeret til et konstant behov for at udvikle og forandre sig i overensstemmelse med indre oplevelser. Resultatet er således ikke frihed (ibid., p. 90f). Mange mennesker er ude af stand til at følge med tempoet i den ”sociale acceleration” og kravet om konstant udvikling. Nogle er ikke tilstrækkeligt arbejdsomme i relation til deres eget selv og ”klynger” sig til et sammenhængende livsnarrativ, og mange kommer til at lide af mental udmattelse, hvilket er medvirkende årsag til den hastigt stigende forekomst af depression (ibid., p. 92). Det konstante krav om at realisere sig selv i enhver social situation pålægger mennesker et krav om løbende introspektion, hvilket før eller siden vil give dem en følelse af tomhed. Det øjeblik hvor

man opdager, at indre følelser og oplevelser ikke længere kan være retningsgivende for ens livsbane i et samfund, der kræver autentiske valg baseret på netop indre følelser og oplevelser er ofte det øjeblik, hvor en depression sætter ind. Brinkmann refererer derudover til den førende depressionsforsker Martin Seligman, som mener, vi bør blive opmærksomme på vores relationer til overordnede, meningsgivende moralske horisonter: ”tilknytning til noget, der er større end dig” og vi bør søge ”en sundere balance mellem engagement i os selv og i de fælles værdier” (ibid., p. 93). Unge mennesker har i mange år fået at vide, at de skal vælge uddannelse efter interesse, og ikke efter hvor samfundsøkonomien mangler arbejdskraft. Selvom det har mange positive sider, er problemet, at det kan være vanskeligt at håndtere ansvaret for sine livsvalg, hvis den eneste målestok for om man vælger rigtigt er, om man har *lyst* til at gøre det, man gør. Rene æstetiske kategorier er for fattige til at give mennesker en meningsfuld tilværelse. Det hjælper ikke at kunne vælge mellem tusinde ting, hvis man ikke aner, hvad det er *værd* at vælge, eller hvad man *bør* vælge. Samtidig er problemet, at mennesker i dag ikke har energi, drift og begær nok til at følge med kravene om fleksibilitet, omstillingsparathed og selvudvikling. Man hører ofte folk sige, at de vil ”for meget”, og målestokkene for hvad ”for meget” vil sige har flyttet sig og fortsætter med at flytte sig i et samfund, hvor udvikling og forandring hyldes frem for alt. Det er vanskeligt at ville *for meget* i et accelererende samfund, fordi det er dem, som vil og kan meget, der vinder. Problemet i dag kan derfor kaldes ”energi-problemet”: ”Jeg når aldrig nok!”. Man kan per definition aldrig nå nok, når livsmulighederne opleves som uendelige, og livet trods alt stadig er endeligt (ibid., p. 94f). Det er dog ikke den eneste årsag til depressionsepidemien, da samtidens depressionsdiagnoser ikke kan skelne mellem normal tristhed og depression, hvilket også er en årsag til depressionens udbredelse (patologiseringsforklaringen) (ibid., p. 96). Det skyldes moralske domme om uønsket eller afvigende adfærd, hvor man ser bort fra patientens lidelseshistorie. Ifølge Brinkmann skal disse to forklaringer supplere hinanden i forhold til at forklare depressionens udbredelse (ibid., p. 98).

2.2.2 Analyse

Ifølge Brinkmann konstrueres det menneskelige i det sociale via samfundet og miljøet, og han har således et interpersonelt syn. Det kan blandt andet ses, når han nævner den normative diskurs om det gode liv, som han tillægger stor betydning. Ifølge

Brinkmann fortolker vi os selv gennem denne diskurs, som derved er knyttet til vores identitet og de valg, vi tager. Denne diskurs muliggøres af sproget, som netop bliver til i samspil med andre.

Skal man analysere Brinkmanns teori kan de unges høje forventninger til sig selv ikke kun forklares ved krav om faglighed og arbejde, som O. Pedersen påpeger, men det skyldes også krav om selvudvikling, kreativitet, innovation, værdsættelse og anerkendelse. At det ikke længere kun handler om at være dygtig, men at man også skal have de rigtige holdninger, mål, personegenskaber og identitet må antages at lægge et yderligere pres på de unge. Derudover er alt i dag uberegneligt, man skal tilpasse sig et foranderligt marked og anskue sig selv som permanent udviklingspotentiale. Det er samtidig en af årsagerne til den stigende forekomst af depression, fordi mennesker vil for mange ting på én gang, men ikke har energi, drift og begær nok til at følge med kravene om fleksibilitet, omstillingsparathed og selvudvikling. Kravet om løbende introspektion kan føre til mental udmattelse og give dem en følelse af tomhed. En anden årsag er, at valg ofte baseres på lyst og interesse i stedet for noget som er større end en selv, fx selve værdien i det.

Opsummerende kan man argumentere for at de unges høje forventninger ifølge Brinkmann skyldes noget kulturelt i form af det konstante udviklingskrav på flere livsområder i dag, da det fører til, at de vil flere ting, end de kan klare. En anden årsag er, at deres valg ofte baseres på lyst og interesse i stedet for noget som er større end én selv (fx værdien). Brinkmann giver dog ikke et svar på hvorfor nogle mennesker er mere sårbare over for det kulturelle pres end andre.

2.2.3 Diskussion og kritik

O. Pedersen og Brinkmann beskriver meget af det samme og synes at være enige langt hen ad vejen, fx i forhold til samfundets betydning og at vi i dag lever i en konkurrencestat, men deres udgangspunkter er forskellige. Hvor O. Pedersen er politolog og har et mere samfundsvidenskabeligt, økonomisk og politisk fokus, tilbyder Brinkmann en mere filosofisk, humanistisk og psykologisk vinkel. Fx tilføjer Brinkmann en "blød" del til diskursen om kompetencer og formår på denne måde at få indflettet krav om selvudvikling, selvrealisering, kreativitet, innovation,

anerkendelse og værdsættelse, som O. Pedersen ikke omtaler. Samtidig kommer han til forskel fra O. Pedersen ind på konsekvenserne for individet.

Den store forskel på Brinkmann og O. Pedersen er dog, at Brinkmann til forskel fra O. Pedersen bruger mere immaterielle begreber, da han ikke går i dybden med økonomi, stat og arbejde, som O. Pedersen omvendt fokuserer rigtig meget på – altså den hårde sociologi. I stedet er diskurs et vigtigt begreb for Brinkmann, da psykologien ifølge ham skal defineres som studiet af diskursive praksisser, det vil sige af, hvordan personer handler, tænker og føler i de kollektivt bestemte, meningsfulde aktiviteter, de deltager i, herunder hvordan de fortolker sig selv i disse praksisser (ibid., p. 31). Han nævner fx, at ens uddannelsesvalg bør være baseret på, hvor samfundsøkonomien mangler arbejdskraft, da lyst og interesser er for fattige til at give mennesker en meningsfuld tilværelse. Det er således bedre at vælge efter, hvad der er værd at vælge og gå efter noget, som er større end en selv, det det ellers kan være vanskeligt at håndtere ansvaret for sine livsvalg. På denne måde har han også en moralsk og diskursiv tilgang til arbejdet, da arbejdet må forstås som noget, vi har valgt ud fra den normative diskurs om det gode liv, som kun er muligt gennem sproget og omgivelserne. Det vil O. Pedersen nok omvendt være uenig i, da han ser arbejdet som noget, der er samfundsbestemt og ”kun” handler om at tjene penge uden meget fokus på den frie vilje. Derved kan man argumentere for, at Brinkmann til forskel fra O. Pedersen ikke er materialist og synes at fokusere mere på det mikrosociologiske, dvs. individet og valgfriheden. Man kan samtidig argumentere for, at Brinkmann er moderat socialkonstruktionist, da han mener, mennesket konstrueres gennem det sociale og sproget. Dog udtaler Brinkmann i et interview foretaget af Dyssegaard (2016), at han ikke betegner sig selv som socialkonstruktionist. Som han siger med sine egne ord:

”(...) jeg betegner ikke mig selv som socialkonstruktionist. Jeg plejer at sige, lidt med et glimt i øjet, at jeg er socialkonstruktionist, men kun med hensyn til de ting, der er socialt konstruerede. Og med hensyn til det, der ikke er, jamen der er jeg benhård realist.” (ibid.).

I forhold til de ting som ikke er socialt konstruerede nævner han de etiske eller eksistentielle ståsteder. Der findes en dødelighed, en endelighed, en sårbarhed i den menneskelige tilværelse, som ikke bare er en social konstruktion, og det er ud fra disse at hele etikken kommer. De kan ikke konstrueres væk, uden at man dermed tager det menneskelige væk fra menneskelivet. I samme artikel kritiserer han Ger-

gens socialkonstruktionisme, som ikke mener, man kan lave en sådan distinktion. Ifølge Gergen (1973, p. 309f) er man enten socialkonstruktionist med hensyn til alt, eller også er man ikke, da alt er socialt konstrueret. Der er intet sprog uden relationen, som et individ kan sætte ord på sine følelser, tanker eller intentioner med, og det er netop sproget, som konstituerer vores sociale liv. Tanker og oplevelser kan altså ikke skabe mening eller et sprog, men kun relationen. Brinkmann synes til forskel fra Gergen at mene, at vi har en identitet, når vi er alene, fordi vi har moralske selvfortolkninger, og han fokuserer således mere på individet. Selvom han mener, de moralske værdier kommer gennem relationen, og at de kun giver mening i form af narrativer, eksisterer vores moralske selvfortolkninger ikke kun, når vi er blandt mennesker, men kan også godt være i os selv, når vi er alene.

Man kan argumentere for, at en konsekvens af det manglende fokus på det makrosociologiske er, at samfundsøkonomien hos Brinkmann på en måde bliver til en neutral og entydig størrelse. At vi skal vælge uddannelse og arbejde efter, hvad der er værd at vælge og ud fra den normative diskurs om det gode liv må forudsætte moralske samfund - særligt fordi han mener, at etikken er fastlagt på forhånd. Men han glemmer, at samfundsøkonomien ofte efterspørger det, der er penge i. Fx efterspørger samfundet produktion af biler og plastik. Skal man så også vælge et sådant arbejde, selvom det forurener samfundet? Eller skal man vælge at arbejde som socialrådgiver, selvom man måske er imod reformerne om kontanthjælp, dagpenge osv.? Man kan forestille sig, at nogen hellere vil være arbejdsløs end at arbejde, og Brinkmann ville nok også svare nej, fordi det ikke er moralsk rigtigt. Samfundsøkonomien synes således ikke at være en neutral størrelse, og derfor kan man vel også diskutere, om moralen så er fastlagt på forhånd og derved er noget reelt i stedet for noget socialt konstrueret. Generelt bliver det lidt uklart, hvad der er reelt for Brinkmann, fordi han har et diffust realitetsbegreb.

Ifølge Brinkmann (2008, p. 58f) forsyner et narrativ os med en historie om en intentionel tilstand hos en aktør, og er derfor helt basal for vores erkendelse af menneskelige handlinger. Når vi fortolker, hvorfor aktører handler, som de gør, henviser vi til de grunde, aktørerne måtte have til at handle. Samtidig påpeger han, at menneskets handlinger ikke kan forstås ved at opdele personen i forskellige lag, da det kun er personer der handler og ikke hjernen. Der findes således ingen indre, mentale mekanismer, men kun personer, og hvad disse personer gør (ibid., p. 31). Man kan argumentere for, at hans store fokus på diskursive praksisser gør, at han helt ignorerer

det ved mennesket, som ikke umiddelbart er intentionelt og derfor ikke ligger i fortællingerne - som fx det ubevidste. Han kan kritiseres for ikke at fokusere på indre psykiske strukturer, fortiden eller opdragelse, hvilket gør det svært for ham at forklare, hvorfor nogle mennesker ikke er sårbare over for depression i forhold til andre. Derudover skriver han på den ene side, at en sund identitet skabes i samspil med andre, men samtidig mener han, at individet selv skaber sin identitet. Hvordan dette hænger sammen synes at mangle yderligere præcisering. Som Bertelsen (2000, p. 49f) pointerer, skal det særligt menneskelige forstås gennem tre dimensioner for at kunne give en komplet teoretisk forklaring af et fænomen: den naturhistoriske, den kulturhistoriske og den livshistoriske. I det naturhistoriske perspektiv undersøges hvordan det særligt menneskelige er bundet til, men også har sine muligheder i vores helt fundamentale natur som fysiske og biologiske væsener. Vi kan ikke komme uden om, at den måde, vi er på og oplever verden på, er baseret på de mulighedsbetingelser, der ligger i selve vores biologiske krop (hjernen og generne) og afhænger af evolutionen. Den kulturhistoriske tilgang undersøger hvordan kulturen (fx det sociokulturelle) sætter rammer, men også giver muligheder for udvikling af det særligt menneskelige (ibid., p. 51). Den livshistoriske tilgang beskæftiger sig med det enkelte individs specifikke væren og tilblivelse, som det kommer til at udforme sig i det enkelte individs særlige livshistorie. Det gælder både bagudrettet i forhold til fortiden, men også fremadrettet i forhold til udviklingskræfter og udviklingsmuligheder, der er til rådighed for individet i den fremtidige udvikling af egen personlighed og tilværelse (ibid., p. 52). Ifølge Bertelsen er der intet galt i at lave en metodisk reduktion, hvor man forklarer et fænomen ud fra ét perspektiv, så længe man ikke forveksler erkendelse med ontologi og tror, at denne reduktive videnskabelige model eller diskurs for selvforståelsen dækker over, hvordan selvet *ontologisk* set er stedt i verden. Da foretager man en utilladelig ontologisk reduktion, der ser bort fra alle de andre sider, aspekter af selvet og dets værens- og tilblivelsesdynamik. På denne måde indsnævrer man både sine videnskabelige forklaringer og sin personlige selvindsigt (ibid., p. 200). Man kan argumentere for, at Brinkmann reelt laver en ontologisk reduktion, da psykologien tilsyneladende reduceres til studiet af diskursive praksisser. Tager man udgangspunkt i Bertelsen, burde han i stedet lave nogle metodiske reduktioner, hvor han forklarede psykologien ud fra alle tre perspektiver separat. En anden mulighed er at gøre opmærksom på hvilken metodisk reduktion, man foretager – også selvom denne anti-reduktionisme medfører psykologiens grundlæggende ud-

fordring (det psyko-fysiske problem), da det er vanskeligt at forklare, hvordan de forskellige perspektiver hænger sammen.

Brinkmann ville nok mene, at de høje procenter i forhold til de unges høje forventninger og depression hovedsageligt skyldes overrapportering og noget diskursivt. Til trods for at han har en vigtig pointe, mener jeg stadig, man skal være påpasselig med denne forklaring, da man kan risikere, at problemet ikke bliver taget alvorligt.

Brinkmann er enig med Giddens (jf. afsnit om Giddens) i, at det i dag forventes, at individet selv beslutter hvad vedkommende vil med sit liv, men styrken ved hans teori er, at han til forskel fra Giddens også går i dybden med det samfundsmæssige pres om selvudvikling og fremhæver moralens betydning. Han kommer nok tættest på A. Petersen, som vil blive beskrevet i næste afsnit. Trods forskellig profession går de begge i dybden med det samfundsmæssige pres om selvudvikling. Dog går A. Petersen længere ved at gå i dybden med den medfølgende meningstomhed, og han forsøger samtidig at forklare, hvorfor nogle mennesker er mere sårbare end andre.

2.3 Anders Petersen

2.3.1 Redegørelse

A. Petersen (2016) er lektor i sociologi på Aalborg Universitet og har i mange år forsket i depression som samfundsfænomen. I *Præstationssamfundet* giver han sit bud på, hvad opblomstringen af depressionsepidemien skyldes. Bogen er hovedsageligt teoretisk funderet, hvor han er inspireret af kritisk sociologi, der sætter fokus på forholdet mellem nutidens livsbegivenheder og udbredelsen af depression. Dog støttes hans væsentligste pointer også af empiriske undersøgelser – dels hans egne, dels internationale forskningslitteratur (ibid., p. 13, 15f). Han forholder sig til sociologisk samtidsdiagnose ved at supplere blandt andet O. Pedersens og Brinkmanns perspektiver. Hans argument er, at konkurrencestaten skal forstås som bagtæppe for præstationssamfundet, og at det dermed udgør det fundament, som præstationssamfundet hviler på (ibid., p. 55). Konkurrencestatens logik kan ifølge A. Petersen ikke stå alene, hvis vi skal foretage en dækkende beskrivelse af karakteren af det samfund, vi lever i. Det gælder især beskrivelsen af det individideal som nutiden efterspørger, da han ikke mener, at O. Pedersens opportunistiske individ er dækkende, hvorfor han

supplerer det med en beskrivelse af præstationssamfundets individideal, som han kalder for præstationsindividet (ibid., p. 49, 60). Samtidig accepterer han ikke (som O. Pedersen) konkurrencestaten som noget, der er ”kommet for at blive”, og at vi derfor bare må håndtere dets negative konsekvenser og organisere os ud af det værste. En sociologisk grundsætning er, at samfundet altid kan være anderledes, og det kan det, fordi det er mennesker, som skaber samfundet, ikke naturlove (ibid., p. 55). Endvidere mener han, at Brinkmanns oplevelse af ”ikke at kunne følge med” er helt central, men kan ikke stå alene. Han supplerer med et andet perspektiv, der retter fokus mod en tiltagende meningstomhed, som sniger sig ind på nutiden. Tomhed i forhold til den nuværende samfundskonstellations krav og præstationspres (ibid., p. 48).

Ifølge A. Petersen har 15-20% af den danske befolkning haft en depression ind på livet (eller vil få det på et tidspunkt), hvilket derfor ikke er underligt, at begrebet folkesygdom bliver anvendt om depression (ibid., p. 20). Han mener ikke, at patologiseringsforklaringen kan stå alene i forhold til at forklare udbredelsen af depression, men den må også ses i lyset af vore dages sociale, politiske, økonomiske og kulturelle livsomstændigheder, som individer skal forholde sig til og manøvre i (ibid., p. 47f). Depression kan ikke individualiseres, men symptomgalleriet udvikler sig i samspil med samfundet (ibid., p. 27), der i dag kræver, at individet gør brug af en særlig form for selvrealisering, som gør det sårbart over for depression (epidemiforklaringen) (ibid., p. 43). Patologiserings- og epidemiforklaringen påvirker og forstærker hinanden gensidigt (ibid., p. 53).

Præstationssamfundet er vævet af præstationskulturen, hvor sport spiller en stor rolle. En kultur som understøtter hyldesten og fejringen af store bedrifter og sejre, som kræver hårdt arbejde (ibid., p. 60). Dette fokus på præstation har med tiden løftet sig ud af sportens verden og bevæget sig ud i individets hverdagsliv (ibid., p. 62). Den individuelle præstation er det eneste, der kan muliggøre, at man kan udforske sine livsmuligheder og blive sin egen herre. I præstationssamfundet kan alting potentielt lade sig gøre, så længe man præsterer lidt ekstra. Præstationen og det at lykkes med sine præstationer ophøjes og hyldes som det mest positive, der eksisterer i samtiden, snarere end det præstationen omhandler. Så længe man er dygtig, er man beundrings- og anerkendelsesværdige, da det betyder, man arbejder hårdt og målrettet (ibid., p. 67). Hvad enten man er håndværker, lønarbejder, virksomhedschef eller arbejdsløs, bør man udvikle sine egne personlige kompetencer og have sit eget per-

sonlige livsprojekt. Forventningspresset kan ikke reduceres til arbejdet eller skolen, men det gennemsyrrer og går på tværs af de fleste livssituationer, fx fritid, parforhold og sociale sammenhænge. Individet må vedvarende præstere noget, der udmærker det i forhold til andre, personliggøre sine handlinger og opfinde sig selv. Ansvar et hviler på egne skuldre og lever man ikke op til forventningerne og opfordringerne, kan man forvente sanktioner i form af udelukkelse fra mulighederne for at udvikle sig. Dermed er vi gået tilbage til disciplinærsamfundets lydighedsindivid blot med en anden tvangsform: påbuddet om at udvikle sig og realisere sig selv (ibid., p. 68f, 110). Det der understøtter og driver selvdisciplineringen er det normative ideal om vedvarende selvrealisering og konstant udvikling. Individet skal undgå at blive en taber. Det dækker over fordringer om præstation, fleksibilitet, mobilitet, initiativrigdom, motivation, tilpasningsdygtighed, omstillingsparathed osv., som er forudsætningen for at gøre sig attraktiv på et evigt omskifteligt arbejdsmarked (ibid., p. 70f). Samtidig præsenteres alle disse krav med positive vendinger, således at individet ikke kan have nogen seriøse indvendinger imod den, for hvem har noget imod at agere guide i sit eget liv? Hvem kan have noget imod støtte autonomi og selvrealisering? (ibid., p. 109f). Arbejdsbegrebet i præstationssamfundet har således udvidet sig fra konkurrencestatens arbejdsbegreb, da det ikke ”kun” handler om at arbejde og tjene penge, men også kræver personligt engagement og personlig involvering (ibid., p. 78).

Præstationssamfundet er ligeledes et netværkssamfund, da en overvejende del af præstationer ydes i sociale sammenhænge. Præstationsindividet skal således også være i stand til at indgå i forskellige netværk og sociale sammenhænge udenfor arbejdet, fx i relation til forskellige forenings- og interessenetværk, madklubber og idrætsforeninger. Sidst men ikke mindst er præstationssamfundet også et accelerationssamfund, hvor individet må optimere og maksimere tiden, så de kan udnytte den til at nå så meget som muligt. Det gælder også på uddannelsesområdet, hvor man skal være færdig hurtigst muligt (ibid., p. 71f, 99). Opsummerende skal individet således være aktiv, opsøge netværk og maksimere sin tid, da man ellers ikke er attraktiv for arbejdsmarkedet eller for det sociale liv som sådan. På den måde kan man sige at individet agerer ud fra konkurrencen, da det pålægges at internalisere en særlig vindermentalitet, men præstation er det afgørende princip for konkurrencen (ibid., p. 73, 75, 86).

Præstationssamfundet er ubestemt, da der ikke længere findes nogen endemål – de er blevet erstattet af potentialer. Vinderne – om det så er på arbejdsmarkedet om de bedste job (via det bedste CV) eller på Facebook om de fleste likes og venner – opnår den største sociale status og den højeste form for anerkendelse (ibid., p. 85). Der lægges et voldsomt pres på præstationsindividets eget ansvar for at håndtere ubestemtheden ved at gøre sig konkurrencedygtig og arbejdsklar, som kræver vedvarende motivation. I realiteten indebærer dette, at man skal være permanent kritisk over for sig selv. Samfundskritik er blevet erstattet af selvkritik, som er drivkraften, for hvis nogen skal kritiseres for noget, peger pilen indad (ibid., p. 87, 90f). Samtidig er der en permanent usikkerhed i forhold til de valg, man tager og uvished i forhold til, om man kan bibeholde sit arbejde, da man hele tiden skal opkvalificere sine kompetencer og efteruddanne sig. Individet må dog selv forsøge at opstille et værn mod den usikkerhed og de risici, der truer, hvilket er vanskeligt, da der ikke foreligger en manual eller guide, men blot en forventning om at man tør at kaste sig ud i det uvisse. Det kræver, at individet udviser resiliens (også kaldt robusthed), hvilket dækker over et individs personlige evne til at ”overvinde” svære livsbetingelser (ibid., p. 76, 81f, 94). Man kan kun blive robust og modstandsdygtig, hvis man lever ”farligt”, kaster sig ud i det uvisse og tilpasser sig trusler og farer (ibid., p. 98). Det at individet både skal kaste sig ud i udviklingen og samtidig have sin egen redningskrans på, hvis noget skulle gå galt, danner et vedvarende tryk, som udgør en kronisk belastning, da man ikke kan undslippe præstationskravene. Dette medfører fravær af kontrol, hvilket er stressinitierende. Stressfaktorer kan defineres som tilstande, hvor trusler, krav eller strukturel indskrænkning sætter individet under pres. Disse stressreaktioner viser sig som sårbarhed i form af meningstomhed, utilstrækkelighed, underskud og handlingslammelse. Meningstomheden skyldes det overdrevne fokus på individuelle og selvcentrerede præstationer i stedet for noget, som er større end en selv (fx kollektive og vi-fokuserede livsførelser). Utilstrækkelighedsfølelsen bunder dels i, at man ikke kan leve op til egne forventninger om, hvem man gerne vil være, dels i en manglende evne til at honorere de krav som samfundet stiller. Således er depressionens aktualitet i Danmark muliggjort af de samfundsmæssige forventninger, som kan tære for meget på individets mentale bæreevne, da byrden bliver for tung (ibid., p. 18, 104f, 109f, 113, 116, 126, 134). Måske er angsten for at blive en fiasko/taber med til at bane vejen herfor, fordi det kan få individet til at yde over evne og acceptere mere eller mindre permanent overbelastning som grundvilkår (ibid., p. 115).

Stresstilstanden udvikler sig til en psykisk sygdom, hvis håndtering (coping) og sociale støtte mangler. Mens håndtering referer til de individuelle adfærdsstrategier i forhold til at håndtere stress, henviser den sociale støtte til den tydelighed eller sikkerhed, hvormed individet oplever at være elsket, værdsat og i stand til at stole på andre, hvis behovet herfor skulle opstå. Det gælder ikke kun i forhold til primærrelationer, men også venner, kolleger, naboer, bekendte osv. Betingelsen for støtte kobles således til individets socialiseringsgrad, hvilket er bestemmende for relationen mellem stress og manifestationen af psykisk sygdom (ibid., p. 107f). Samtidig skriver A. Petersen dog, at denne relation afhænger af, hvorvidt man kan smidiggøre sit indre eller ej (ibid., p. 126). Det indre er en meget diffus størrelse, som er vanskelig at få et godt og solidt greb om. Den er en fiktion, men dog ikke en ubetydelig fiktion for den er også en sandhed, fordi vi tror på den (ibid., p. 88). Det dækker overordnet over en persons "ånd", bevidsthed eller det mentale, men samtidig kan det ikke reduceres til hverken hjernen eller følelserne (ibid., p. 87f). Det er noget plastisk og fleksibelt, som kan bearbejdes og modelleres, og der er tre grupper af teknikker som individet bruger for at smidiggøre det indre: fitness-bølgen, coaching og mindfulness-bølgen. Samtidig anvendes psykofarmaka for at præstere bedre (ibid., p. 89, 92).

Opsummerende er A. Petersens vigtigste pointe, at depressionens aktualitet skal forstås i samspil med præstationssamfundet.

2.3.2 Analyse

Ud fra A. Petersens samtidsdiagnose kan de unges høje forventninger forstås ved det stigende pres fra præstationssamfundet, som vi i dag lever i. Det må antages at sætte et pres på de unge, at det forventes, at de arbejder hårdt og konstant udvikler sig inden for alle livsområder - både arbejde, skole, fritid, parforhold og sociale sammenhænge. Samtidig forventes det, at man er aktiv, selvkritisk, robust, fleksibel, initiativrig, tilpasningsdygtig, konkurrencedygtig, omstillingsparat, effektiv, og at man opsøger netværk og maksimerer sin tid, da man ellers ikke er attraktiv for arbejdsmarkedet eller for det sociale liv. Det kan være med til at forklare, hvorfor så mange ønsker at præstere og være perfekte på mange områder, da de ikke ønsker at være tabere i et samfund, som hylder de bedste. Kun på denne måde er de beundrings- og anerkendelsesværdig og kan opnå social og samfundsmæssig succes. Det gør det ikke bedre,

at ansvaret hviler på egne skuldre, og at der medfølger sanktioner, hvis man ikke efterlever kravene.

I forhold til hvorfor nogle mennesker er mere sårbare over for det samfundsmæssige pres end andre, starter A. Petersen med at sige, at det bestemmende for relationen mellem stress og manifestationen af psykisk sygdom er håndtering (coping) og sociale støtte. Senere skriver han dog, at denne relation afhænger af, hvorvidt man kan smidiggøre sit indre eller ej (ibid., p. 126). For mig at se fremstår der her lidt uklarhed, som vil blive behandlet i diskussionen.

Opsummerende må de unges høje forventninger ifølge A. Petersen skyldes noget kulturelt i form af præstationssamfundets værdier om at præstere, uanset hvad præstationen handler om. Set på med de øjne giver det mening, at der er flere, som gerne vil have gode karakterer, have et godt job, et godt familieliv, en flot krop, være en god ven, en god hustru/mand og en god mor/far. Det afgørende for hvorfor nogle er mere sårbare over for det kulturelle pres end andre, skal dels findes i hans forklaring om coping og sociale støtte, dels i teorien om smidiggørelsen af det indre.

2.3.3 Diskussion og kritik

A. Petersen er på mange måder enig med O. Pedersens samfundsanalyse om konkurrencestaten, men han mener ikke, at den er tilstrækkelig. Det betyder ikke, at konkurrencestaten ikke eksisterer mere, men den skal suppleres med præstationssamfundet. Samtidig fokuserer han til forskel fra O. Pedersen også på konsekvensen for individet, og hans perspektiv er mere mikrosociologisk, da han som O. Pedersen ikke accepterer konkurrencestaten, som noget der er ”kommet for at blive”. I stedet pointerer han, at samfundet altid kan være anderledes, fordi det er mennesker, som skaber samfundet - ikke naturlove (ibid., p. 55).

A. Petersens samfundsanalyse kan være med til at forklare, hvorfor flere i dag lider af en depression eller forventer mere af sig selv, men svagheden er, at han ikke går i dybden med, hvad der adskiller den kliniske gruppe med høje forventninger fra den ikke-kliniske gruppe med høje forventninger. Det er nok også for meget at forlange af ham, da han ikke er psykolog, men alligevel synes det vigtigt at påpege, da det nemt kan komme til at lyde som om, at alle mennesker i dag kan få en depression, hvilket efter min mening vidner om mangel på psykologisk indsigt. Hans per-

spektiv står i tydelig kontrast til Giddens' teori (som vil blive præsenteret efter dette diskussionsafsnit), da han omvendt Giddens er overvejende negativ og pessimistisk i forhold til fremtiden, og hvad individet kan holde til. Styrken er, at han fokuserer på det, Giddens ser bort fra – nemlig det negative udfald, men svagheden er, at han glemmer de mennesker, som klarer sig fint, ikke forventer for meget af sig selv og ikke får en depression. Det ses også, når han pointerer, at vi er gået tilbage til disciplinærindividets lydighedsindivid. Selvom det gør sig gældende for mange unge, særligt dem med for høje forventninger, mener jeg, man bør være påpasselig med at generalisere, da det ikke er alle, som er lydige over for kravene og presset eller har for høje forventninger til sig selv. Der er folk, som har det fint med at præstere det, de kan. Selv hvis alle på et eller andet plan har høje forventninger til sig selv, så er det ikke alle, der får en depression.

Det tætteste han kommer på at forklare, hvorfor nogle er mere sårbare for at få en depression end andre er når han nævner håndtering (coping) og social støtte som de afgørende faktorer for, om stresstilstanden udvikler sig til psykisk sygdom (ibid., p. 107). Senere skriver han dog, at smidiggørelsen af det indre er det råstof, vi trækker på både i forhold til at præstere, men også det som skal beskytte os og gøre os resiliente i forhold til udviklingens negative konsekvenser. Det indre bliver hermed en helt central markør for, hvordan forholdet mellem det normale og det patologiske folder sig ud (ibid., p. 126). På denne måde bliver det lidt uklart, hvad det afgørende for sårbarheden er. Er det coping og social støtte, eller er det smidiggørelsen af det indre? Eller er det alle tre faktorer på samme tid? Da han fokuserer så meget på det, der sker i samfundet, og det vi har til fælles, får han ikke uddybet hvad, der adskiller individer fra hinanden. Derudover kan man stille spørgsmålstejn ved, om disse forklaringer er fyldestgørende nok i forhold til at forklare robusthed. Spørger man Jørgensen, som vil blive præsenteret senere i specialet under udviklingspsykologi, vil han nok være uenig, da robusthed for ham afhænger af opdragelsen.

Brinkmann og A. Petersen synes begge at være enige i, at der i dag er et enormt samfundsmæssigt pres, men tager man dog kort udgangspunkt i Maslows selvrealiseringsteori, ville han nok ikke fokusere på det ydre pres, men i stedet påstå at de unges høje forventninger skyldes den indre motivation. Ifølge Maslow stræber mennesket af natur efter selvrealisering og mening i livet. Dette kan dog først ske, når de basale behov (1) mad, søvn, sex og ilt er dækket samt (2) sikkerhed, (3) kærlighed og (4) påskønnelse og anerkendelse er opnået (Ewen, 2003, p. 203). At nogle er mere sårba-

re over for at få en depression må ifølge Maslow således forstås som, at nogle af disse behov ikke har været opfyldt. Hans teori er et relevant modspil, da han får påpeget menneskets egen motivation til at udvikle sine indre potentialer.

2.4 Anthony Giddens

2.4.1 Redegørelse

Fra tidligere arbejde (Aydin, unpub) vil der kort blive redegjort for Giddens' teori.

Sociologen Anthony Giddens forsøger med sin strukturationsteori at overskride en række af den klassiske sociologis grundlagsproblemer – særligt den klassiske dualisme mellem mikro og makro, aktør og struktur og individ og samfund, da han mener, det er en forudsætning for at kunne forklare det moderne samfunds særlige karakter (Andersen & Kaspersen, 2007, p. 425). Kort fortalt omhandler teorien det kontinuerlige samspil mellem person og omgivelser, som karakteriserer det princip, han kalder strukturation. Samfundet ansues som en strukturationsproces, hvor menneskets handlinger på samme tid strukturerer og er struktureret af samfundet. På denne måde betragtes den traditionelle aktør-struktur-dualisme som en dualitet, hvilket betyder, at systemet ikke længere determinerer individernes handlinger eller omvendt (Rønn, 2006, p. 224f; Brügger & Vigsø, 2002, p. 84f). Giddens (1994a, p. 21) gør op med den fremtrædende opfattelse, at sociologi udvikler viden på samme måde som naturvidenskaberne, da man ikke kan kontrollere sociale institutioner, og er ifølge Kaspersen (1995, p. 177f) i stedet forankret i en hermeneutisk videnskabsfilosofi, da han mener, mennesker er unikke og kun kan forstås ved at fortolke den specifikke kontekst - ikke ud fra almene lovmæssigheder.

Ifølge Giddens (1996, p. 27) er et af de forhold, der tydeligst adskiller den moderne epoke fra den periode, som gik forud, modernitetens ekstreme dynamik. Et kolossalt antal af begreber har været anvendt til at beskrive denne overgang, og kun ganske få af dem refererer positivt til fremvæksten af et nyt socialt system (som fx ”informationssamfundet” eller ”forbrugersamfundet”) (Giddens, 1994a, p. 9f). Denne dynamik skyldes tre aspekter: Adskillelse af tid og rum (ibid., 1996, p. 28), udlejring af sociale relationer (ibid., p. 29) samt den øgede refleksivitet (ibid., p. 32). Kort fortalt betyder det, at man ikke længere behøver at være i samme rum på samme tid eller at mødes for at handle med hinanden. Dette skaber en form for tillid, som er

konteksten for den gennemgribende refleksivitet, der refererer til den evige undren, revurdering og stillingstagen, som i dag finder sted på grund af konstant ny information eller viden.

Samtidig medfører overgangen fra det traditionelle til det moderne samfund, at vi ikke længere udelukkende handler på baggrund af traditioner eller moralske forskrifter. Tidligere indgik det ikke i ens overvejelser, at man fx kunne blive andet end bonde, hvis man blev født ind i en bondestand, og identiteten var således givet på forhånd. I dag er den enkelte derimod selv ansvarlig for at skabe en identitet, hvilket giver større handlefrihed. Det sker gennem de beslutninger, vi hver dag tager i forhold til blandt andet madvaner, tøj, valg af uddannelse og erhverv. Ifølge Giddens er identiteten vores evne til at holde en særlig fortælling i gang og forudsætter kontinuitet på tværs af tid og rum, mens selvidentiteten inkluderer et kognitive element, da det er vores refleksive forståelse af selvbiografien (ibid., p. 26, 46f, 68, 70).

Valget mellem forskellige alternativer er altid et ”hvad nu”-spørgsmål – et spørgsmål om at vælge mellem ”mulige verdener”, og overvejelsen af hypotetiske muligheder er en iboende del af refleksiviteten i kontekster, hvor risiko-vurdering og –evaluering finder sted (ibid., p. 42). At overtage styringen af sit liv er ifølge Giddens forbundet med risiko, fordi det indebærer, at man konfronterer en mangfoldighed af åbne muligheder og skal tage skæbnesvangre beslutninger. Disse skæbnesvangre øjeblikke er de situationer, hvor det kræves af individet, at vedkommende tager beslutninger, som er særligt væsentlige for vedkommendes forventninger eller mere generelt for vedkommendes fremtidige liv. Disse beslutninger indebærer bevidstheden om, at en truffet beslutning eller et specifikt valgt handlingsforløb har en irreversibel karakter, eller at det vil være vanskeligt derefter at vende tilbage til gamle handlemåder. Det kan fx være i forhold til ægteskab eller uddannelse. Det der normalt gør risikomiljøet vanskeligt at konfrontere, er omfanget af den efterfølgende straf, hvis tingene går galt for én, hvilket man selv står til ansvar for (ibid., p. 91, 135f, 137). Derudover bliver kriser under moderniteten en mere eller mindre fast bestanddel på såvel individuelt som kollektivt niveau. Ordet ”krise” indebærer en større omvæltning eller trussel om en omvæltning i en gældende tilstand, som eksisterer, når handlinger forbundet med vigtige mål i et individs eller kollektivs tilværelse pludselig forekommer utilstrækkelige. Kriser bliver i denne forstand en ”normal” del af livet (ibid., p. 215).

Individet i høj-moderniteten oplever derfor, at store områder gennemsyres af stor uro. Den radikale tvivl trænger ind i de fleste aspekter af hverdagslivet, i hvert fald som baggrundsfænomen (ibid., p. 212). Samtidig påstår Giddens, at bevidstheden om høj-konsekvens risici sandsynligvis er kilde til ukonkret angst for de fleste mennesker (ibid., p. 214). En anden trussel for individer i det moderne samfund er personlig meningsløshed og eksistentiel angst på grund af den usikkerhed, som følger af de mange muligheder og risici (ibid., 1996, p. 90).

Det eneste som kan forhindre dette er den ontologiske sikkerhed, som udvikles hos spædbarnet, hvis der eksisterer positive og forudsigelige rutiner i forhold til moderen. Det giver en fornemmelse for personers og tings pålidelighed og kan sidestilles med det, Erikson kalder fundamental tillid. Når valgmuligheder og usikkerhed er til stede, er tilliden til en person eller et system afgørende for det valg, der må foretages. Hvis ikke den ontologiske sikkerhed udvikles, kan man ikke have en velfungerende identitet (ibid., 1994a, p. 196, 52, 58, 69; Andersen & Kaspersen, 2007, p. 435f).

2.4.2 Analyse

For at kunne analysere og forstå Giddens er det først og fremmest vigtigt at forstå hans syn på, hvordan samfundet har ændret sig. Ifølge Giddens var vores identitet i det traditionelle samfund givet på forhånd, fordi man ofte blev hvad ens forældre blev. Man skulle ikke reflektere eller tage stilling til sin identitet på samme måde, som vi skal i dag i det moderne samfund. Der er ikke længere nogen, som ”giver” eller ”forærer” os en identitet eller fortæller os, hvordan vi skal leve. Vi skal derimod selv skabe og definere den, hvilket forudsætter, at vi træffer beslutninger.

I takt med at vi som mennesker i det moderne samfund selv skal bestemme, hvad vi vil med vores liv, og hvordan vi skal leve, er det tydeligt, at der bliver stillet flere krav end før i tiden, da vi selv har ansvar for vores identitet. Det at samfundet forventer mere af os, kan måske give anledning til, at flere gerne vil være den bedst mulige version af sig selv, men det skyldes nok mest, at de valg, vi tager, er forbundet med risiko og kan være skæbnesvangre. Hvis man fx ikke kæmper for at få høje karakterer, kan man måske ikke komme ind på drømmeuddannelsen. Man står selv til ansvar for den efterfølgende straf, hvis tingene går galt for én, hvilket måske kan

være en årsag til at flere forventer mere af sig selv. Samtidig kan man argumentere for, at det fører til en af de såkaldte kriser, som Giddens mener generelt præger det moderne samfund og er en ”normal” del af livet. En krise eksisterer, når handlinger forbundet med vigtige mål i tilværelsen pludselig forekommer utilstrækkelige, hvilket synes at være det, de unge oplever, når de forventer for meget af sig selv.

Nogenlunde samme holdning kommer ifølge Giese (2017) til udtryk hos psykologen Krista Korsholm Bøjesen, da hun pointerer, at flere i dag er perfektionistiske, fordi kirken ikke længere er et sted, der opstiller moralske regler, hvor man kan bede om tilgivelse og gå hen med sin skam. Vi kan ikke bære over med det uperfekte, og samtidig har vi privatiseret vores værdier, da kirken ikke længere fortæller os, hvad der er rigtigt og forkert. Vi skal selv finde på de værdier, som vi personligt identificerer os med, og når vi ikke kan leve op til dem, skammer vi os mere, fordi det rammer hårdere, når det er vores *egne*. Samtidig skal vi leve med konsekvenserne af vores valg. Før stod kvinderne for det hjemlige og mænd for at tjene penge, men nu er der mange områder at præstere på, og vi skal helst det hele - nærvær, karriere, sundhed, bolig, madlavning, familie osv. Jo flere roller og jo flere opgaver vi skal løse, jo flere områder af tilværelsen vil være i konflikt med hinanden, hvilket gør, at vi skammer os mere over kroppen, parforholdet, børnene, underskuddet i hverdagen, rodet i sindet, og at vi ikke kan leve op til egne idealer. Skam er, når der er forskel på det ideal, vi har for os selv og vores reelle selv. Hvem vi vil være, og hvem vi er. Denne konflikt kan give angst for, at ingen vil være sammen med os, fordi det er menneskets dybeste frygt at blive valgt fra – især i ungdomsårene, men også som voksne. Hun pointerer, at problemet er, at alt for få mennesker overvejer, hvad der er vigtigst for dem i livet og vælger det. Det bliver ofte flere ting på én gang, som fx ’jeg vil gerne være sund’, og ’jeg vil være en god far’, men man er nødt til at prioritere, om man vil løbe maraton eller være meget sammen med sine børn, da vi knækker i forsøget på at gøre det hele. Derudover påpeger hun, at perfektionisme i større grad er en vestlig ting, da folk i Sydeuropa ofte er mere skamløse, hvilket kan hænge sammen med den stærke katolske kirke og traditionen for at skrifte, hvor man får at vide, hvilken bod der skal udføres for at få betalt skylden væk. Skam er dog ikke det samme som skyld. Skyld handler om hændelsen, mens skam handler om væren. Man kan fx føle skyld over at råbe af sit barn, men efterfølgende kan man komme videre, fordi man måske var presset, eller fordi det kan ske for enhver. Skam er derimod, hvis man tolker hændelsen som noget, der siger noget om ens person og karakter, fx at man

er en, der råber af sit barn. Hvis det strider mod ens kerneværdier). Man skammer sig altså, når 'jeg er forkert' i modsætning til 'jeg har gjort noget forkert'. Skyld er at skyldes noget i banken, som man godt kan betale tilbage. Skam er følelsen af at ville forsvinde eller rykke i skammekrogen, som ikke kan betales tilbage. Nogenlunde samme skel bliver gjort af Giddens. Som han siger med sine egne ord:

"Skyldfølelse er angst skabt af frygten for overtrædelse – det vil sige situationer, hvor individets tanker eller handlinger ikke stemmer overens med forventninger af normativ art (...), men når det drejer sig om selvidentitetens problemer, er det langt mindre diskuterede begreb skamfølelse vigtigere. Skyld drejer sig om ting, der er gjort eller ikke gjort. Skamfølelsen er direkte forbundet med selvidentiteten, eftersom den grundlæggende er en angst for, hvorvidt den fortælling, hvorved individet opretholder en sammenhængende biografi, er tilstrækkelig (Giddens, 1996, p. 82).

Samtidig pointerer han, at skamfølelse bør forstås i relation til selvets integritet, hvorimod skyldfølelse udspringer af en følelse af at have gjort noget forkert. Jeg mener dog, at dette skel mellem skyld og skam kan diskuteres, da man vel også godt kan skamme sig over at spise et stykke kage? Giddens og Bøjesen ville muligvis argumentere ved at sige, at det man så egentlig skammer sig over er den person, man er, når man spiser et stykke kage, fordi den person man ser sig selv være, og det ideal man har for sig selv ikke stemmer overens med det, man gør. Dog pointerer Giddens, at skamfølelsen begynder som tidlig skyldfølelse, da den stimuleres af oplevelser, hvor følelser af utilstrækkelighed eller ydmyghed fremkaldes (ibid.), så derved kan skam vel også komme af noget, man har gjort. Det der så gør, at skyldfølelsen bliver til en skamfølelse, kan være følelsen af "jeg er forkert" i modsætning til "jeg har gjort noget forkert", som Bøjesen påpeger. Det går dybere, fordi det handler om den person, man er. Slår man begreberne op i A Dictionary of Psychology (Colman, 2008), bekræftes det også, at skyld har mere med adfærd at gøre, hvor skam går dybere ved samtidig at være knyttet til en smertefuld følelse af ydmygelse eller ubehag:

Guilt: the fact of having committed a specific or implied offence or crime.

Shame: a painful feeling of humiliation or distress caused by the consciousness of wrong or foolish behavior.

Man kan samtidig argumentere for, at mennesker med alt for høje forventninger til sig selv oplever kognitiv dissonans. Dissonansteorien omhandler ifølge Festinger & Aronson (1960, p. 125f) psykologiske processer, som foregår inde i individet. Kognitiv dissonans er det mentale ubehag, som opleves, når man har indbyrdes modstridende kognitioner (tanker) eller holdninger, som er i konflikt med hinanden, som fx når man tvinges til at vælge mellem to lige gode eller dårlige alternativer, eller når man handler på en måde, som strider imod ens værdier. Den eneste måde at komme af med dette ubehag på er ved at forsøge at få dem til at passe bedre sammen (dissonans reduktion) ved at ændre på en af de modstridende kognitioner. Man overbeviser således sig selv om, at det man ikke valgte var dårligere, eller det som man besluttede sig for trods alt var bedre. For eksempel kan en person, som mener det er dårligt at ryge få dårlig samvittighed, hvis han/hun begynder at ryge, men kan retfærdiggøre dette for sig selv ved at ændre holdning til rygning. Man stræber således efter en slags 'kognitiv balance', hvor man forsøger at få de modstridende værdier til at passe bedre sammen for at undgå at føle *kognitiv dissonans*. Man kan dog argumentere for, at mennesker med høje forventninger har svært ved dette.

For at opsummere kan de unges høje forventninger ifølge Giddens' teori således forstås som noget kulturelt, dels fordi der i dag er en forventning om, at vi selv bestemmer, hvad vi vil med vores liv, hvilket måske kan føre til, at flere gerne vil være den bedst mulige version af sig selv, dels fordi man selv står til ansvar for den efterfølgende straf, hvis man fx ikke får høje karakterer og kommer ind på drømmeuddannelsen. Årsagen til hvorfor nogle er mere sårbare over for det kulturelle pres end andre, må skyldes, at de ikke har fået den ontologiske sikkerhed, selvom han dog ikke går i dybden med dette.

2.4.3 Diskussion og kritik

Som jeg har diskuteret andetsteds (Aydin, unpub.), synes der at forekomme en selvmodsigelse i Giddens' teori, når han på den ene side siger, at mennesker i dag skal forme sin identitet ved at foretage valg, men på den anden side hævder at den ontologiske sikkerhed er afgørende for de valg, der må foretages og derfor også er en del af menneskets identitet. Man kan stille spørgsmålstegn ved, hvor frit individet i virkeligheden er til at vælge sin egen livsstil og identitet, når den ontologiske sikkerhed

er determineret. Til trods for at han bl.a. bruger Erikson til at forklare den ontologiske sikkerhed, bliver det ikke til hans fordel, da han modsat Erikson stort set kun fokuserer på det gunstige og positive udfald og ikke går i dybden med de mennesker, som ikke har fået udviklet en ontologisk sikkerhed. Herved kommer det til at virke som om, at han forudsætter, at den ontologiske sikkerhed "bare" kommer automatisk, eller "bare" er der. Hvis vi var så frit stillede, så skulle vi vel netop kunne være og gøre lige præcis det, vi ønskede, men det er svært nok i sig selv at kunne klare det hele og endnu sværere for folk, som ikke har fået udviklet en ontologisk sikkerhed. Mange går under fordi de gerne vil præstere og være perfekt på alle livsområder, men Giddens får det til at lyde som om, man kan klare det hele. Under min praktik erfarede jeg, at to klienter oplevede stor frustration over at forvente for meget af sig selv. Som en af dem sagde: *"Jeg ville ønske, jeg bare kunne sige til mig selv, at det jeg gør er godt nok"*. Ud fra Giddens' teori ville dette nærmest være en beslutning eller en livsstil, som klienten selv har valgt at leve efter, fordi han ikke får pointeret, at disse mennesker ikke kan vælge at leve efter hvilken som helst livsstil. Vi skaber således ikke vores egne narrativer alene, men andre har også indflydelse på dem. Som nævnt tidligere er hans teori markant anderledes fra A. Petersens', som havde et langt mere pessimistisk og negativt syn i forhold til, hvad individet kan klare og holde til.

Samtidig beskæftiger Giddens sig stort set kun med privilegerede individer, og hans teori kan måske derfor kritiseres lidt for at være de privilegeredes psykologi. Han kommer til at modsige sig selv, når han på den ene side siger at fattige ikke har mulighed for at vælge en anderledes livsstil (Giddens, 1996, p. 105), men senere skriver at de altid kender til faktorer, der kan ændre deres stilling generelt, hvilket vil påvirke deres handlinger (ibid., p. 106). Dette skyldes, at han i for høj grad vægter individet og giver for meget plads til handlemulighederne på bekostning af den handlingsbegrænsende del – de strukturelle rammer. Han forsøger at forklare det med, at "livsstil" ikke kun referer til de privilegerede grupper, men også referer til beslutninger, der træffes under omstændigheder med store materielle begrænsninger i form af en bevidst afvisning af udbredte adfærds- og forbrugsformer og udformning af en særlig kulturel stil og handlemåde (ibid., p. 15, 106). For mig lyder dette dog ikke som et valg, men som et valg der bliver truffet som følge af, at der ikke er andet valg. Samtidig kan man argumentere for, at han ser helt forbi den sociale arv, da socio-

økonomiske kendsgerninger ifølge Dall (2014) viser, at unge med ufaglærte forældre er blevet dårligere til at bryde den sociale arv. Andelen af unge med ufaglærte forældre, der har fuldført en ungdomsuddannelse, er faldet med omkring fem procent siden 2001, hvilket dels kan skyldes, at der er færre familier med ufaglærte forældre, dels at unge fra ufaglærte familier ofte har andre problemer end de boglige, som fx sociale udfordringer. Valget synes derfor ikke at være så frit, som Giddens påstår.

Der er også andre steder, hvor Giddens modsiger sig selv. Fx starter han med at sige at: *"Den radikale tvivl trænger ind i de fleste aspekter af hverdagslivet, i hvert fald som baggrundsfænomen"* (Giddens, 1994a, p. 212), men senere skriver han: *"Naturligvis opleves hverdagslivet ikke altid som værende i konstant "tvivl"* (ibid., p. 228).

Derudover kan han kritiseres for at tillægge banale hverdagsbeslutninger større betydning, end de i virkeligheden har i forhold til identitetsdannelsen (fx tøjvalg og madvaner), hvor jeg i mit bachelorprojekt (Aydin, unpub.) nævnte en række andre teoretikere som modspil. Der vil ikke blive gået i dybden med dem her, da specialets fokus ikke er identitet, men følgende er hovedkonklusionerne:

Jeg diskuterede, at Giddens' fokus på de lidt overfladiske valg kan kamme over i materialisme og selvcentrering, da støvler har en tendens til at blive reduceret til et identitetsudstyr, som har noget mig at gøre i stedet for formålet. Som modspil nævnte jeg Gibsons affordance teori (1979, pp. 239, 244, 127), der i stedet vægter objekternes formål, da han mener, mennesket gennem direkte perception ved at høre, lugte og smage får viden om miljøets tjenligheder (affordances), dvs. hvad miljøet er egnet til, tjener til eller giver mulighed for. Ifølge Gibson kan vi således kun eksistere i samspil med miljøet, da det styrer vores adfærd. Hvor Giddens mener, vi vælger påklædning ud fra refleksioner om noget indre, ville Gibson derimod sige, vi vælger det ud fra tjenligheden, eller hvad det er egnet til. Hvis man ud fra Gibsons teori tager støvler på, skyldes det således ikke iscenesættelse, eller at man har noget at fortælle om sig selv, men måske fordi vejret er til det. Til trods for at meget af psykologien forsvinder i hans teori, da han ser bort fra den frie vilje, intentionaliteten, emotioner, kognitioner, hukommelse, bevidsthed, det sociale og det samfundsmæssige, er det et relevant perspektiv. Derudover nævnte jeg Brinkmanns identitetsteori (2008, p. 11f), da han ikke mener identitet handler om, hvordan personen æstetisk *oplever* sig selv eller *præsenterer* sig selv over for andre, men i stedet må begribes som moralsk

selvfortolkning. Som han siger med sine egne ord: *”Ikke ethvert ønske om, hvad en person gerne vil være, kan siges at have med vedkommendes identitet at gøre; kun hvis ønsket er betydningsfuldt inden for en moralsk horisont, er det identitetskonstituerende i normativ forstand”* (ibid., p. 18).

Samtidig behandlede jeg Jørgensens identitetssyn (2008, p. 39), da han udover at fokusere på valg, mål og behov (den personlige identitet) fremhæver jeg-identiteten, som er intimt forbundet med det enkelte individs personlighedsstruktur. Jeg-identiteten er det, som fastholder følelsen af selvidentitet, hvilket Giddens ikke får pointeret. Derudover har vi en social identitet, der hænger sammen med de sociale roller og positioner, vi indtager eller de sociale grupper, vi er medlemmer af, samt en kollektiv identitet, som han placerer i grænseområdet mellem den personlige og den sociale identitet, da den fx knytter sig til at være ’dansker’ eller ’muslim’. Endvidere kritiserede jeg Giddens’ underbetoning af arbejdets betydning, holdninger, den personlige historie, de personlige værdier, sociale medier samt køn, seksualitet, etnicitet, klasse, livsform og nationalitet.

Generelt har Giddens’ sociologi de senere år været underlagt debat og kritik. Som Hansen & Hermansen (1999, p. 105f) pointerer, er Giddens’ refleksivitetsbegreb ikke klart, da han mangler at svare på om det både er individer og organisationer, han betegner som refleksive, og hvad refleksivitetens ’motor’ er. Samtidig får det ham til at blive lidt luftig, når han ikke ser mere på lokale sammenhænge end strukturer. Som Kaspersen (1995, p. 178f) påpeger, får hans hermeneutiske udgangspunkt også implikationer af filosofisk karakter, fordi han skubber erkendelsesteoretiske og epistemologiske spørgsmål (subjektivism eller objektivism) i baggrunden og i stedet fokuserer på ontologien uden at gå i dybden med det. Derved skabes et nyt erkendelsesteoretisk problem, for hvordan ’ved’ vi, at dette er virkeligheden? Samtidig adskilles objektet fra det erkendende subjekt, når han postulerer eksistensen af en på forhånd givet social verden, og i den henseende må man sige, at hans ambitiøse forsøg på at overskride dualismen mellem subjekt og objekt er mislykket. Som Kaspersen (1995, p. 196) pointerer, er Giddens’ største fortjeneste, at han går på tværs af forskellige videnskaber, men det er tvivlsomt, at han får skabt en sammenhængende teori, der er modsigelsesfri og udtømmende. Derudover kan han kritiseres for ikke at have et empirisk grundlag at tage udgangspunkt i, da han mangler direkte undersøgelser af samfundet. Manglen på tilstrækkelig objektiv forskning er generelt en kritik af socialpsykologien.

Endvidere kan han kritiseres for ikke at fokusere på det samfundsmæssige pres om selvudvikling, konkurrence og præstation. Sidst men ikke mindst mener jeg ikke kulturen og den ontologiske sikkerhed kan stå alene i forhold til at forklare, hvorfor nogle er mere sårbare end andre. Andre udviklings- og personlighedsmæssige faktorer vil blive belyst senere i opgaven.

2.5 Beck & Beck-Gernsheim

2.5.1 Redegørelse

I dette afsnit vil der blive redegjort for sociologerne Beck & Beck-Gernsheims teori, som ligesom Giddens forsøger at give et indblik i nogle af de udfordringer, der eksisterer i forhold til at begå sig i det moderne samfund. Formålet med at inddrage dem i dette afsnit er, at de omvendt Giddens er mere pessimistiske i forhold til de mange valgmuligheder i dag.

De beskriver som Giddens, at man i dag i ikke er determineret af sin klasse-mæssige situation eller traditionen, men i stedet har frihed til selv at bestemme hvordan man vil leve. Det tvinger folk til at være mere refleksive, da man skal selv tage beslutninger og importere dem ind i biografen gennem egne handlinger (Beck & Beck-Gernsheim, 2000, p. 1f). Med mulighederne følger samtidig et ansvar til at handle aktivt og selvstændigt. Man skal vide, hvordan man skal vurdere sig selv i konkurrencen om begrænsede ressourcer hver eneste dag. Denne refleksive biografi eller ”gør-det-selv-biografien” er derfor samtidig en ”risiko-biografi”, som hurtigt kan blive til en sammenbrudsbiografi (breakdown biografi), da ens job og de kvalifikationer som efterspørges altid er midlertidige (ibid., p. 3, 23). For at undgå at mislykkes skal individet kunne tilpasse sig de forandrende præferencer fra arbejdsmarkedet, uddannelsessystemet og velfærdsstaten. Man skal kunne planlægge på lang sigt, tage initiativ, organisere, improvisere, sætte sig mål, tolerere frustration, udvikle egne ideer, erkende forhindringer og acceptere nederlag. Derudover skal man være fleksibel, opfindsom, hurtig, kreativ og ressourcestærk.

Frihedens pris er således, at al sikkerhed er forsvundet og ansvar samt konsekvenser lægges over på individet, da nederlag i dag skyldes personligt nederlag. Individet er derved ikke er i stand til at tage de nødvendige beslutninger ved at overve-

je interesse, moral og konsekvenser (ibid., p. 4, 23). Derfor er der altid mulighed for at biografien kollapse, hvilket fører til frygt og anstrengelse/stress efter at holde sammen på brudstykkerne i biografien (ibid., p. 6f, 15). Det kan samtidig medføre skyldfølelse, angst, konflikter og neuroser (ibid., p. 24), hvilket er årsag til at mange bukker under (ibid., p. 2).

2.5.2 Analyse

Ifølge Beck & Beck-Gernsheim skal individet i det moderne samfund altid revurdere sine valg, da samfundet konstant er i udvikling, og samtidig lægges ansvaret for beslutninger (og for ikke at træffe valg) over på individet. Det sætter individet i farezonen for at træffe den forkerte beslutning, da alt er kendetegnet af usikkerhed, og der er derfor altid mulighed for, at biografien kollapse (den såkaldte breakdown biografi), hvilket fører til frygt og anstrengelse efter at holde sammen på brudstykkerne i biografien. Dette er ifølge dem årsagen til, at mange bukker under. Ud fra dette perspektiv må de unges høje forventninger således skyldes en frygt for breakdown i biografien, som de forsøger at holde sammen på ved konstant at forvente mere af sig selv - både i forhold til karakter, job, familieliv, krop, fritid osv.

De skriver samtidig, at det der motiverer mennesker til at række ud efter stjernerne med entusiasme og bestemthed, dels ligger i dem selv (deres vilje, oppustede forventninger, deres umættelige sult efter nye oplevelser og deres aftagende forberedelse på at adlyde ordre eller at ofre sig), dels at vi lever i et samfund præget af selvrealisering og præstation, hvor folk stræber efter at være forfattere af deres eget liv og efter en individuel identitet (ibid., p. 22f).

Opsummerende skyldes de unges høje forventninger ud fra deres teori, dels at usikkerheden ved det moderne samfund medfører en frygt for breakdown i biografien, som de forsøger at holde sammen på, dels deres egen vilje. Hvorfor nogle er mere sårbare over for det kulturelle pres end andre, gives der ikke et svar på.

2.5.3 Diskussion og kritik

Beck & Beck-Gernsheim deler tydeligvis mange ligheder med Giddens i forhold til deres beskrivelse af det moderne samfund, men der er også en del forskelle. For det

første er Giddens' teori mere psykologisk, da han nævner den ontologiske sikkerhed. Samtidig har Beck & Beck-Gernsheim et mere pessimistisk syn end Giddens og går mere i dybden med konsekvensen for individet, da de mener, der er mange, der ikke kan klare presset og bukker under. Årsagen er usikkerheden, som præger livet, da det medfører, at "gør-det-selv-biografien" altid er i risikozonen for at ende som en sammenbrudsbiografi/breakdown biografi. Individualiseringen hos Beck & Beck-Gernsheim er således ikke udelukkende noget positivt for individet. Derudover synes de i modsætning til Giddens at være opmærksomme på den socioøkonomiske status, da de skriver, at det moderne samfund er karakteriseret af "gør-det-selv-biografien", som afhænger af den økonomiske situation, uddannelseskvalifikationerne, fase i livet, familiesituation og kollegaer. Desuden nævner de den moralske betydning og pointerer, at biografien både drejer sig om de "små" hverdagsspørgsmål og de store spørgsmål om liv og død (ibid., p. 7), hvor Giddens hovedsageligt fokuserer på de små hverdagsbeslutninger.

I forhold til mikro- og makrosociologi skriver de, at man ikke kun kan se individualiseringen som resultat af individ eller samfund. På den ene side er samfundet karakteriseret af modsætninger og ambivalens, som er afhængigt af politiske, økonomiske og familiære betingelser, og individualiseringen er en social betingelse, som ikke er kommet af individets frie beslutning (ibid., p. 4, 7). Samtidig er samfundet også karakteriseret af "gør-det-selv-biografien", som afhænger af den økonomiske situation, uddannelsesmæssige kvalifikationer, stadie i livet, familiesituation eller kollegaer (ibid., p. 7). Dog synes de ligesom Giddens at fokusere mere på det mikrosociologiske, da de mener, individets betydning er blevet fortrængt. De påpeger, at det i dag er tvivlsomt, at det sociale eksisterer uafhængigt af individets tanker og handlinger. Som eksempel nævner de den faldende fødselsrate, som kun kan være mulig, hvis man ser det ud fra ændrede ønsker, håb og livsplaner fra mænd og kvinder. Det påvirker samfundet, da det medfølger andre sekundære konsekvenser som uddannelsespolitik, arbejdsmarkedsstyring, pensioner, lokal planlægning og indvandringspolitik (ibid., p. 14f).

Et kritikpunkt er dog, at Beck & Beck-Gernsheims teori er ikke tilstrækkelig i forhold til at kunne forstå, hvad der adskiller den normale befolkning fra den kliniske gruppe med høje forventninger.

2.6 Pres fra sociale medier og skønhedsidealet

2.6.1 Redegørelse

I dette afsnit vil der blive præsenteret nogle empiriske studier, som viser, at der i dag synes at være et pres på de unge dels fra sociale medier, dels fra skønhedsidealet.

Sociale medier som fx Facebook, Twitter, Instagram, Snapchat osv. bliver ofte anvendt til iscenesættelse og giver mulighed for at konstruere næsten en hvilken som helst identitet, selvom det ikke nødvendigvis repræsenterer den, man i virkeligheden er eller det liv, man i virkeligheden har. Man ser ofte de bedste sider af folk, både i forhold til udseendet og ens liv generelt. Det bekræftes af Herring & Kapidzic (2015, p. 1f) som hovedsageligt henviser til forskning fra USA. Unge mennesker mellem 13 og 19 år er den gruppe, som bruger internettet mest siden 1990'erne. Hele 80% af amerikanske teenagere mellem 12-17 år har profiler på sociale medier sammenlignet med 64% voksne. På sociale medier som Facebook, Twitter, blogs, og chat forums deler de opslag, billeder og links. Senest er Instagram og Snapchat blevet populære, hvor man kan dele billeder og videoer af sig selv. De iscenesætter og gør sig selv synlige over for diverse publikum, hvilket generelt motiveres af at gøre et godt indtryk på andre eller et indtryk, som stemmer overens med ens idealer. Selvom de ofte præsenterer deres rigtige identitet i forhold til brugernavn, billede og andre informationer, kan de stadig manipulere deres profiler til at skabe det indtryk, det synes er bedst (fx i forhold til antal venner, interesser og billeder) (ibid., p. 4). Fx henviser de til et studie, som fandt, at piger prøvede at give et indtryk af, at være smukkere end de i virkeligheden er (ibid., p. 7).

At sociale medier ofte anvendes til selviscenesættelse blandt de unge, bekræftede jeg også selv i et tidligere kvalitativt projekt med en medstuderende, hvor vi undersøgte, hvordan Facebook bliver anvendt, og hvordan det kan forstås. Vi fandt 4 unge mellem 18-25 år gennem Facebook, som vi interviewede (to af dem var pilotinterviews). Hovedtemaerne i disse interviews indikerede, at Facebook synes at være en stor del af brugernes hverdag, at der er en vis nysgerrighed mellem brugerne i forhold til opdaterings- og informationsbehov, og at de sørger for udelukkende at fremstå i et positivt lys (Aydin & Schou, unpub.).

Ifølge Spies Shapiro & Margolin (2014, p. 12) er det nemt for de unge at sammenligne sig selv med andre unge på sociale medier blot ved at kigge på nyheds-

feeden på Facebook eller billeder og opslag på en profil. De henviser til forskning, som viser, at unge generelt har en tendens til social sammenligning, hvilket kan påvirke deres selvværd. Fx har et studie med 425 studerende undersøgt omfanget af brugen af Facebook i forhold til omfanget af, hvor meget de troede, at andre var bedre eller lykkeligere. De unge, som rapporterede at anvende Facebook i flere år og i flere timer om ugen, var i højere grad enige i, at andre var lykkeligere, end de var. En anden type online social sammenligning var i forhold til fysisk attraktivitet, hvor kvinder rapporterede et mere negativt kropsbillede efter at have set på smukke vs. mindre attraktive billeder på en profil.

Hermed kommer vi til skønhedsidealet, som også synes at presse de unge i dag. Ifølge Cash & Smolak (2011, p. 13f, 17, 41, 43, 119, 214) transmitteres skønhedsidealet gennem medier, familien og jævnaldrene. Kvinder i vestlige samfund ønsker ofte at være unge, høje, tynde og solbrune med lange ben, store øjne, stor barm og flot hud. For mændene er idealet derimod ofte en muskuløs v-formet krop med brede skuldre, stor overkrop, muskuløs mave og smal talje og smalle hofter. Selvom disse idealer sundhedsmæssigt er umuligt for de fleste at leve op til, er de alligevel internaliseret af mange, som ender med at blive skuffede over ikke at kunne leve op til idealet. Flere empiriske studier støtter, at skønhedsidealet i højere grad internaliseres, når man eksponeres over for det. Et eksempel er Turner et. al. (1997, p. 603), som har undersøgt indflydelsen af modemagasiner på kvinders kropstilfredshed. 39 studerende blev udvalgt til at deltage i to eksperimentelle undersøgelser; halvdelen så på modemagasiner, mens den anden halvdel kiggede i nyhedsmagasiner. Der var ikke forskel på gennemsnitshøjde og vægt hos de to grupper. Resultaterne viste, at kvinderne som kiggede i modemagasiner ønskede at veje mindre, var mindre tilfredse med deres kroppe, var mere frustreret over deres vægt, gik mere op i at ville være tynd og var bange for at blive fed i forhold til gruppen, som kiggede i nyhedsmagasiner. En undersøgelse udført med unge drenge viser samme resultat. Hargreaves & Tigge-mann (2009, p. 109) undersøgte 104 mandlige universitetsstuderende, som så på enten 15 reklamer, der viste nutidens muskuløse ideal eller 15 reklamer, som ikke var relateret til udseende eller idealet. Kropstilfredshed blev målt både før og efter, og resultaterne viste, at eksponering over for idealet førte til mindre tilfredshed med ens muskler og fysisk attraktivitet end eksponering over for reklamer, som ikke viste dette ideal. Felholt (2014b) henviser til forskere, som pointerer, at de sociale medier udgør en særlig udfordring, fordi det store fokus på billeder hæver kropsidealet. Der er

et stort fokus på de unges selvfremsstilling, som dels gør, at pigerne presses af, hvor mange der liker deres billeder, dels af at opnå den perfekte krop. Ifølge Østebo (2017a) viser en ny rundspørge foretaget af TV2, at næsten halvdelen af de 3000 adspurgte unge på landets gymnasiale uddannelser er utilfredse og kede af deres kroppe. De føler ikke, at de kan leve op til det kropsideal, de ser på sociale medier. Selvom de har en helt almindelig, normalvægtig krop, synes de ikke, det er godt nok, og bruger usundt meget energi på at bekymre sig om, hvordan deres kroppe ser ud. At suge maven ind er bare et af de krumspring, de unge gør i jagten på den perfekte krop, og hver tredje dropper det obligatoriske bad efter idræt eller strandtur med vennerne for at undgå at vise sin krop. Hver tiende undgår også at have seksuelt samvær eller tage til fest, fordi han eller hun er utilfreds med sin krop. De sociale medier synes således, at have accelereret pigernes følelse af at skulle leve op til en bestemt type krop til trods for, at billederne ofte er redigerede. Selvom det særligt er pigerne, der føler et stort pres, viser samme undersøgelse, at hver fjerde dreng også føler sig utilfreds med sin krop. Hver fjerde tænker ofte eller hele tiden på, om han er for tyk eller tynd, og hver sjette dropper badet efter idræt (Østebo, 2017b). Betydningen af skønhedsidealet i dag kan også ses i forhold til, at flere mennesker får kosmetiske operationer. Ifølge International Society of Aesthetic Plastic Surgery er antallet af kosmetiske operationer steget fra år 2010 til år 2016. Dette er en organisation, hvor plastikkirurger fra hele verden angiver antallet af kosmetiske operationer udført fra år til år og er den eneste organisation, som samler data globalt. På deres hjemmeside og i bilag 2 kan man se, at der i år 2010 blev udført 6,735,640 kosmetiske operationer til forskel fra 10,417,370 kosmetiske operationer i 2016 (jf. bilag 3). Alene i Danmark ønsker hver tredje ung i dag et skønhedsindgreb. Det viste rundspørgen af danske gymnasieelever omtalt foroven. Øverst på ønskelisten står lipfillers (forstørrelse af læberne) og tandblegning. En rundringning til fem af de største skønhedsklinikker afslørede, at der i dag er større efterspørgsel blandt de unge (Østebo, 2017c).

2.6.2 Analyse

Ud fra ovenstående undersøgelser kan man argumentere for, at sociale medier og skønhedsidealet synes at være medspillende faktorer i forhold til, hvorfor flere unge i dag synes at have for høje forventninger til sig selv. De unge synes at forvente mere af sig selv, dels fordi de sammenligner deres liv og udseende med, hvad de ser på

sociale medier (også selvom det er urealistisk, og flere får kosmetiske operationer), dels fordi der er et pres om at opretholde et 'perfekt jeg' på sociale medier og få likes. Dette afsnit kan naturligvis ikke forklare, hvorfor nogle er mere sårbare over for det kulturelle pres end andre.

2.6.3 Diskussion

Sociale medier og skønhedsidealet kan naturligvis ikke stå alene i forhold til at forklare, hvorfor flere unge synes at forvente mere af sig selv, men det kan være en bidragende forklaring. Samtidig kan det måske være med til at forklare, hvorfor kvinderne synes at være mere pressede end mænd. I indledningen blev følgende forklaringer givet: Hormonændringer, flere ansvarsområder og at de går mere op i hvad andre forventer af dem, samt hvad der er rigtigt og forkert. Dette afsnit om sociale medier kan måske være en yderligere forklaring, da kvinderne samtidig synes at være udfordret på deres kvindelighed. Man kan argumentere for, at det skaber modsatte krav, da de både skal yde noget i skolen, men samtidig også være meget pigede.

Samtidig kan man argumentere for, at en svaghed ved studierne af Turner et. al. (1997) og Hargreaves & Tiggemann (2009) er, at seksualiteten ikke inddrages, da skønhedsidealet for homoseksuelle måske ikke er det samme skønhedsideal som for heteroseksuelle.

I forhold til at man på sociale medier kan konstruere en hvilken som helst identitet, som ikke nødvendigvis afspejler ens rigtige identitet, kan man kort perspektivere til mikrosociologen Goffmans perspektiv, da dette ifølge ham også gælder 'i det virkelige liv'. Ifølge Goffmann (1959, p. 203) er den præsenterede identitet ikke det pågældende menneskes identitet, men derimod en rolle, man spiller alt efter hvilken social situation, man befinder sig i. Til trods for at individet er socialt konstrueret, fokuserer han på individets handlinger, hvilket han forklarer ud fra teatermetaforer. Man kan enten befinde sig i front region (*frontstage*), hvor man fremtræder som en performer med forskellige roller alt efter hvilken situation, man er i, back region (*backstage*), hvor man har mulighed for at træde ud af rollen og være sig selv eller off-stage eller outside, som er publikum, der ser de to andre scener udefra (ibid.). Goffman har en pointe i, at vi ikke altid er den samme person, men jeg mener stadig, min identitet kan være indflettet i den sociale situation, jeg befinder mig i, hvilket

han afviser. Samtidig kan han kritiseres for at benægte, at individet har en identitet, når det er backstage og altså er alene. Dette skyldes, at han udelukkende fokuserer på de interpersonelle relationer og ser bort fra individets indre.

3.0 Udviklingspsykologi

3.1 Per Schultz Jørgensen

3.1.1 Redegørelse

3.1.1.1 Opdragelsens betydning

Per Schultz Jørgensen er psykolog, professor i socialpsykologi og børne- og familieforsker. Han har blandt andet forsket i familieforhold, børns sociale identitet og udsatte børn og unge. Årsagen til at Jørgensen inddrages i specialet er dels fordi han bidrager med en mere psykologisk teori i forhold til de tidligere teoretikere, som kan give en bedre forklaring på, hvorfor nogle er mere sårbare over for det kulturelle pres end andre, dels fordi han tilbyder en anderledes vinkel i forhold til de klassiske psykodynamiske og udviklingspsykologiske teorier, der fremhæver omsorgssvigt, som årsag til psykiske problemer. Jørgensen mener ikke, at kærlighed og omsorg er nok, men det skal derimod suppleres med en bestemt opdragelsesstil. Som han påpeger, har bogen både en sociologisk, psykologisk og pædagogisk synsvinkel (Jørgensen, 2017, p. 23), og jeg vil mene, hans perspektiv er mikrosociologisk, da han fokuserer på det relationelle, familiestrukturer, og det der sker tæt på barnet. Han ser hverken på det makrosociologiske (økonomi, det materielle osv.) eller på diskursive praksisser som Brinkmann. Samtidig har han ikke et lige så stort fokus på valgfriheden, som fx Giddens.

Ifølge Jørgensen skal alle familier løse to basale udfordringer. Den ene handler om at skabe nærhed blandt familiens medlemmer. Altså at skabe følelsesmæssige bånd i deres indbyrdes relationer, ikke mindst tilknytning mellem barn og forældre. Den anden udfordring drejer sig om organiseringen af familiens hverdag. Det er aftalerne og fordelingen af opgaver. Vi finder som familie vores egen måde at løse disse udfordringer på, og de er ikke alle lige hensigtsmæssige i forhold til børneopdragelse. Ud fra de to udfordringer taler man om fire familietyper:

1. Den autoritære: Megen struktur – men ingen nærhed
2. Den afmægtige: Lidt struktur – og lidt nærhed
3. Laissez-faire: Meget nærhed – men lidt struktur
4. Den autoritative: Megen nærhed – og megen struktur (ibid., p. 64f).

En analyse af et stort dansk datamateriale med en 15-årig i familien har vist, at den mest dominerende familietype i Danmark i dag er den laissez-faire (39%), herefter den autoritative (34%) efterfulgt af en konfliktfyldt-afmægtig (26%), som rummer både den autoritære og den afmægtige form. Der skal tages forbehold for generalisering til familier med små børn, men det er stadig et billede på, at mange børn og unge vokser op med kærlighed og omsorg, men meget løs eller reelt fraværende struktur og dermed den indre styringsinstans. Hvis børnevenligheden udvikler sig til, at børn så at sige sætter dagsordenen, og forælderrollen indskrænker sig til at servicere og tager form af ”curlingopdragelse”, hvor børnene pakkes ind i vat, så er der ifølge Jørgensen slet ikke tale om opdragelse, da det skaber selvsikkerhed (ibid., p. 43, 65, 67, 174). Begrebet ”curlingopdragelse” er opkaldt efter spillet curling, hvor en sten sættes i bevægelse henover en base af is, og to spillere styrer den i mål ved at feje foran stenen med koste. Billedligt talt kan man derfor sige, at curlingforældre ’fejer’ alle forhindringer væk for deres børn (Ingvorsen, 2017), hvilket ifølge Jørgensen ikke skaber robuste børn. Robusthed definerer han som en styrke til at kunne holde opmærksomhed og fokus på en aktivitet trods modstand og krise samt at kunne tilpasse indsatsen i forhold til mulighederne. Denne styrke kan udvikle sig til en karakteregenskab, der henter sit indhold fra beslægtede karakteregenskaber som vedholdenhed, ansvarlighed og målrettethed, hvilket kan integreres med livsmod og livskvalitet (ibid., p. 17).

Barnet skal dog heller ikke presses og disciplineres som i den autoritære opdragelsesform, fordi robustheden forsvinder igen, når den ydre kontrol er borte. Det skyldes, at den påtvinges uden at blive overtaget af barnet eller gjort til dets egen (hamsterhjulsstrategi). Barnet løber herved tør for motivation og mister selvkontrol, initiativ, livsmod og livsglæde. Det er således vigtigt, at barnets egen bevidsthed inddrages i processen, så det gradvist kan tage kontrollen. På den ene side skal man således være tydelig i sine krav til børnene og være en autoritet. På den anden side skal man sikre en tæt tilknytning mellem barnet og sig selv ved at være anerkendende, inddragende og dialogorienteret (ibid., p. 69). Herved tilegner børn sig en tro på, at de *er* noget, og ikke kun at de *kan* noget, da de opbygger tillid til sig selv og verden, henter grundlæggende værdier, normer og erfaringer i handlingsforløb, møder udfordringer, bliver inddraget, hørt og taget alvorligt (ibid., p. 140f). Med normer og værdier lærer de, hvad der er rigtigt og forkert, ved at noget italesættes som værdifuldt. Vi internaliserer dem, fordi der ligger en social belønning, der letter os i vores

sociale adfærd (ibid., p. 146f, 148). Normer, værdier og inddragelse giver barnet en særlig forpligtethed, så det lærer at stille krav til sig selv, samtidig med at det adlyder andre og ved, at der forventes noget af dem. Den grundlæggende oplevelse af at kunne klare det, giver en tro på, at man er noget, fordi man klarede noget, hvilket medfører autonomi, selvkontrol og motivation. Det kræver dog, at barnet tages med på råd i forhold til beslutninger, og at der gives ros, støtte og plads til at barnet gør det på sin måde eller kan sige fra uden at opleve sig selv som et nederlag (ibid., p. 149f, 151f, 154, 161f, 165, 169).

Ifølge Jørgensen kan 5-årige allerede klare mange opgaver, og han konkretiserer, hvad børns opgaver kan omfatte på de forskellige alderstrin. Da det ikke er en tjekliste, men blot en illustration af de mange muligheder, vil alt ikke blive listet her, men fx kan en 5-årig klare personlige ting som at børste tænder, tage tøj af og på, rydde op på eget værelse med hjælp og være med i køkkenopgaver og havearbejde. En 10-årig skal derimod kunne klare at smøre egen madpakke med hjælp, have ansvar for koge- og stegeting med hjælp, stå for lette indkøb, holde orden i egen skoletaske, have ansvar for lektier og tage med en bus på en aftalt tur. Sidst men ikke mindst skal en 15-årig fx kunne have ansvar for indkøb og et helt måltid på en ugentlig maddag, ordne eget vasketøj, deltage i rengøring, hente mindre søskende i børnehaven og klare et fritidsjob et par timer om ugen (ibid., p. 168, 171f). Der er naturligvis mange forhold, der spiller en rolle for, hvor mange opgaver et barn kan og skal klare, som fx barnets modenhed (ibid., p. 172f), men spejling kan give børn emotionel støtte til at klare situationen ved at gengive forståelsen af barnets indre tilstand, som barnet kan forstå sig selv ud fra. Det er fx, når moren taler til barnet og tolker: ”Du er træt, men du kan godt tage tøjet af – kom nu”. På denne måde møder man barnet på et følelsesmæssigt grundlag, samtidig med at man holder fast i kravet (ibid., p. 168, 174f). Det samme gælder i børnehaven, hvor børn bliver hørt, venter på, at det bliver deres tur, lærer at kunne sige fra og tabe i spil, samtidig med at man tager deres tidligere erfaringer i betragtning (ibid., p. 179, 185, 188). I skolen skal der være mere fokus på processen og fordybelse i stedet for selve resultatet, så det ikke er konkurrence, der driver værket, men i stedet noget eleven værdsætter og tror på, da det er her, den indre motivation ligger, som skaber varige effekter. Det skaber en robusthed, som kan modstå pres fra opgivelser, afledning og distraktion, fordi barnet selv har overtaget det (ibid., p. 198, 202). Det er således i forældrenes opdragelse, daginstitutionens udfordrende børnefællesskab og i skolens procesbaserede

læringskultur, at robustheden dannes som en indre målestok. Robusthed kommer ikke af sig selv, men skal læres (ibid., p. 206f).

At tilegne sig robusthed begynder i handlingsforløbet. Når der opleves krav om at holde ud, ikke at give op, ikke at lægge sig skrigende ned og ikke bede mor om at bære tasken, får det barnet til at stoppe op og tænke: Hvis jeg stopper nu, så kan jeg om lidt få lov til det, jeg gerne vil. Eller hvis jeg bærer tasken helt hen til bilen, så kan jeg få lov til... En strategi, måske ikke formuleret så bevidst, men som på et primitivt plan er en anelse af en eftertanke. Der sker et stop i handleplanen, som sætter en proces i gang, der bliver til erfaring og en primitiv motivationsstruktur, som giver en overordnet mening og kobles til moral, og den man er. Barnet lærer samtidig at værdsætte robustheden for dets egen skyld (ibid., p. 129f, 131f).

Ifølge Jørgensen (2017, p. 12) er mange børn og unge i dag ikke specielt robuste. Pædagoger og lærere fortæller om børn i indskolingsårene, der ikke er særlig sociale, ikke hører efter, har svært ved at koncentrere sig og giver op for let. Det er samtidig årsagen til, at unge ikke kan sige fra over for de mange forventninger fra omgivelserne, samfundet og fra sig selv, men også fordi der i dag er risiko for ikke at lykkes. For at kunne opleve frihed og være fri fra forventningspresset om selvrealisering og præstation kræver det robusthed (ibid., p. 45). I dag er mennesker i langt højere grad plaget af skam over ikke at leve op til andres forventninger og at blive afsløret som en, der ikke klarer presset og ikke har kontrol over sit liv. Presset betyder en stærk forhøjet opmærksomhed på os selv og en kamp for at bevare kontrollen og følelsen af ansvaret for vores eget liv. Denne styrke forudsætter en grad af indre selvkontrol eller en evne til holde fast i troen og handleevnen, fordi vi både skal vælge vores identitet, tage beslutninger og handle (ibid., p. 58f). En anden årsag er, at vi siden 1960'erne har fået nye familiemønstre, hvor begge forældre er på arbejdsmarkedet, børnene i dagsinstitution, skilsmisser rammer hvert tredje barn, og mange børn vokser op i en sammenbragt familie. Sidst men ikke mindst udarbejdede Jørgensen i 1990'erne en analyse for Socialministeriet af risikogruppen for børn og unge i Danmark. Han vurderede i samarbejde med nogle kollegaer, at 20-25% har forskellige typer af vanskeligheder – altså hen mod hver femte barn og ung. Han henviser til flere undersøgelser, som har vist en stigende tendens i forhold til unges mentale helbredsproblemer, selvom de fungerer godt på andre områder. Det skyldes dels mangel på robusthed, dels de samfundsmæssige ændringer. De børn og unge, der kan udvikle robusthed og bringe den i spil i eget liv, får de bedste muligheder for at få et godt liv

(ibid., p. 48, 76f, 81f, 84). Spørgsmålet ”slår jeg til?” er det kritiske spørgsmål for mange børn og unge, hvilket Jørgensen uddyber i flere forskellige cases med unge, som beskriver at have for høje forventninger, negative tanker, og som oplever presset for stort. Det fører enten til handlingslammelse eller en indædt kamp for at overvinde presset. Svaret på de unges reaktionsmønstre, og hvorfor de ikke kan afvise presset, skal således findes i socialiseringen og forhandlingsopdragelsen i den moderne familie og institutionen. Det er her, robustheden og den indre struktur skabes, som rummer grundlaget for en stabil selvforståelse (ibid., p. 61f).

Opsummerende synes omsorg og kærlighed ikke at være nok i forhold til at skabe robuste børn, men det skal kombineres med struktur.

3.1.1.2 Mestringsstrategiernes betydning

Selvom risikofaktorer, som fx forældres arbejdsløshed, skilsmisse, langvarig dårlig økonomi, sygdom, dødsfald i den nære familie, misbrug eller vold, kan føre til forhøjet risiko for mistrivsel og fejludvikling, er det ifølge Jørgensen ikke det afgørende. Det afgørende er derimod hvilken mestringsstrategi eller copingstil, man bruger for at klare udfordringerne, hvilket afhænger af robustheden (ibid., p. 93f). En mestringsstrategi kan fx være:

- *Hjælpeløshed*, som appellerer om hjælp og støtte fra andre, fordi man fx er ved at give op (ibid., p. 96).
- *Mestring*, som er forbundet med at vide, hvad man vil, og hvordan man vil det samt at gå til udfordringerne med en realistisk vurdering af mulighederne.
- *Hamsterhjulet*, som er at præstere og præstere i en uendelighed uden at opleve, at man når til vejs ende. Det er grundlæggende en uhensigtsmæssig strategi, fordi ambitionerne undertrykker andre følelser (fx glæde og lyst) og ender med at skabe mistrivsel. Et eksempel er de såkaldte 12-tals piger, hvor robusthed og præstation bliver hinandens modsætninger. Hvor præstation handler om resultatet, handler robusthed om processen (ibid., p. 97f, 14).
- *Mentalisering*, hvor man lever sig ind i andres og egen adfærd ved at forstå de følelser, behov, tanker og intentioner, der ligger bag, som kan give den indre ro, der er nødvendig for at kunne se sine handlemuligheder og bruge dem i forhold til de følelser, man rummer (ibid., p. 98f).

-
- *Subkultur*, hvor en række kulturelle og sociale udtryksmuligheder får speciel værdi som opposition til mainstreamkulturen, fordi de finder deres egen robusthed i et fællesskab, hvor de har kontrol over deres eget liv. Her kompenserer de for deres usikre baggrund, svigt i barndommen og manglende selv-værd ved at bekræfte hinanden og styrke deres fælles robusthed (ibid., p. 100f).

3.1.1.3 Robusthed og beslægtede begreber

Begrebet robusthed har latinsk afstamning – *robustus* – afledt af *robus*, som betyder styrke (ibid., p. 15). Jørgensen påpeger, at man kan skelne mellem robusthed som adfærd og robusthed som egenskab. Robusthed som adfærd er noget relativt kortvarigt, måske skabt af pres i situationen eller båret oppe af stærke forventninger i miljøet, fx til præstationer. Robusthed som egenskab er derimod mere eller mindre internaliseret i personligheden og er udtryk for personens egen styring (ibid., p. 15f).

Begreberne jegstyrke, modstandskraft (resiliens) og selvkontrol kan bidrage til afklaringen af, hvordan vi i dag kan opfatte robusthed (ibid., p. 105):

- *Jegstyrke* henter sin forståelse fra psykoanalysen omkring år 1900 og er en personlig kerne og kapacitet til at skabe enhed og sammenhæng i selvforståelsen. Her grundlægges styrken til at klare et pres uden at miste sin handlekraft, og den rummer derfor en betydelig grad af robusthed (ibid., p. 102, 104f, 108). Det sker i den tidlige barndom, hvor idealer, forbilleder og identifikationer fra omgivelserne internaliseres. Jeg'et skal finde løsninger, så behovene og lysterne kan tilfredsstilles, samtidig med at de er fornuftige og moralske. Jørgensen mener dog stadig, vi har en fri vilje i forhold til vores behov og måden at tilfredsstille dem på (ibid., p. 106f, 108f).
- Fra socialpsykologisk forskning kommer teorien om *modstandskraft* (resiliens), som betyder evnen til at komme sig eller overvinde følgerne af et traume eller en belastning. Altså at være robust på den måde at man ikke lader sig slå ud, men rejser sig. Begrebet bidrager til robusthed ved at understrege samspillet med vigtige personer i de sociale omgivelser. Modstandskraft og robusthed er ikke uden videre det samme, da modstandskraft handler om samspil og beskyttende faktorer, der kan styrke og udvikle børns modstandskraft (fx køn, social baggrund, kontakt til støttende personer eller barnets

temperament). Der er således et tæt samspil mellem biologiske, sociale og psykologiske faktorer, når det kommer til modstandskraft (ibid., p. 104, 110f, 112f). Det bekræftes også i et narrativt review af Hermann et. al. (2011, p. 259), som har søgt på relevante artikler i databaserne MEDLINE og PsycINFO fra 2006 til 2010 for at se, hvordan begrebet resiliens defineres. Selvom nogle ser det som et personligt træk, mens andre ser det som en dynamisk proces, skriver de, at begrebet grundlæggende referer til positiv adaptation eller evnen til at bevare eller genvinde mental sundhed trods modgang. Det er bestemt af både personlige, biologiske og miljømæssige faktorer, som Jørgensen også får nævnt.

- *Selvkontrol* er en rationel kraft, en kognitiv struktur og en vigtig styringsinstans i personligheden, som er styrken til at kunne udsætte sine behov og fastholde mål og perspektiv, da børn med rimelig selvkontrol har langt bedre chancer for at få et godt liv. At have selvkontrol er også at være selvregulerende og selvstændig, hvor man kan afgrænse sig fra andre, sige fra og indgå i relationer til andre med en sikker følelse af ikke at blive mast (Jørgensen, 2017, p. 104, 114f, 119, 121).

Robusthed er således dels en indre personlig *kerne* (jeget/egoet) eller styringsinstans, der sætter retningen for indsatsen, dels en *handleevne* hvor man yder modstand, holder fast på, kontrollerer eller afviser (ibid., p. 122).

3.1.2 Analyse

Det er tydeligt, at barnet ifølge Jørgensen konstrueres i det sociale samspil med omgivelserne og miljøet, da robustheden og den indre, psykiske struktur dannes i opdragelsen – særligt hos forældrene, men også i daginstitutionen og skolen. Han har større fokus på fortiden end nutiden, da det hovedsageligt er i familien, at børnene dannes til at være dem, de er og udvikler robusthed. Dog nævner han også mestrings- og copingstrategier, som man kan udvikle trods en u hensigtsmæssig barndom eller opdragelse, og han har således ikke kun et deterministisk perspektiv. Som han siger med sine egne ord: ”*Et barns udvikling er derfor et kompliceret samspil mellem barnets iboende drifter, behov, reaktionsmønstre og mulighederne i omgivelserne*” (ibid., p. 91).

At flere unge i dag forventer for meget af sig selv, kan ud fra Jørgensens teori forstås på to måder. På den ene side kobler han samfundsmæssige ændringer (som forventninger, pres og nye familiemønstre) til en personlighedsstruktur hos mange børn og unge, der tilsyneladende er langt mindre robuste end tidligere, fordi de oplever skam og derfor hele tiden er opmærksomme på sig selv, og hvordan de klarer sig i sammenligning med andre. Som han siger med egne ord: *"Derfor er der meget, der tyder på, at selvoptagethed er et nyt og dominerende træk ved mennesker i dagens samfund, der også rummer nye behov for bekræftelse og ny sårbarhed"* (ibid., p. 84f). Det uddyber han også med flere cases med unge, som forklarer, at de oplever sig pressede og har for høje forventninger til sig selv. Men på den anden side kobler han de høje forventninger til familieopdragelsen, som han fokuserer mest på. Det er nemlig her, robustheden udvikles (og i daginstitution og skolen). At de fleste børn i dag vokser op i et hjem med en laissez-faire opdragelse", hvor der er meget kærlighed og omsorg, men kun lidt struktur, må efter Jørgensens mening være hovedårsagen til, at flere unge forventer mere af sig selv. Det skyldes, at de ikke inddrages i det fælles ansvar i hjemmet, og at de pakkes ind i vat, hvilket medfører mangel på ansvarsfølelse, selvstændighed, selvkontrol, motivation, udfordring og vedholdenhed. Samtidig fører det til selvsikkerhed, mangel på tillid til sig selv og verden, grundlæggende værdier, normer og erfaringer. Sårbarheden udvikler sig til en egenskab og måske endda til noget psykopatologisk, da der er en mangelfuld evne til at takle udfordringer. Som Jørgensen påpeger, er det svaret på, hvorfor de unge ikke kan afvise forventningspresset om selvrealisering og præstation. Det er således forklaringen på, hvorfor nogle er mere sårbare over for det kulturelle pres end andre, da denne opdragelsestype bliver en form for karmufleret omsorgssvigt.

En anden forklaring på hvorfor nogle er mere sårbare over for det kulturelle pres end andre, kan skyldes risikofaktorer i barndommen eller konfliktfyldt-afmægtige opdragelsestype (som er den autoritære og den afmægtige opdragelse). Selvom Jørgensen ikke går i dybden med denne opdragelsestype, er der her tale om enten meget struktur og ingen nærvær, eller også ingen af delene. Man må antage, at det kan medføre en mindre robust karakter, da det kan føre til forhøjet risiko for mistriivsel og fejludvikling.

Opsummerende skyldes de unges høje forventninger ud fra Jørgensens teori hovedsageligt, at de fleste børn og unge i dag vokser op i et hjem med den eftergivende opdragelsestype, hvor der ikke kræves nok af børnene i forhold til de daglige pligter.

Det medfører en mindre robust karakter, som gør, at de ikke kan sige fra over for det samfundsmæssige pres. Det er samtidig forklaringen på, hvorfor nogle er mere sårbare over for det kulturelle pres end andre. En anden årsag til hvorfor nogle er mere sårbare kan skyldes den konfliktfyldt-afmægtige opdragelsestype eller andre risikofaktorer.

3.1.3 Diskussion

På mange måder er Jørgensens teori nuanceret, da han formår at få koblet til synspunkter fra A. Petersen og Brinkmann, samtidig med at han bidrager med det, som alle ovenstående teoretikere synes at mangle – netop det personligheds- og udviklingspsykologiske. Fx deler han ligheder med disse teoretikere ved at nævne de samfundsmæssige ændringer, som de kommer ind på og bruger begreber som konkurrence, præstation, selvrealisering og identitet, hvilket alt sammen lægger et pres på individet i det senmoderne samfund. Da han har et mere pessimistisk syn på samfundsudviklingen, kommer han dog nok tættere på A. Petersen end fx Giddens, som har en mere positiv og optimistisk teori. Han bidrager med en dybere teori, som bedre kan forklare, hvorfor nogle bukker under for det kulturelle pres, mens andre ikke gør. Samtidig formår han at få inddraget udviklings- og personlighedspsykologien ved at påpege opdragelsens betydning og robusthed som en del af personligheden. Det gør han blandt andet ved at nævne de fire opdragelsestyper (særligt den konfliktfyldt-afmægtig type, der indebærer mangel på nærvær, som mange udviklings- og personlighedspsykologer fokuserer på) samt ved at koble til Freuds jegstyrke og Eriksons basale tillid, når han snakker om tillid til sig selv og andre. Som han siger med sine egne ord:

”Når tillid har betydning for robusthed, hænger det sammen med denne grundlæggende følelse af at ”være nogen”, stå for noget, også selvom man er et lille barn, der ikke har en klar og præcis opfattelse af sig selv og sin omverden (...) Man lærer at være elsket, at være god nok og at have noget at give” (ibid., p. 145).

Det afgørende for den basale tillid er ifølge Erikson (1992, p. 91) kvaliteten af forholdet til moderen ved den form for omsorg, der forener følsom pleje af spædbarnets behov (fx barnets sult) med en fast fornemmelse af pålidelighed. Barnet bliver da efterhånden parat til at slippe moderen af syne uden angst eller vrede, fordi hun er blevet både en indre sikkerhed og noget beregnet i den ydre verden.

Endvidere får han forklaret, hvordan robusthed hænger sammen med personlighedsdimensionen selvkontrol og får tydeliggjort forskellen mellem modstandskraft og robusthed. Trods ligheder med teoretikere inden for udviklings- og personlighedspsykologien adskiller han sig dog også meget fra dem. Hvor de fokuserer meget på konsekvensen af manglen på omsorg gennem opvæksten, påpeger Jørgensen, at omsorg alene ikke er nok, da den skal ledsages af struktur. Det er naturligvis en god ting, at vi har bevæget os længere væk fra disciplinering, og at omsorgens betydning er nået ud til befolkningen, men som Jørgensen pointerer, er der mange børn og unge, som ikke er robuste i dag, selvom de vokser op med mere kærlighed og omsorg end nogensinde før. Derfor mener han ikke, at omsorg kan stå alene, og han får problematiseret noget, som vi ikke har hørt så meget om på en diplomatisk måde.

3.1.4 Kritik: Determinisme eller valgfrihed?

Efter min mening opstår der lidt uklarhed, når Jørgensen forklarer, hvordan robusthed opnås. På den ene side skriver han:

”For robusthed er der ikke noget, der kan erstatte denne første følelse af tillid. Her grundlægges styrken i en positiv selvopfattelse, og herfra vokser troen på at klare udfordringer” (ibid., p. 145). (...) ”Derfor ligger der også her en forudsætning for robusthed, som måske nok er usynlig, men afgørende for den grad af styrke, som man er i stand til at kalde frem” (ibid., p. 146).

På denne måde fremstår det som om, at robusthed determineres i barndommen gennem opdragelsen i familien, daginstitutionen og skolen, men på den anden side påpeger han, at risikofaktorer (som fx traumer og omsorgssvigt) i barndommen ikke nødvendigvis er det afgørende for mistro og fejludvikling, men derimod vores mestrings- eller copingstrategier, som fx kan være støtte fra andre, noget man søger i sig selv eller i en subkultur, hvor man kan kompensere for svigt i barndommen og manglende selvværd ved at bekræfte hinanden og styrke den fælles robusthed. Hermed fremstår det som om, at opdragelsen ikke er afgørende for robusthed, og at man kan blive robust senere, uanset om man har haft en god opvækst eller ej. Jeg kontaktede Jørgensen pr. mail for at få lidt klarhed, hvor jeg spurgte ind til, om disse mestringsstrategier også gælder i forhold til uhensigtsmæssig opdragelse. Hvis et barn nu har fået en eftergivende opdragelse eller en autoritær opdragelse og derved ikke opnår

robusthed, kan de så senere opnå robusthed ved hjælp af mestringsstrategier? Følgende er et uddrag fra hans svar (jf. bilag 1 for den uddybende forklaring):

”Ja. vi udvikler hver især vores egne metringstrategier/copingstrategier – jeg nævner i bogen blot nogle eksempler. (...) mestringsstrategier udvikles i høj grad på baggrund af den opdragelse, man har fået”.

Man kan således godt opnå robusthed senere ved hjælp af mestringsstrategier, men disse strategier udvikles i høj grad på baggrund af den opdragelse, man har fået. De børn og unge som har haft en dårlig barndom eller uhensigtsmæssig opdragelse synes således at have større sandsynlighed for at udvikle uhensigtsmæssige mestringsstrategier og derved sværere ved at klare presset, hvilket gør hans syn mere deterministisk. Man kan blive fristet til at spørge, om der så ikke er nogen unge, som kan klare presset ved hjælp af mere hensigtsmæssige mestringsstrategier (fx mestring eller mentalisering) trods en uhensigtsmæssig barndom eller opdragelse? I givet fald – hvad har så indflydelse på det? Ifølge GRUMSEN@K.DK (2016)² påpeger Eva Hertz (psykolog, ph.d. og indehaver af Center for Mental Robusthed), at godt halvdelen af vores mentale robusthed kan forklares med vores genetik og opvækst, mens en stor del af vores robusthed kan optrænes. Det er blot en livslang opgave, den forandrer sig hele tiden og bliver påvirket af omgivelserne. Til trods for at hun ikke henviser til empirisk forskning, kan det tænkes, at generne muligvis kan være en forklaring. Hermed kommer vi til et andet kritikpunkt, som er, at Jørgensen slet ikke nævner arv, gener og det medfødte. Fordi han fokuserer så meget på, at robusthed skal læres, og at den indre struktur udvikles i samspil med miljøet, ser han helt bort fra genernes betydning. Er der så slet ikke noget, som er medfødt og arveligt? Og i så fald - hvor stor grad?

Samtidig påstår Jørgensen, at traumer og omsorgssvigt ikke er det afgørende for at få en psykisk sygdom (selvom der er forhøjet risiko), men han præciserer ikke hvor stort et traume eller omsorgssvigt, man kan opleve, før man ikke længere kan være robust. Hvis halvdelen af robustheden er genetik og opvækst, mens en stor del af vores robusthed kan optrænes (som Eva Hertz hævder ovenfor), må det antages, at det sætter nogle grænser for, hvor robuste folk med store traumer kan blive. Da Jørgensen ikke præciserer, hvor meget opvæksten har betydning i forhold til optræning

² Årsagen til at der henvises til en e-mail skyldes, at der ikke er angivet et forfatternavn i artiklen, som er fra Kristeligt Dagblad. Jf. referenceliste.

af robusthed, er det ikke tydeligt, hvor skellet går i forhold til, hvor store traumer man kan opleve, før man ikke længere kan optrænes til at blive robust, eller før man ikke længere kan tilegne sig hensigtsmæssige mestringsstrategier for at kunne blive robust.

3.1.5 Kritik: Er Jørgensen hoppet med på en diskurs om ”curling”?

Jørgensen opfordrer ifølge Karkov (2017) til et opgør med ”curlingopdragelsen”, da konsekvenserne allerede er tydelige hos unge voksne, der slår sig mod samfundet. Stress-statistikkerne inden for snart alle felter viser enorm overvægt af unge mennesker, der bukker under for tilværelsens og egne krav. Samtidig viser amerikanske undersøgelser, at unge der er vokset op med overbeskyttende forældre, føler sig mere fremmedgjorte, mindre selvstændige og mere ensomme end andre unge. Som han udtaler med egne ord:

»Alle der er vokset op med de sidste 30-40 års stigende curlingopdragelse står med denne her sårbarhed og overdrevne følsomhed. Det er noget, der præger store dele af en hel generation» (ibid.).

For det første mener jeg, man kan kritisere hans henvisning til amerikanske studier, for som han selv pointerer, er der i USA indkredset en opdragelsesform, der kaldes ”helikopterforældre”, som er en udbredt praksis for forældre med hensyn til at overinvolvere sig i deres børns liv. De overvåger dem som fra en helikopter, overbeskytter dem, planlægger vejen for dem, bereder og fjerner forhindringer. Han mener ikke, at vi er helt det samme sted som i USA, men vi kan alligevel se træk, der peger i retning af overbeskyttelse og overvågning (Jørgensen, 2017, p. 67f). Man kan derfor argumentere for, at disse studier ikke nødvendigvis har med curling at gøre, men måske mere overbeskyttelse i form af helikopteropdragelse.

Derudover mener jeg, man kan stille spørgsmålstejn ved om de unge, der bukker under for egne og samfundets krav i disse stress-statistikker nødvendigvis er curlingbørn, for det står der ikke noget om. I stedet virker det som om, at Jørgensen blot knytter disse statistikker til det store danske datamateriale, som viste, at *lassiez-faire* opdragelsen er mest udbredt i Danmark (39%) (som nævnt i redegørelsen).

Samtidig mener jeg, man kan stille spørgsmålstejn ved, om curling virkelig er det samme som den *laissez-faire* opdragelsestype, for umiddelbart synes det for enkelt at sige, at curlingforældre ikke stiller krav til børnene. Det støttes også af Ot-

toson og Dahl (2017), som ikke mener, der er noget, der tyder på det. Tværtimod arbejder disse forældre ofte aktivt med at stimulere kognitivt med fx lektielæsning, de melder børnene til udvalgte fritidsaktiviteter og stiller krav til maden – også i børnehaven. Det kan dog nok også være en ulempe, da man kan risikere at børnene bliver udkørte og trætte, fordi der næsten er for mange krav, og for meget børnene skal. Jørgensen ville måske modargumentere ved at sige, at disse krav ikke har noget med daglige pligter at gøre, og at det er disse, der er afgørende i forhold til at opnå robusthed, men da han ikke henviser til studier om curling (hverken egne eller andres), er det uvist og uklart, hvor meget han egentlig har undersøgt det, og hvorvidt der egentlig er empirisk belæg for at antage, at curling og den laissez-faire opdragelse er det samme. Derfor kan det komme til at virke som om, at han er hoppet med på en diskurs om curling, dels fordi der efterlyses empiriske studier, som viser sammenhængen mellem curling og psykiske problemer, dels om curling er det samme som den laissez-faire opdragelse. Selv når han henviser til cases, hvor unge udtrykker højere forventninger og stress, eller til egen forskning om hvordan børn og unge har det i Danmark (fra sine år som forskningsleder ved Socialforskningsinstituttet), synes det ikke at være undersøgt i forhold til ”curlingopdragelsen”.

Mangel på empirisk belæg støttes ifølge Kott (2017) også af Dion Sommer (professor i udviklingspsykologi), som ikke synes at være lige så begejstret for curlingbegrebet. Faktisk mener han, det er en konstruktion, og at der ikke er empirisk belæg for at tale om begrebet. Dels har flere forskellige forskere uafhængigt af hinanden aflivet curlingbegrebet, dels har han selv undersøgt 4.500 danske forældre med børn og spurgt til deres opdragelsespraksis og omsorg, hvoraf andelen af overbeskyttende curlingforældre var nede i promiller. At der én eller to forældre som er sådan, mener han ikke kan generaliseres til forældre i dag. Et andet eksempel er Roskilde Festivalen, som der i år var stor debat omkring. Det fremstod som om, at der var rigtig mange forældre, der klagede over, at deres børn fik dårlige teltpladser, og at der generelt var dårlige vilkår, men ifølge Sommer var det kun få forældre, der ringede ind og klagede.

Derudover udtaler Jørgensen (2017, p. 75) på den ene side ud fra sine notater fra Socialforskningsinstituttet, at langt de fleste børn og unge har det godt i Danmark i dag, men på den anden side hævder han, at curling er vores generations største udfordring. Hvordan hænger det sammen taget i betragtning, at de fleste børn ifølge ham netop opvokser med denne opdragelsesform? Det han vælger at fokusere på er,

at der tilsyneladende er en stor gruppe børn og unge, der ikke har det godt, og at meget tyder på, at den gruppe er voksende (ibid., p. 74f). I hans analyse som han udarbejdede for Socialministeriet, konkluderede han i samarbejde med nogle kollegaer, at risikogruppen af børn og unge i Danmark lå på omkring 15-20% - et resultat som senere blev støttet af en SFI' børneundersøgelse i 2010. Disse procenter hænger dog heller ikke sammen med den udbredte opdragelsesform i Danmark.

Opsummerende kommer det til at virke som om, at curling mest af alt er et diskursivt fænomen i stedet for noget, som er reelt.

3.1.6 Kritik: "Curling" eller samfundets skyld, at de unge bukker under for pres?

Ifølge Jørgensen er det ikke kun samfundets ændringer, som er skyld i en tilsyneladende mindre robust karakter hos børn og unge i dag, men "curlingopdragelsen" har også indflydelse på, hvorfor unge ikke kan sige fra over for samfundets forventninger, som uddybet i redegørelsen og analysen. Hvordan de to hænger sammen synes efter min mening at mangle yderligere præcisering. Han synes dog generelt at tillægge curling større betydning end samfundet, som tydeliggjort i tidligere diskussionsafsnit, og man kan derfor argumentere for, at han på denne måde laver en mikrosociologisk reduktion, da skylden i større grad lægges over på individet end samfundet. Det kommer til at lyde som om, at alt vil gå godt, hvis "bare" man ikke curler sine børn, og skylden bliver således lagt over på individet. Ligesom Giddens tenderer han at fokusere mere på aktør i stedet for struktur. Man kan argumentere for, at den større vægt på curling frem for samfundet kan føre til, at forældre som læser hans bog måske vil følge den og tænke, at alt så vil være okay. Det bør måske præciseres, at curling eller mestringsstrategier ikke nødvendigvis er det afgørende for, om man udvikler robusthed eller ej, da samfundets forventninger også har noget at sige.

Ifølge Kott (2017) mener Dion Sommer, at man i stedet for at skyde skylden på forældrene bør se kritisk på det samfund, som omgiver dem. Samtidig mener han, at "det robuste barn" er et fantom, som er opfundet for netop at frikende alle systemerne, selvom det er dem, som skaber angst og depression, fordi de presser folk. Det skal ikke forstås som, at det er ligegyldigt, hvad forældrene gør, men hans pointe er, at selvom forældre opdrager deres børn rigtig godt, kan barnet blive mobbet i dagin-

stitutionen, uden at pædagogen kan trøste eller gribe ind (på grund af elendige normeringer). Det fordrer ikke barnets sociale robusthed, hvilket forældre ikke kan gøre noget ved, da de er væk fra barnet de fleste af deres vågne timer. Det kan derfor trække tæppet væk under meget af det, som forældre gør i dagligdagen med deres børn. Samtidig mener han, at det kan give omvendt resultat, at børn skal lære så meget som muligt så tidligt som muligt, fordi de kan blive bange og nervøse (ibid.). Til Jørgensens forsvar er han opmærksom på, at det afgørende for robusthed ikke kun skabes i familien, men at der skal være en overensstemmelse med det, der sker i daginstitutionen og skolen. Det er således et samspil mellem alle tre faktorer, selvom han mener, det primære ansvar ligger i familien. Jeg savner dog stadig en mere samfundskritisk indstilling. Og hvor går grænsen? Skal man som forældre tilpasse sine børn til en hvilken som helst kultur?

3.1.7 Kritik: Forventer ”curlingbørn” for meget eller for lidt af sig selv?

Jørgensen synes at mene at ”curlingbørn” forventer for meget af sig selv, fordi de ikke kan sige fra over for samfundets forventninger, når de ikke har fået den nødvendige robusthed gennem opvæksten. Ifølge Karkov (2017) udtaler Jørgensen til Berlingske, at den første generation af curlingbørn for længst er blevet voksne, og at det kan ses i stress-statistikkerne og høres i hysteriske råb om anerkendelse. De forstøver sjælen mod virkeligheden og bliver sårede og vrede, når de oplever, at verden ikke tilpasser sig dem. Det skyldes ikke kun en tilværelse med konstante forandringer og nye krav, men er også resultat af årtiers fejlslagen børneopdragelse i den bedste mening, hvor forældre har gjort, hvad de kunne for at få verden til at tilpasse sig barnet frem for omvendt. De er således blevet misinformeret til at tro, at de er verdens navne. Det støttes ifølge Felholt (2014a) også af Niels Ulrik Sørensen fra Center for Ungdomsforskning, som påpeger, at en stor gruppe børn med mange ressourcer måske er blevet overbeskyttet, og føler at de mistrives, når de møder en verden, hvor de ikke altid er i centrum. Deres robusthed er således svækket af deres måde at se verden på. Endvidere referer Felholt (2014b) til Jens Christian Nielsen, som påpeger, at nutidens forældre har en tendens til at lade de unge tro, at de kan blive til hvad som helst, men at unge ikke skal understøttes i ting, der er helt urealistiske for dem. Som læge og robustheds-

forsker Poul Lundborg Bak fra Institut for Folkesundhed på Aarhus Universitet også udtaler:

»Ros er godt. Det er bedre end skældud. Problemet er ufortjent ros, for det kan føre barnet ud i et selvbedrag. Det giver et urealistisk billede af, hvad man kan. Når barnet kommer ud i virkeligheden, rammer det som en boomerang i nakken. En del af det at være robust er at se sig selv i virkelighedens spejl og ikke et ønskespejl« (Felholt, 2014c).

Det vi kan konkludere ud fra disse udtalelser er, at de unge dels forventer mere af sig selv, fordi de ikke kan sige fra over for omverdens krav, dels fordi de har en tendens til at tro, at de kan blive til hvad som helst, fordi de understøttes i ting, som er urealistiske for dem. Man kan argumentere for, at det giver dem en urealistisk fornemmelse for, hvor meget arbejde deres forventninger kræver og en opfattelse af, at de kan opnå noget uden at yde noget, fordi de aldrig rigtig er blevet stillet krav og har fået alt serviceret. Samtidig synes der at være enighed om, at disse unge derudover forventer mere af omverdenen, fordi de føler, ”de er verdens navle”. Men hvis en studerende fx forventer et 12-tal uden at yde noget, kan det vel også blot skyldes en uvidenhed og urealistisk fornemmelse for kravene. Samtidig kan de vel også forvente 12, fordi de rent faktisk har gjort sig fortjent til det.

Omvendt mener jeg også, man kan argumentere for, at disse unge måske forventer for lidt af sig selv, fordi de er vant til at få alt gjort for dem. Særligt når man tager i betragtning, at opdragelsesformen ifølge Jørgensen fører til selvusikkerhed. Ifølge Gunge & Dreyer (2015) støttes det også af familieterapeut og ungecoach Pia Beck Rydahl, da hun i sin praksis møder et stigende antal børn, som ikke magter udfordringer og er meget usikre, fordi de er blevet overbeskyttet. Fx har hun haft unge, som ikke har kunne gå til frisøren, uden at deres forældre var med, fordi de ikke vidste, hvad de skulle sige. Børnene mister i det hele taget evnen til at tage udfordringer op. Tager man udgangspunkt i dette perspektiv, mener jeg samtidig, man kan stille spørgsmålstejn ved, om det at blive usikker eller handlingslammet i nogle situationer, er det samme som at være verdens navne?

Mit eget argument kan dog også modargumenteres. For er usikkerhed nødvendigvis det samme som at være ”curlet”? Kan man ikke forestille sig, at de unge kan blive usikre i nogle situationer, uden at det har noget med curling at gøre, men måske blot skyldes, at de ikke ved hvordan, de skal reagere, eller hvad de skal gøre i den

pågåeldende situation? Ifølge Gunge & Dreyer (2015) mener Dion Sommer ikke, at det underminerer børnenes selvstændighed at skærme dem fra det, vi opfatter som farefuldt, så længe vi forklarer dem, hvorfor vi finder det nødvendigt at hente og bringe dem. Sidst men ikke mindst kan et empirisk studie af Rice, Ashby & Preusser (1996, p. 260) også være med til at modargumentere, at ”curlingbørn” forventer for lidt af sig selv. De har vist, at overbeskyttende opdragelse (fra moren) kan føre til neurotisk perfektionisme og lavere selvværd hos børn. De mener, at der er to former for perfektionisme: den normale perfektionisme, hvor man kan vælge at være mindre perfektionistisk afhængig af situationen, og den neurotiske perfektionisme, som er de mennesker, som aldrig føler sig ”gode nok” uanset indsats eller succes (ibid., p. 246, 256). Forklaringen er, at børnene bliver overbevist om deres egen uformåenhed, og når de senere møder krav fra den ydre verden, vil det øge følelsen af utilstrækkelighed. Dette kompenserer de for ved at stræbe efter succes. Ud af 568 universitetsstuderende som blev screenet for perfektionisme, besvarede 58 (30 mænd, 28 kvinder) et spørgeskema. Aldersgruppen var mellem 18 og 32 år (ibid., p. 248f). 31 af dem var normale perfektionister, mens 27 var neurotiske perfektionister (ibid., p. 251). Trods begrænsninger ved studiet i forhold til den lille respondentgruppe og at der kun blev brugt selv-rapporterende måleredskaber i forhold til forældres opdragelsesstil i stedet for at inddrage forældrene, er det stadig et interessant resultat.

3.1.8 Kritik: Fjerner curlingdebatten fokus fra omsorgssvigtede børn?

Jeg mener samtidig, man kan argumentere for, at debatten om curling kan fjerne fokus fra de børn og unge, som udsættes for omsorgssvigt og mishandling. Det støttes ifølge Gunge & Dreyer (2015) også af Dion Sommer, som mener, at det er disse børn, vi skal holde øje med, da der ikke er nogen, som tager skade af overdreven beskyttelse. Ottoson & Dahl (2017) påpeger også, at curlingdebatten fjerner fokus på børn og unges reelle problemer, og de kritiserer Jørgensens udtalelse til Berlingske (29. maj 2017) om, at det er vores generations største problem, at vi alle i større eller mindre grad er fortravlede curlingforældre, der ikke stiller krav til vores børn. Ud fra deres egen aktuelle forskning konstaterer de, at det største problem omkring børn og unge i dagens Danmark ikke er, om man overbeskytter sine børn, men det er derimod

den gruppe af udsatte unge, som lever uden kærlighed og støtte fra deres forældre eller oplever fx mishandling, misbrug, psykisk sygdom eller mange uoverensstemmelser i hjemmet. Selvom det er vigtigt, at forholde sig til opdragelsen, har omsorgssvigtede børn og unge mest brug for samfundets opmærksomhed og indsats. Derfor mener de også, at daginstitutioner og skoler skal rette fokus mod de børn, hvis forældre ikke skubber så meget på, da det ofte er den type familier, der har brug for en pædagogisk og læringsmæssig indsats (i stedet for at fokusere på de aktive forældre).

Da han ikke går i dybden med den gruppe, som er blevet omsorgssvigtet, kan man argumentere for, at han bliver lidt reduktionistisk, da curling virker som et større problem for ham end omsorgssvigt. For at give et eksempel fra min egen praktik, nævnte en klient (med for høje forventninger til sig selv) at have en far, som aldrig var anerkendende og altid var streng, hvilket gav hende en følelse af aldrig at være god nok, fordi alt hun gjorde var forkert. En anden klient med for høje forventninger, i forhold til blandt andet at være en god mor, nævnte at have en mor, som altid havde prioriteret hendes skiftende kærester frem for hende, hvilket måske også kan have været en af årsagerne til følelsen af, at det hun gjorde aldrig var godt nok. Eller måske var det frygten for at være en fraværende mor (som sin egen mor). Da dette er mine egne cases fra min praktik og dermed mine egne fortolkninger, skal det ikke tages som fakta, men det kan være med til at belyse, hvordan omsorgssvigt måske også kan føre til alt for høje forventninger, som Jørgensen ikke går i dybden med.

3.1.9 Kritik: Kan det store fokus på robusthed bidrage til at presse folk yderligere?

Man kan argumentere for, at diskursen om robusthed på et eller andet plan bliver en retorik om at være perfekt og præstere på et højt niveau, fordi vi nu også skal være ”perfekte” forældre. Vi skal gøre vores børn robuste og være forældre på en bestemt måde, fx ved ikke at hjælpe vores børn for meget. Det kan måske sætte et yderligere pres på forældre, som hjælper børnene meget, når de har travlt. I og med at curlingdebatten er så aktuel, kan man forestille sig, at det kan skabe en bekymring hos forældre om at blive set på som ”curlingforældre”. Samtidig kan man spørge, om vi

ikke bare er mennesker og hjælper barnet med tøjet, fordi vi har travlt, og ikke fordi vi er dårlige forældre?

Fokus på robusthed kan måske samtidig medføre, at forældre i fremtiden vil begynde at forvente mere af deres børn, fordi de ønsker, at deres børn skal klare sig godt på arbejdsmarkedet. På denne måde kan man forestille sig, at der bliver mindre plads til at begå fejl eller være barn/ung uden at være perfekt. Forældrene kommer derved indirekte, og uden man måske er klar over det, til at bidrage til det samfund, de prøver at undgå i forsøget på at opdrage børnene efter arbejdsmarkedets forventninger. Det kan måske netop føre til, at de unge føler sig pressede, fordi der forventes mere af dem, hvilket fører til følelsen af, at de ikke er gode nok, som de er. Man kan således spørge, om vi ikke stresser børnene yderligere ved at forvente mere af dem? Særligt når man tager i betragtning, at der med skolereformen fra 2014 blev indført længere skoledage. Et andet spørgsmål er, om det ikke også gør det svært for dem at nå alt det, der kræves, fx at hente søskende fra børnehaven, madpakke, lektier og fritidsaktiviteter? Det kan måske omvendt rejse en diskussion i forhold til, om børn så overhovedet er stressede, eller om denne ”stress” blot skyldes, at de tidligere var blevet ”curlet” og nu bliver stillet over for nye krav.

Men man skal ikke kun være en perfekt mor/far eller et robust barn, for robusthed synes også at være noget, som efterspørges på arbejdsmarkedet. Som Tolstøj (2017) påpeger, er der i øjeblikket voldsomt stor efterspørgsel på robuste medarbejdere. Stabile folk, som er rummelige, pålidelige, arbejdssomme og kan klare hastige skift, uden at det påvirker deres arbejde. Man skal således også være en robust medarbejder. Ifølge GRUMSEN@K.DK (2016) skyldes jagten på robuste medarbejdere, at stadig flere bliver ramt af stress. Det synes dog efter min mening paradoksalt, da man kan argumentere for, at retorikken og forventningen om robusthed giver omvendt effekt ved at presse folk yderligere. Arbejdsgivere søger folk, som ikke går ned med stress, angst og depression, men jeg har tidligere i specialet forklaret, hvordan præstationssamfundet netop kan være en årsag til, at flere forventer mere af sig selv, ikke føler sig gode nok og bukker under for presset. Man kan således argumentere for, at man på denne måde bidrager yderligere til det, man i første omgang forsøger at undgå og til det samfund, man ikke ønsker. Ifølge Learning (2016) er karriererådgiveren Lisa Dan enig i dette, da hun pointerer, at man ofte ikke ved, hvad man kommer ud for af faglige udfordringer, og denne usikkerhed kan føre til en ubehage-

lig følelse af utilstrækkelighed. Som hun siger med sine egne ord: *"Ingen bryder sig om at sige, at jeg kan ikke leve op til det, der forventes"* (ibid.).

Inden for arbejdspsykologiens verden er der også mange, som ser kritisk på begrebet. Tolstøj (2017) stiller sig fx kritisk over for, om man egentlig kan forvente robusthed af medarbejdere, hvis organisationen ikke er robust selv, og mener, at man bør løfte sig højere end det umiddelbare budgetplan og tage en stor etisk vurdering af, hvad ledelsens ansvar er. Jagten på robusthed skyldes ofte en afmagt fra ledelsen, fordi det går dårligt, og derfor kan det ikke kun være individets ansvar, om man trives eller får stress.

3.1.10 Kritik: Er Jørgensen ukritisk hoppet med på diskursen om robusthed?

Efter min mening virker det pudsigt, at Jørgensen fokuserer så meget på at skabe robuste børn omkring samme tidspunkt, hvor det netop efterspørges på arbejdsmarkedet, og man kan derfor spørge, om han ukritisk er hoppet med på diskursen om robusthed ved at gå med på en diskurs om curling? Hans definition af robusthed adskiller sig godt nok fra arbejdsmarkedets definition ved ikke at fokusere på præstation og indeholder også sårbarhed. Derudover påpeger han også selv, at robusthed er et lidt "farligt" begreb, fordi kravet om robusthed kan misbruges og være med til at presse en person til at yde og præstere udover bristepunktet. At sætte mange ressourcer ind på at modstå presset og netop være robust kan medføre, at man lider under det og måske til sidst bukker under på grund af stress og dårlig trivsel (Jørgensen, 2017, p. 13, 19). Tager man dog udgangspunkt i hans begrebsafklaringer, kan det forstås som om, at robusthed går længere end begrebet modstandskraft (resiliens), for som uddybet i redegørelsen er modstandskraft: *"(...) evnen til at komme sig eller overvinde følgerne af et traume eller en belastning. Altså at være robust på den måde, at man ikke lader sig slå ud, men rejser sig"*. Det fremstår således som om, at det er muligt at opleve et traume, men man kommer sig og overvinder det, hvorimod robusthed er karakteriseret ved, at man kan holde ud. Hvis man kan holde ud, bliver man vel ikke ramt af modstand? På denne måde kommer det til at virke som om, at han modsiger sin egen teori om, at robusthed indeholder sårbarhed, da det lyder som om, at man skal kunne holde til alt. Selv hvis det ikke er det, han mener, vurderer

han stadig, at det er vigtigt, at vi forholder os til begrebet. Det mener jeg kan være farligt, da arbejdsmarkedet forventer, vi skal kunne holde til alt, hvilket ikke virker rimeligt. Det er næsten som om, man fjerner en del af det at være menneske, når man fokuserer på robusthed, som fx følelser. Hvis det ikke længere er nok, at man kan håndtere modgang konstruktivt, men i stedet slet ikke må opleve modgang, må det antages, at det i sidste ende bliver meget værre, da det bidrager til presset. Som Harris (2011, p. 22) pointerer, er smerte en uundgåelig del af livet, da alle kommer til at opleve dødsfald i familien eller at føle sig stressede på et eller andet tidspunkt i livet. Hvis man ikke længere må sørge, og vi skal ignorere vores smerte, så er det først, at vi får psykiske problemer. I stedet er det vigtigt, at vi er villige til at være med det, vi føler. Som psykologen Eva Hertz pointerer, eksisterer der en række test, som kan måle mental robusthed, men de fleste giver et øjebliksbillede. Man kan godt få meget robuste mennesker, men som så bliver ødelagt af manglende ledelse, for stor arbejdsmængde og lav kontakt med kollegaer (GRUMSEN@K.DK, 2016). Santesson (2016) henviser derudover til stresseksperter Thomas Milsted, som heller ikke mener, at robusthed kan stå alene, da der ikke er nogen mennesker, som bare er robuste. Alle kan knække på et tidspunkt. Robusthed handler ikke om at kunne i stiv kuling uden at vælte, men det handler om at kunne fjerne sig fra den stive kuling – at vide, hvad man tåler og at sige fra over for resten. Einar B. Baldursson kommer også med en interessant pointe i samme artikel, da han mener, jagten på såkaldt robuste medarbejdere virker febrilsk og er misforstået:

”(...) Hvis du vil finde folk, der ikke bliver stressede, så gå efter dem, der ikke er optaget af deres arbejde, og som ikke sætter mål for sig selv. Eller dem, som har en stor selvtilid og bruger jobbet til at skabe opmærksomhed om sig selv. Og så er der narcissisterne, der klynker og brokker sig og ender med at få alle privilegierne – de tager heller ikke arbejdet tungt og går ikke ned med stress, så dem kan du også kalde robuste” (ibid.).

Men det er nok ikke den type medarbejdere, arbejdsgiverne regner med at få, når de skriver 'robust' i et jobopslag, og det burde heller ikke være dem, de søgte efter. Han udtaler endvidere, at dem der ikke umiddelbart synes mest robuste er kendetegnet ved at være ydmyge og ansvarlige. De er meget hjælpsomme uden at gøre et nummer ud af det, og de deler gerne ud af deres viden. Samtidig er de mere sårbare over for stress, fordi de tager opgaveløsningen tungt og bliver relativt nemt bekymrede, da det ligger i pligten. Man bliver kun god til det, man gør, hvis man gør det ordentligt, og

det gør de. De besidder både kompetencer og sårbarhed, men en stærk psyke er ifølge Baldursson ikke nødvendigvis det, der skal til (ibid.).

Samtidig mener jeg, at man kan spørge: Hvis man blot skal stoppe op og udstå i stedet for at ”bukke under”, bliver man så ikke tilpasset? Hvor meget indlevelse får man, hvis man bare stopper op og holder ud? Og fører robustheden og manglen på indlevelse i sidste ende ikke til, at man ikke kan stoppe op og holde ud længere? Derudover mener jeg ikke, at de mest robuste medarbejdere nødvendigvis er de bedste, dygtigste eller mest empatiske medarbejdere. Man kan måske endda stille spørgsmålstegn ved, hvor meget empati en robust medarbejder egentlig har, for er det overhovedet muligt at sætte sig ind i andres følelser, hvis man skal kvæle sine egne? Dermed ikke sagt at robusthed ikke er godt, men spørgsmålet er, om man opgiver andre egenskaber, som er mindst lige så gode, hvis ikke bedre? Tolstøj (2017) mener også, man giver køb på andre vigtige kompetencer, når man forventer robusthed, og at det er værd at tænke over, hvad bekostningen kan være, da robuste medarbejdere ikke passer til alt. Det er ikke alle job, hvor en robust medarbejder vil gøre det bedre end en sensitiv, som nærmest er det modsatte. Robuste medarbejdere er ikke særlig følsomme, de reagerer rimeligt ens på alting, og de mærker heller ikke så meget efter. Det medfører, at de generelt er dårligere til at fornemme ting, genkende situationer fra før eller anvende deres mavefornemmelse, fx i forhold til om de løber en risiko. Som han siger med sine egne ord: ”*Hvem siger, at en robust medarbejder f.eks. vil være en god advokat for retfærdighed?*” (ibid.), og man bør derfor vurdere, om jobbet passer til at blive besat af en robust medarbejder.

Sidst men ikke mindst mener jeg, man kan stille spørgsmålstegn ved, hvor meget man egentlig behøver at fokusere på robusthed, da robusthed i udtalt grad kan være opstået på baggrund af knapt så positive oplevelser for personen. Ifølge Tolstøj (2017) har studier vist, at personer der udsættes for store udsving tidligt i livet kan udvikle en stor grad af robusthed. Samtidig pointerer Jørgensen også, at man kan blive robust ved hjælp af mestringsstrategier senere. Det tyder således på, at man dels kan udvikle en stor grad af robusthed ved at have oplevet store udsving tidligere i livet, dels ved hjælp af mestringsstrategier.

4.0 Personlighedspsykologi

I dette personlighedspsykologiske afsnit vil der blive henvist til forskellige studier, som har vist en sammenhæng mellem høje forventninger og forskellige personlighedstræk og personlighedsdimensioner. Da personlighedstræk eller personlighedsdimensioner dels anses for noget, man er født med, dels for noget man har fået udviklet gennem opvæksten, kan det være med til at belyse, hvorfor nogle buk-ker under for presset, mens andre ikke gør.

4.1 Maladaptiv perfektionisme

4.1.1 Redegørelse

Ifølge Stoeber & Rambow (2007, p. 1380) er det nødvendigt at skelne mellem en positiv (adaptiv) og negativ (maladaptiv) dimension i forhold til perfektionisme, hvilket der generelt synes at være enighed om, når man tager et kig på den eksisterende forskning. Den positive dimension indebærer perfektionistiske bestræbelser og høje standarder i forhold til præstation og bliver beskrevet som normal, sund og adaptiv perfektionisme. Den negative form for perfektionistiske er bekymringer, negativ attitude i forhold til fejl, hård selvkritik, følelser af uoverensstemmelse mellem præstation og forventninger, negative reaktioner fra andre eller pres fra forældre/andre til at være perfekt. Denne dimension er blevet beskrevet som neurotisk, usund eller maladaptiv perfektionisme (ibid., p. 1380). Hvor den adaptive form for perfektionisme kan føre til højere motivation og større succes, har den maladaptive form negative konsekvenser og kan føre til depression (ibid., p. 1386). Det demonstrerede de i et studie med 121 9. klasse elever, hvor de målte for perfektionisme i skolen, pres fra forældre til at være perfekt, motivation, præstation og trivsel. Deres resultat viste blandt andet, at negative reaktioner på ikke at være perfekt var relateret til frygt for at fejle, somatiske og depressive symptomer (ibid., p. 1379). Derudover påpeger Powers, Zuroff & Topciu (2004, p. 61) ud fra deres studie med 211 universitetsstuderende, at selvkritisk perfektionisme og åbenlys selvkritik var uafhængige prædikatorer for depression.

4.1.2 Analyse

Der synes generelt at være enighed om, at perfektionisme er en multidimensionel egenskab. Årsagen til at det ikke er alle unge med høje forventninger, som bukker under for det kulturelle pres, kan ud fra ovenstående empiriske studier forstås som, at nogle er adaptive perfektionister, mens andre er maladaptive perfektionister. Dem som er maladaptive perfektionister, og altså er selvkritiske eller har overbevisninger om, at andre vil have, at de er perfekte, synes at være mere sårbare over for at få en depression. Personlighedstræk eller personlighedsdimensioner kan naturligvis ikke forklare, hvorfor flere synes at have høje forventninger i dag.

4.1.3 Diskussion og kritik

Skellet mellem adaptiv og maladaptiv perfektionisme kan naturligvis ikke stå alene i forhold til at forklare, hvorfor nogle er mere sårbare end andre, da der ikke tages udgangspunkt i udviklingsmæssige betingelser eller andre personlighedstræk og personlighedsdimensioner, som måske kan have større indflydelse på resultatet. Det vil blive behandlet efter dette diskussionsafsnit.

Samtidig skal det pointeres, at der også er udført studier, som viser at selvorienteret perfektionisme (at have urealistiske standarder og forventninger til sig selv) også kan føre til depression. Fx har Hewitt, Flett & Ediger (1996, p. 276) i deres longitudinelle studie testet, om forskellige dimensioner af perfektionisme interagerede med stress for at forudsige depression over tid. Undersøgelsen tog udgangspunkt i 103 nuværende og tidligere patienter fra en organisation, som tilbyder støtte til individer, som har eller har haft depression. De besvarede et spørgeskema, der målte perfektionisme og depression. 4 måneder efter besvarede de samme spørgeskema. Der blev kontrolleret for depression ved første måling, og resultatet viste, at selvorienteret perfektionisme interagerede med præstationsstress i forhold til at få en depression 4 måneder efter. Samtidig havde socialt foreskrevne perfektionister (det de kalder 'socially prescribed perfectionism') større sandsynlighed for at få depression. Disse perfektionister er mennesker, som har en overbevisning om, at andre har perfektionistiske standarder for en selv og derfor prøver at leve op til disse forventninger. Til trods for at socialt foreskrevne perfektionister havde større sandsynlighed

for at få en depression, viser dette studie samtidig også en relation mellem selvorienteret perfektionisme og depression, hvis man oplever præstationsstress.

Derudover har Flett, Coulter, Hewitt & Nepon (2011, p. 159) blandt andet vist, at der hos 81 elever fra 7. og 8. klasse var en sammenhæng mellem perfektionisme, depression og bekymring, og at ruminering havde indflydelse på relationen mellem perfektionisme og depressive symptomer. Dette mener de understøtter den maladaptive form for kognitiv reaktivitet i perfektionisme, og det konkluderes derfor, at perfektionisme generelt er maladaptivt.

Sidst men ikke mindst har Hewitt & Dyck (1986, p. 137) udført et studie med 105 universitetsstuderende, som har vist, at relationen mellem stressfulde livsbegivenheder og depression kun var signifikant, når de scorede højt på perfektionistiske attituder, hvilket blev forstærket af, at stressfulde livsbegivenheder og tidligere perfektionistiske attituder ikke forudsagde depression. En svaghed ved dette studie er måske, at der ikke opdeles mellem adaptiv og maladaptiv perfektionisme, og derfor er det uvist, om dette studie egentlig kun måler for maladaptiv perfektionisme og ikke har den adaptive form med. De to forrige studie viser dog dette skel.

Disse studier modbeviser således analyseafsnittet, da begge former for perfektionisme synes at være relateret til depression. Fremtidig forskning bør måske i højere grad sammenligne de to former for perfektionisme, da det kan være vigtigt i praksis, dels i forhold til interventioner, dels i terapien. Fx vil man på denne måde kunne opnå større klarhed i forhold til, om man skal arbejde på helt at reducere perfektionisme, eller om det er nok blot at arbejde med de maladaptive tanker. En mulig forklaring til de modsatrettede resultater kan måske være selvværd, som belyses i næste afsnit. Samtidig er en generel kritik af spørgeskemaer ifølge Coolican (2009, p. 52), at de kun kan give begrænset og urealistisk information, da måleredskaberne kun indkapsler en lille del af de begreber, som undersøges. Derudover er der ofte tale om lukkede spørgsmål, hvilket gør, at respondenterne kan misforstå spørgsmålene (ibid., p. 174f). Sidst men ikke mindst har mennesker generelt et stærkt motiv til at 'se godt ud' i både eksperimenter og spørgeskemaer – et fænomen kaldt "social desirability" (ibid., p. 95).

4.2 Selvværd

4.2.1 Redegørelse

Tager man et kig på den eksisterende forskning, synes der at være en relation mellem personlighedsdimensionen selvværd, maladaptiv perfektionisme og depression. Fx har Ashby & Rice (2002, p. 197, 199) undersøgt denne sammenhæng i et studie med 262 universitetsstuderende mellem 17-56 år. De fandt, at adaptiv perfektionisme var positivt relateret til selvværd, og at maladaptiv perfektionisme korrelerede negativt med selvværd. Det indikerede, at maladaptive perfektionister (som er karakteriseret ved at være særligt selvkritiske) generelt havde dårligere selvværd. Denne sammenhæng støttes også af Rice, Ashby & Slaney (1998, p. 304), som blandt 464 universitetsstuderende ikke fandt en sammenhæng mellem adaptiv perfektionisme, selvværd og depression. Derimod var der en sammenhæng mellem maladaptiv perfektionisme, lavt selvværd og depression. Samtidig havde selvværd en betydning i forhold til effekten mellem maladaptiv perfektionisme og depression.

Betydningen af selvværd på forholdet mellem maladaptiv perfektionisme (socialt foreskrevne perfektionister) og depression støttes endvidere af Preusser, Rice & Ashby (1994, p. 88), som undersøgte sammenhængen blandt studerende (43 mænd og 124 kvinder) mellem 19-62 år. Derudover spillede selvværd også en rolle for relationen mellem selvorienteret perfektionisme og depression hos kvinder. Selvværd synes således at kunne forklare, hvorfor nogle perfektionister får en depression.

Sidst men ikke mindst har Moroz & Dunkley (2015, p. 174) undersøgt sammenhængen mellem selvkritisk perfektionisme, selvværd og depressive symptomer blandt 210 voksne ved hjælp af spørgeskemaer. Deres studie viste blandt andet, at effekten mellem selvkritisk perfektionisme og depressive symptomer hang sammen med lavt selvværd. Det betyder, at folk med lavt selvværd samtidig også var selvkritiske perfektionister og havde depressive symptomer (og omvendt den anden vej rundt).

4.2.2 Analyse

Ud fra ovenstående studier kan det antages, at årsagen til at nogle unge med høje forventninger er mere sårbare over for det kulturelle pres end andre ikke kun skyldes, at de er maladaptive perfektionister, men de synes også generelt at have lavere selvværd. Det er således en af de faktorer, som gør, at de er mere sårbare over for det kulturelle pres end andre, da det er mere sandsynligt, at de får en depression. Personlighedsdimensionen selvværd kan naturligvis ikke forklare, hvorfor flere synes at have høje forventninger i dag.

4.2.3 Diskussion og kritik

Selvværd kan muligvis være årsag til de modsatrettede resultater belyst i afsnittet om maladaptiv perfektionisme og adaptiv perfektionisme i forhold til depression. Det kan måske være med til at belyse, hvorfor adaptiv perfektionisme tilsyneladende også kan være relateret til depression, da svaret måske ligger i deres selvværd.

Dog findes der et studie, som har vist en sammenhæng mellem begge former for perfektionisme (adaptiv og maladaptiv), betinget selvværd og depression, hvilket modsiger redegørelsen og analysen i forhold til, at det er maladaptive perfektionister, som har lavere selvværd og større sandsynlighed for at få en depression. Sturman, Flett, Hewitt & Rodolph (2009, p. 213) har fremført et studie med 170 universitetsstuderende (kvinder) for at undersøge, hvordan betinget selvværd spiller en rolle i forhold til perfektionisme og depression. De fandt, at perfektionisme var associeret med betinget selvværd, hvilket igen var relateret til depressive symptomer. Denne sammenhæng skyldes, at perfektionister baserer deres selvværd på at være succesfulde og aktive i forhold til at nå deres mål. Når de ikke er succesfulde, er der således større sandsynlighed for at få depression, fordi de har negative selvskemaer. Dette kaldes betinget selvværd, da de opfatter værd som ensbetydende med at være succesfuld og er samtidig karakteriseret af et behov for bekræftelse. Dog er det vigtigt at pointere, at der findes flere studier, som støtter sammenhængen mellem maladaptiv perfektionisme, selvværd og depression (som belyst i redegørelsen). En anden mulig forklaring er, at der i disse studier ikke inddrages andre personlighedstræk (fx neuroticisme), som måske vil kunne forklare disse forskellige resultater. Betydningen af neuroticisme vil blive belyst i næste afsnit.

At personlighedstræk ikke inddrages i disse studier er således en svaghed, men selvværd kan heller ikke stå alene i forhold til at forklare, hvorfor nogle unge med høje forventninger er mere sårbare end andre, da opdragelsens betydning ikke tages i betragtning.

En anden svaghed er, at korrelationsstudier kun kan demonstrere, at begreber er relaterede, da det ofte er svært at sige noget om, hvad der fører til hvad. Er det depressionen, der fører til lavere selvværd og perfektionisme, eller er det omvendt disse træk, der fører til depression? Det er dog noget, kontrollerede laboratorieeksperimenter kan tydeliggøre. Longitudunelle studier er også gode, da man kan bruge dem til at se, hvad der sker over tid, men der kan stadig være andre faktorer, der kan spille ind, som ikke kan udelukkes fra studiet på samme måde, som man kan i eksperimenter. Det gør dog ikke resultaterne mindre relevante, da denne viden muligvis kan bruges i praksis. Hvis man kan styrke perfektionisters selvværd, kan man forestille sig, der vil være færre, som vil blive deprimerede i fremtiden.

4.3 Big Five personlighedstræk

4.3.1 Redegørelse

Meget tyder på, at den adaptive og maladaptive form for perfektionisme hænger sammen med bestemte personlighedstræk. Hill (1997, p. 257) har undersøgt sammenhængen mellem perfektionisme og Big Five personlighedstræk blandt 214 studerende med en gennemsnitsalder på 19 år. Selvorienteret perfektionisme var stærkt relateret til samvittighedsfuldhed (fx i forhold til pligtoplevelse), men også moderat med nogle facetter af venlighed og neuroticisme (vred fjendtlighed). Socialt foreskrevet perfektionisme var dog relateret til subskalaen af neuroticisme, som har med depression at gøre (skyld, tristhed, ensomhed og håbløshed), fordi de har brug for konstant bekræftelse fra andre. Det indikerer, at selvorienterede perfektionister ikke oplever den depressive side af neuroticisme, som ellers typisk karakteriserer neuroticisme. I stedet oplever de vrede eller frustration og har nemmere ved at håndtere stress. De konkluderede, at selvorienteret perfektionisme hovedsageligt var adaptivt, mens socialt foreskrevet perfektionisme var maladaptivt.

Uli & Tezer (2010, p. 327) har også undersøgt sammenhængen mellem Big Five personlighedstræk i adaptive og maladaptive dimensioner af perfektionisme blandt 604 tyrkiske universitetsstuderende. Deres resultater viste, at adaptiv perfektionisme hang sammen med samvittighedsfuldhed og åbenhed over for oplevelser, mens den maladaptive perfektionisme hang sammen med neuroticisme og angst.

Derudover har Cruce et. al. (2012, p. 268f) undersøgt sammenhængen mellem selv-evaluerende perfektionisme (maladaptiv), samvittighedsfuld perfektionisme (adaptiv) og Big Five personlighedstræk blandt 390 universitetsstuderende. Den selv-evaluerende perfektionisme svarer til den maladaptive perfektionisme i forhold til bekymringer over fejl, behov for bekræftelse, ruminering og opfattet pres fra forældre. Den samvittighedsfulde perfektionisme svarer derimod til den adaptive type, som er karakteriseret ved organisation, stræben efter at klare sig exceptionelt, planlægning og høje forventninger til andre. Deres resultater viste, at den selv-evaluerende perfektionisme var moderat relateret til neuroticisme, hvorimod den samvittighedsfulde perfektionisme var stærkt relateret til samvittighedsfuldhed.

Sidst men ikke mindst har Dunkley, Mandel & Ma (2014, p. 616) blandt andet undersøgt sammenhængen mellem neuroticisme, perfektionisme, daglig stress reaktivitet og coping blandt voksne. Selvom både den selvkritiske perfektionisme (maladaptiv) og personlige standarder (adaptiv) var relateret til emotionel reaktion på stress efter 6 måneder og 3 år, var det kun den selvkritiske perfektionisme, som hang sammen med neuroticisme.

4.3.2 Analyse

Ud fra ovenstående studier og resultater, tyder det på, at samvittighedsfuldhed generelt er relateret til den adaptive form for perfektionisme, mens neuroticisme er relateret til den maladaptive form. Selvom neuroticisme i det første studie er relateret til begge former for perfektionisme, er det vigtigt at se på subskalaerne inden for neuroticisme, da man kan se, at den maladaptive form hænger sammen med subskalaen depression. Dette kan måske være med til at forklare, hvorfor nogle unge med høje forventninger får en depression i forhold til andre.

Studierne kan naturligvis ikke forklare, hvorfor flere synes at have høje forventninger i dag.

4.3.3 Diskussion og kritik

Det kunne være interessant at se ovenstående studier i relation til selvværd, særligt fordi tidligere afsnit dokumenterede, at selvværd har betydning på forholdet mellem perfektionisme og depression. Hvordan ville ovenstående resultater se ud, hvis man samtidig inkluderede selvværd? Ville effekten være ens? Ville selvværd have større betydning? Eller ville begge variable have lige stor betydning?

Samtidig kan Big Five personlighedstræk heller ikke stå alene i forhold til at forklare, hvorfor nogle er mere sårbare end andre, da der fx ikke tages udgangspunkt i udviklingsmæssige betingelser.

Disse studier synes at være relevante i praksis. Man kan måske forestille sig eller argumentere for, at maladaptive perfektionister er sværere at behandle, fordi de generelt har en mere neurotisk personlighedsstruktur. Derfor kan det måske være svært at arbejde med deres selvværd eller perfektioniske attituder.

5.0 Overordnet diskussion

Der synes at være en generel og overordnet tendens i vores samfund, hvor folk forventer umenneskeligt meget af sig selv, som synes at skyldes noget samfundsmæssigt. Hvor O. Pedersen har et mere makrosociologisk perspektiv, har de resterende teoretikere et mere mikrosociologisk perspektiv, hvilket fører til determinisme/valgfrihed problemstillingen (som tidligere diskuteret). Samtidig har teoretikerne fra det socialpsykologiske afsnit svært ved at forklare, hvorfor nogle mennesker bukker under for presset, mens andre ikke gør. Giddens byder ind med den ontologiske sikkerhed, men da hans teori hovedsageligt er positiv, og han ikke går i dybden med de mennesker, som ikke har fået udviklet en ontologisk sikkerhed, forklarer han reelt set ikke, hvad konsekvensen ville være. A. Petersen nævner coping og social støtte, men senere nævner han smidiggørelsen af det indre som det afgørende for, om man udvikler depression eller ej, hvilket skaber lidt uklarhed. Spørger man derimod Jørgensen, skyldes de unges høje forventninger at flere vokser op i et hjem med en eftergivende opdragelse, som medfører en mindre robust karakter, der gør, at de ikke kan sige fra over for det samfundsmæssige pres. Men da han ikke går i dybden med de samfundsmæssige ændringer, kommer det dels

til at virke som om, han stopper med at blive samfundskritisk, dels som om at de unges høje forventninger ikke kan forklares ud fra noget samfundsmæssigt uafhængigt af opdragelsen. Tager man udgangspunkt i de socialpsykologiske og sociologiske teorier, synes de samfundsmæssige ændringer at have stor betydning for, hvorfor flere synes at forvente for meget af sig selv, og derfor bliver dette en svaghed ved Jørgensens teori. Derudover synes der at mangle empiri, som kan belyse, hvor skadeligt curling virkelig er, og derfor kan man spørge, om Jørgensen blot er blevet én stor tilpasning, fordi der netop fokuseres så meget på robusthed i dag?

Selv hvis curling skulle vise sig at være skadeligt, synes der at være andre ting, som også er vigtige i forhold til at forklare, hvorfor nogle mennesker bukker under for presset. Det gælder bestemte personlighedstræk, personlighedsdimensioner og den ontologiske sikkerhed, som han ikke går i dybden med. På denne måde kommer det også til at fremstå som om, at den eftergivende opdragelsestype er mere skadelig end reel omsorgssvigt.

Høje forventninger synes således at være et alment problem, men når det fører til depression, er det vigtigt at inddrage opdragelsen og individuelle personlighedstræk. Ser man kun på de samfundsmæssige faktorer, risikerer man at gøre depression til et samfundsproblem, men ville hele befolkningen ikke være syge, hvis det var tilfældet? Omvendt er det også vigtigt ikke kun at se på opdragelsen, da man tydeligvis ikke kan se bort fra de samfundsmæssige ændringer. Dette synes vigtigt at være opmærksom på i praksis og i forhold til interventioner, da det nok er tvivlsomt, at ændringer i opdragelsen alene kan føre til, at færre vil have for høje forventninger til sig selv.

6.0 Konklusion

Årsagen til at flere unge synes at forvente mere af sig selv i dag, og hvorfor nogle er mere sårbare over for det kulturelle pres end andre kan ud fra sociologiske og psykologiske teorier forstås på flere forskellige måder. Spørger man O. Pedersen, kan man forstå de unges høje forventninger ud fra noget kulturelt i form af den konkurrencestat, vi i dag lever i, men der kan ikke gives et svar på, hvorfor nogen er mere sårbare over for det kulturelle pres end andre. Brinkmann synes at være enig i, at det skyldes et kulturelt pres, men han kobler det til et konstant udviklingskrav på flere livsområder i dag, som fører til, at de unge vil mere, end de kan klare. En anden årsag er, at valg ofte baseres på lyst og interesse i stedet for noget, som er større end én selv (fx værdien). Brinkmann giver dog heller ikke et svar på, hvorfor nogle mennesker er mere sårbare over for presset.

Dette uddyber A. Petersen yderligere, da han mener, det skyldes præstationssamfundets værdier om at præstere, uanset hvad præstationen handler om, og det afgørende for hvorfor nogle er mere sårbare over for det kulturelle pres, skal dels findes i hans forklaring om coping og sociale støtte, dels i teorien om smidiggørelsen af det indre. Spørger man derimod Giddens, kan det forstås som, at der i dag er en forventning om, at vi selv bestemmer, hvad vi vil med vores liv, hvilket måske kan føre til, at flere gerne vil være den bedst mulige version af sig selv, men også at man selv står til ansvar for den efterfølgende straf, hvis man fx ikke får høje karakterer og ikke kommer ind på drømmeuddannelsen. Årsagen til hvorfor nogle er mere end andre, må skyldes mangel på den ontologiske sikkerhed, selvom han ikke går i dybden med dem, som ikke har fået udviklet den ontologisk sikkerhed. Ud fra Beck & Beck-Gernsheims teori kan de unges høje forventninger også analyseres til at skyldes noget kulturelt, da usikkerheden ved det moderne samfund medfører en frygt for breakdown i biografien. Hvorfor nogle er mere sårbare over for det kulturelle pres, gives der ikke et svar på.

Derudover synes der at være en del empiriske studier, som støtter, at sociale medier og skønhedsidealet kan være medspillende faktorer i forhold til, hvorfor flere unge i dag synes at have for høje forventninger til sig selv, dels fordi de sammenligner deres liv og udseende med, hvad de ser på sociale medier, dels fordi der er et pres om at opretholde et 'perfekt jeg' på sociale medier og få likes.

Tager man derimod udgangspunkt i Jørgensens teori, skyldes de unges høje forventninger til sig selv ud hovedsageligt, at de fleste børn og unge i dag vokser op i et hjem med den eftergivende opdragelsestype, hvor der ikke kræves nok af børnene i forhold til de daglige pligter. Det medfører en mindre robust karakter, som gør, at de ikke kan sige fra over for det samfundsmæssige pres og er således forklaringen på, hvorfor nogle er mere sårbare end andre. En anden årsag til denne sårbarhed må skyldes den konfliktfyldt-afmægtige opdragelsestype.

Personlighedspsykologien kan også være med til at forklare, hvorfor nogle er mere sårbare end andre. Ifølge empiriske studier er der en sammenhæng mellem maladaptiv perfektionisme og depression. Dog er det vigtigt at pointere, at der også er studier, som har fundet en sammenhæng mellem adaptiv perfektionisme og depression, og fremtidig forskning bør måske gå mere i dybden med de to former for perfektionisme. Samtidig har flere studier fundet en sammenhæng mellem maladaptiv perfektionisme, selvværd og depression, hvilket kan være med til at forklare, hvorfor nogle unge er mere sårbare over for det kulturelle pres end andre, da de ikke kun er maladaptive perfektionister, men samtidig synes at have dårligere selvværd. Sidst men ikke mindst er der studier, som støtter sammenhængen mellem neuroticisme (særligt depression-subskalaen) og maladaptiv perfektionisme. Perfektionistiske unge, som er særligt sårbare over for depression, er derfor måske også karakteriserede ved at være særligt neurotiske. Hvis det er tilfældet, kan man forestille sig eller argumentere for, at maladaptive perfektionister er sværere at behandle i terapien, fordi de generelt har en mere neurotisk personlighedsstruktur. Det kan måske gøre det svært at arbejde med deres selvværd eller perfektioniske attituder.

At der er flere unge, som forventer mere af sig selv i dag skal således dels forstås ud fra noget kulturelt (i form af et pres om præstere i det uendelige, at stå til ansvar for sit eget liv og den efterfølgende straf, breakdown i biografen samt pres fra udbredelsen af sociale medier og skønhedsidealet), men også noget udviklingsmæssigt i form af opdragelsen, som ifølge Jørgensen synes at føre til en mindre robust karakter hos børn og unge i dag. Dette kan også være med til at belyse, hvorfor nogle er mere sårbare over for det kulturelle pres end andre. Sidst men ikke mindst kan det forklares ved den ontologiske sikkerhed samt personlighedstræk og personlighedsdimensioner.

7.0 Referenceliste

Andersen, H. & Kaspersen, L. B. (2007) (red.). *Klassisk og moderne samfundsteori* (4. udg.). Hans Reitzels Forlag, pp. 425-441 (16 sider).

Ashby, J. S. & Rice, K. G. (2002). Perfectionism, Dysfunctional Attitudes, and Self-Esteem: A Structural Equations Analysis. *Journal of Counseling and Development: JCD*, 80(2), 197-203 (7 sider).

Aydin, M. (unpub.). *Er min identitet ikke meget mere end mine tøjvalg og indkøbsvaner?* Bachelorprojekt.

Aydin, A. & Schou, C. S. (unpub.). *Facebook*. 2. semesters projekt.

Beck, U & Beck-Gernsheim, E. (2000). *Individualization*. London: Sage. Herfra kap 1 og 2 (28 sider).

Bertelsen, P. (2000). *Antropologisk psykologi: en almenpsykologisk opfattelse af den frie vilje, bevidstheden og selvet*, Kbh. : Frydenlund, pp. 49-52 + p. 200 (5 sider).

Brinkmann, S. (2008). *Identitet. Udfordringer i forbrugersamfundet*. Klim. (163 sider).

Brügger, N. & Vigsø, O. (2002). *Strukturalisme*. Roskilde Universitetsforlag, p. 84-86 (3 sider).

Burcharth, L. E. & Siegumfeldt, P. (2017a). *Studerende: Stress kommer indefra*. Nedtaget 16.05.17 fra http://magisterbladet.dk/magisterbladet/2017/052017/052017_p14

Burcharth, L. E. & Siegumfeldt, P. (2017b). *Stressede studerende er stadig glade for studiet*. Nedtaget 16.05.17 fra http://magisterbladet.dk/magisterbladet/2017/052017/052017_p26

Burcharth, L. E. & Siegumfeldt, P. (2017c). *“Livet, mand, livet!”*. Nedtaget 16.05.17 fra http://magisterbladet.dk/magisterbladet/2017/052017/052017_p19

Burcharth, L. E. & Siegumfeldt, P. (2017d). *Fedt med tryk på, men..* Nedtaget 16.05.17 fra http://magisterbladet.dk/magisterbladet/2017/052017/062017_p20

Cash, T. F. & Smolak, L. (eds.) (2011). *Body Image A Handbook of Science, Practice and Prevention*. New York, NY: The Guilford Press, p. 13f, 17, 41, 43, 119, 214 (7 sider).

Colman, A. M. (2008). *A Dictionary of Psychology*. (3. Ed.). Oxford University Press.

Coolican, H. (2009). *Research methods and statistics in psychology* (5. ed. London: Hodder & Stoughton, p. 52, 174f, 95 (4 sider).

Cruce, S. E., Pashak, T. J., Handal, P. J., Munz, D. C., & Gfeller, J. D. (2012). Conscientious Perfectionism, Self-Evaluative Perfectionism, and the Five-Factor Model of personality traits. *Personality and Individual Differences*, 53(3), 268-273. doi: 10.1016/j.paid.2012.03.013 (6 sider)

Dall, C. (2014). *Ny analyse: Færre unge bryder den sociale arv*. Nedtaget d. 18.04.17 fra <https://www.information.dk/indland/2014/10/ny-analyse-faerre-unge-bryder-sociale-arv>

Damløv, L., Pedersen, L.L. & Olsgård, G. (2017). *Tre gange så mange unge får diagnosen depression*. Nedtaget 09.05.17 fra <http://www.dr.dk/nyheder/indland/tre-gange-saa-mange-unge-faar-diagnosen-depression>

Dunkley, D. M., Mandel, T., & Ma, D. (2014). Perfectionism, neuroticism, and daily stress reactivity and coping effectiveness 6 months and 3 years later. *Journal of Counseling Psychology*, 61(4), 616-633 <http://dx.doi.org/10.1037/cou0000036> (18 sider).

Dyssegaard, P. S. (2016). *Mennesket i det moralske rum*. Interview med Svend Brinkmann. Nedtaget 11.07.17 fra <http://indput.dk/2016/09/mennesket-i-det-moralske-rum-interview-med-svend-brinkmann/>

Erikson, E. H. (1992). *Identitet – ungdom og kriser*. Hans Reitzels Forlag, p. 91 (1 side).

Ewen, R. B. (2003). *An Introduction to Theories of Personality* (7. Ed.). Mahwah, New Jersey: Lawrence Erlbaum Associates, pp. 203-220 (17 sider).

Feltholt, L. (2014a). *Unge har aldrig følt sig dårligere*. Nedtaget 09.03.17 fra <http://politiken.dk/forbrugogliv/sundhedogmotion/sygdom/art5543758/Unge-har-aldrig-f%C3%B8lt-sig-d%C3%A5rligere>

Feltholt, L. (2014b). *Eksperter om unges trivsel: Det perfekte er det nye normale*. Nedtaget 09.03.17 fra <http://politiken.dk/forbrugogliv/livsstil/trivsel/art5543865/Eksperter-om-unges-trivsel-Det-perfekte-er-det-nye-normale>

Feltholt, L. (2014c). *Unge bliver mindre robuste af for meget ros og for stor modgang*. Nedtaget 04.07.17 fra <http://politiken.dk/forbrugogliv/sundhedogmotion/art5543922/Unge-bliver-mindre-robuste-af-for-meget-ros-og-for-stor-modgang>

Festinger, L. & Aronson, E. (1960). Arousal and reduction of dissonance in social contexts. In Cartwright, D. & Zander, A. (Eds.). *Group dynamics*, 3rd edition, Evanston, IL: Row, Peterson & Co. (pp.125-136). In Aronson, E. & Pratkanis, A. R. (Eds.) (1993). *Social Psychology Vol II*. Aldershot, UK: Edward Elgar Publishing Limited. (11 sider).

Flett, G. L., Coulter, L. M., Hewitt, P. L., & Nepon, T. (2011). Perfectionism, Rumination, Worry, and Depressive Symptoms in Early Adolescents. *Canadian Journal of School Psychology*, 26(3), pp. 159-176 (17 sider).

Fuglsang, J. (2017). *Antallet af studerende, der får hjælp til psykiske problemer, er firdoblet*. Nedtaget 03.03.17 fra <http://politiken.dk/indland/art5844049/Antallet-af-studerende-der-får-hjælp-til-psykiske-problemer-er-firdoblet>

Gergen, K. J. (1973). Social Psychology as History. *Journal of Personality and Social Psychology*. 26(2), pp. 309-320 (11 sider).

Gibson, J. J. (1979). *The ecological approach to visual perception*. Hillsdale: Lawrence Erlbaum. Kap. 8 & 14 (42 sider).

Giddens, A. (1996). *Modernitet og selvidentitet. Selvet og samfundet under senmoderniteten*. Hans Reitzels Forlag (289 sider).

Giddens, A. (1994a). *Modernitetens konsekvenser*. Hans Reitzels Forlag (161 sider).

Giddens, A. (1994b). *Sociologi - en kort, men kritisk introduktion*. Hans Reitzels Forlag, pp. 13-20 (8 sider).

Giese, D. (2017). *Det moderne menneske skammer sig alt for meget*. Nedtaget 10.02.17 fra <http://politiken.dk/debat/art5780526/Det-moderne-menneske-skammer-sig-alt-for-meget>

Goffman, E. (1959). *The Presentation of Self in Everyday Life*. London: Penguin Books. Herfra kap. 3, 6, 7. (75 sider).

GRUMSEN@K.DK, 2016. *Forskere: Robusthed er et misforstået modeord*. Nedtaget 24.04.17 fra <https://www.kristeligt-dagblad.dk/danmark/robusthed-er-et-misforstaaet-modeord>

Gunge, U. & Dreyer, P. (2015). *Forældre pakker børnene ind i vat*. Nedtaget 04.07.17 fra <https://www.b.dk/nationalt/foraeldre-pakker-boernene-ind-i-vat>

Hansen, J. T. & Hermansen, M. (1999) (red.). *Sociologisk udfordring til psykologien*. Forlaget Klim, pp. 9-25 + 103-107 (22 sider).

Hargreaves, D. A., & Tiggemann, M. (2009). Muscular ideal media images and men's body image: Social comparison processing and individual vulnerability. *Psychology of Men & Masculinity*, 10(2), 109-119
<http://dx.doi.org/10.1037/a0014691> (10 sider).

Harris, R. (2011). *Acceptance and Commitment Therapy*. Dansk Psykologisk Forlag (355 sider).

Herrman, H., Stewart, D. E., Diaz-Granados, N., Berger, E. L., Jackson, B., & Yuen, T. (2011). What is Resilience?. *Canadian Journal of Psychiatry*, 56(5), 258-265. doi: 10.1177/070674371105600504 (8 sider).

Herring, S. C. & Kapidzic, S. (2015). *Teens, Gender, and Self-Presentation in Social Media*. In J. D. Wright (Ed.), *International encyclopedia of social and behavioral sciences*, 2nd edition. Oxford: Elsevier
<http://info.ils.indiana.edu/~herring/teens.gender.pdf> (10 sider).

-
- Hewitt, P. L., & Dyck, D. G. (1986). Perfectionism, stress, and vulnerability to depression. *Cognitive Therapy and Research*, 10(1), 137-142. doi: 10.1007/BF01173389 (6 sider).
- Hewitt, P. L., Flett, G. L., & Ediger, E. (1996). Perfectionism and depression: Longitudinal assessment of a specific vulnerability hypothesis. *Journal of abnormal psychology*, 105(2), 276. doi: 10.1037/0021-843X.105.2.276 (5 sider).
- Hill, R. (1997). Perfectionism and the Big Five Factors. *Journal of social behavior and personality*, 12(1), 257-270 (13 sider).
- Inglis, D. & Thorpe, C. (2012). *An Invitation to Social Theory*. Cambridge: Polity Press, pp. 208-209 (2 sider).
- Ingvorsen, E. S. (2017). *Psykologer uenige: Har vi opfostret en generation af curlingbørn?* Nedtaget 13.07.17 fra <http://www.dr.dk/nyheder/indland/psykologer-uenige-har-vi-opfostret-en-generation-af-curlingboern>
- International Society of Aesthetic Plastic Surgery. Nedtaget 31.07.17 fra: <https://www.isaps.org/news/isaps-global-statistics>
- Jørgensen, C. R. (2008). *Identitet*. Hans Reitzels Forlag, pp. 37-38 (2 sider).
- Jørgensen, P. S. (2017). *Robuste børn*. Kristeligt Dagblads Forlag (218 sider).
- Karkov, R. (2017). *Curling-generationen er blevet misinformeret til at tro de er verdens navle*. Nedtaget 13.07.17 fra <https://www.b.dk/nationalt/psykolog-curling-generationen-er-blevet-misinformeret-til-at-tro-de-er-verdens>
- Kaspersen, L. B. (1995). *Anthony Giddens – introduktion til en samfundsteoretiker*. Hans Reitzels Forlag, pp. 174-196 (22 sider).
- Koester, T. (2005) *Psykologi: Metode, begreb og teori*, i: Koester, T. & Frandsen, K. red. 2005, *Introduktion til psykologi*, København: Frydenlund, s. 27-58 (31 sider).
- Kott, S. (2017). *Ekspert om curlingforældre: Det er et fantom, en konstruktion*. Nedtaget 04.07.17 fra <http://jyllands-posten.dk/livsstil/ECE9680621/ekspert-om-curlingforaeldre-det-er-et-fantom-en-konstruktion/>

Learning, I. (2016). *Al den snak om robusthed kræver... robusthed*. Nedtaget 24.04.17 fra <https://universe.ida.dk/artikel/al-den-snak-om-robusthed-kræver-robusthed-35503/>

Moroz, M., & Dunkley, D. M. (2015). Self-critical perfectionism and depressive symptoms: Low self-esteem and experiential avoidance as mediators. *Personality and Individual Differences*, 87, pp. 174-179 (6 sider).

Ottoson, M. H. & Dahl, K. M. (2017). Curling-debat fjerner fokus fra børn og unges reelle problemer. Nedtaget 04.07.17 fra <https://www.b.dk/kronikker/curling-debat-fjerner-fokus-fra-boern-og-unges-reelle-problemer>

Patscheider, C. S. (2017). *Studie-doping: De unge sluger adhd-piller for at klare studiet*. Nedtaget 13.09.17 fra <http://politiken.dk/indland/art6105644/Stuedoping-Ungesluger-adhd-piller-for-at-klare-studiet>

Pedersen, O. K. (2011). *Konkurrencestaten*. Hans Reitzels Forlag, kap. 1, 2, 6, 9 (153 sider).

Petersen, A. (2016). *Præstationssamfundet*. Hans Reitzels Forlag (150 sider).

Powers, T. A., Zuroff, D. C., & Topciu, R. A. (2004). Covert and overt expressions of self-criticism and perfectionism and their relation to depression. *European journal of personality*, 18(1), pp. 61-72 (11 sider).

Preusser, K. J., Rice, K. G., & Ashby, J. S. (1994). The role of self-esteem in mediating the perfectionism-depression connection. *Journal of College Student Development*, 35(2), 88-93 (6 sider).

Psykiatrifonden (2017). Hver femte yngre kvinde bliver psykisk belastet af sit arbejde. Nedtaget 17.05.17 fra <http://www.psykiatrifonden.dk/aktiviteter/nyheder/2017/hver-femte-yngre-kvinde-bliver-psykisk-belastet-af-sit-arbejde.aspx>

Reynolds, J., Stewart, M., MacDonald, R., & Sischo, L. (2006). Have Adolescents Become Too Ambitious? High School Seniors' Educational and Occupational Plans, 1976 to 2000. *Social Problems*, 53(2), pp. 186-206 (20 sider).

Rice, K. G., Ashby, J. S., & Slaney, R. B. (1998). Self-esteem as a mediator between perfectionism and depression: A structural equations analysis. *Journal of counseling psychology*, 45(3), pp. 304-314 (10 sider).

Rice, K. G., Ashby, J. S. & Preusser, K. J. (1996). Perfectionism, Relationships with Parents, and Self-Esteem. *Individual psychology*, 52(3), 246-260. (15 sider).

Rønn, C. (2006). *Almen videnskabsteori for professionsuddannelserne. Jagttagelse, viden, teori, refleksion*. København: Akademisk Forlag, pp. 224-226 (3 sider).

Santesson, T. (2016). Hvorfor skal vi nu alle sammen være robuste? Nedtaget 24.04.17 fra <http://www.djoefbladet.dk/blad/2016/05/hvorfor-skal-vi-nu-alle-sammen-v-ae-re-robuste.aspx>

Spies Shapiro, L. A., & Margolin, G. (2014). Growing Up Wired: Social Networking Sites and Adolescent Psychosocial Development. *Clinical Child and Family Psychology Review*, 17(1), 1-18. doi: 10.1007/s10567-013-0135-1 (18 sider)

Stoeber, J., & Rambow, A. (2007). Perfectionism in adolescent school students: Relations with motivation, achievement, and well-being. *Personality and Individual Differences*, 42(7), pp. 1379-1389 (10 sider).

Sturman, E. D., Flett, G. L., Hewitt, P. L., & Rudolph, S. G. (2009). Dimensions of perfectionism and self-worth contingencies in depression. *Journal of Rational-Emotive & Cognitive-Behavior Therapy*, 27, 213-231 (19 sider).

Tolstøj, T. (2017). *Robusthed – det nye buzzord, du kan vende mod dig selv*. Nedtaget 24.04.17 fra http://ledelse.borsen.dk/artikel/1/340099/robusthed_-_det_nye_buzzord_du_kan_vende_mod_dig_selv.html

Turner, S. L., Hamilton, H., Jacobs, M., Angood, L. M., & Dwyer, D. H. (1997). The Influence of Fashion Magazines on the Body Image Satisfaction of College Women: An Exploratory Analysis. *Adolescence*, 32(127), 603-614 (11 sider).

Ulu, I., & Tezer, E. (2010). Adaptive and Maladaptive Perfectionism, Adult Attachment, and Big Five Personality Traits. *The Journal of Psychology*, 144(4), 327-340. doi: 10.1080/00223981003784032 (13 sider).

Vinkler, K. & Blankensteiner, M. (2017). *Indirekte er 12-tallet blevet det eneste rigtige*. Nedtaget 03.03.17 fra <http://politiken.dk/debat/art5829279/Indirekte-er-12-tallet-blevet-det-eneste-rigtige>

WHO ICD-10 - Psykiske lidelser og adfærdsmæssige forstyrrelser. Klassifikation og diagnostiske kriterier. (2014) Munksgaard, København.

Østebø, S. U. (2017a). *Unge piger hader deres kroppe: - Jeg bliver svimmel af at trække maven ind hele dagen*. Nedtaget 08.08.17 fra <http://nyheder.tv2.dk/samfund/2017-06-25-unge-piger-hader-deres-kroppe-jeg-bliver-svimmel-af-at-traekke-maven-ind-hele>

Østebø, S. U. (2017b). *17-årig dreng har det ikke godt med sin krop - og han er ikke den eneste*. Nedtaget 08.08.17 fra <http://nyheder.tv2.dk/samfund/2017-06-22-17-aarig-gemmer-sig-bag-tyk-jakke-og-han-er-ikke-alene>

Østebø, S. U. (2017c). *Hver tredje ung ønsker et skønhedsindgreb: - Det er ikke længere tabu*. Nedtaget 08.08.17 fra <http://nyheder.tv2.dk/samfund/2017-06-28-hver-tredje-ung-oensker-et-skoenhedsindgreb-det-er-ikke-laengere-tabu>

I alt = 2038 sider