

# Unge udfordringer i det senmoderne samfund



5. Semester, Efterår 2016

Fagmodulprojekt

Institut for mennesker og teknologi (IMT)

Psykologi

Anslag: 155.622

Emilie Salvig 55260, Simone Rysse Rummelhoff Steffensen 54588, Helene

Miriam Nielsen Nordbye 54560, Julie Rønn Jensen 55253.

Vejleder: Marian Nielsen

## Abstract

This academic paper scrutinizes some of the challenges that adolescents face in their everyday life in Late-Modernity. Today we have an increased freedom, but despite the increased freedom, adolescents still find themselves following the tendencies that society has prescribed. This can be viewed upon as a bounden freedom.

We have throughout this academic paper decided that we will unfold ourselves as authors.

We will not hide the fact that we as adolescents have a useful insight into what it means to be an adolescent today, and which everyday challenge they face in Late-Modernity. In order to problematize some of these challenges we will include following challenges: *Self-realization, critique towards oneself, acceleration of time, social contexts, flexibility, adolescences educational choices* and *social media*.

What all these challenges have in common is that adolescents can find it troublesome to figure out who they truly are. However, we have, throughout this academic paper, identified that adolescents must adapt to growing demands and ideals provided by society. Therefore, we have discussed whether it is a bound freedom or not. We identified that several of these challenges that the adolescents face can result in increased longing for recognition, hence the adolescents need to be reaffirmed that they are good enough. Likewise, it can be difficult for the adolescents to create their own identity, since they face all these challenges.

This could possibly result in a growing number of adolescents that will eventually suffer under a social pathology.

## Indholdsfortegnelse

|                                                        |    |
|--------------------------------------------------------|----|
| Abstract .....                                         | 2  |
| Problemfelt .....                                      | 4  |
| Problemformulering .....                               | 6  |
| Metodologi .....                                       | 6  |
| Første del.....                                        | 9  |
| Anden del .....                                        | 13 |
| Selvrealisering .....                                  | 13 |
| Selvkritik .....                                       | 17 |
| Det accelererende samfund .....                        | 30 |
| Tematisering, informalisering og sociale arenaer ..... | 34 |
| Fleksibilitet .....                                    | 38 |
| Valg i forhold til uddannelse.....                     | 42 |
| Sociale medier.....                                    | 47 |
| Tredje del .....                                       | 50 |
| Validitetsbetragtning .....                            | 54 |
| Litteraturliste.....                                   | 59 |
| Faglitteratur.....                                     | 59 |
| Links .....                                            | 60 |

## Problemfelt

Hvad vil det sige at være ung i nutidens samfund?

Når vi taler om ungdom i dag, synes der at være sket markante ændringer i forhold til det at være ung i det traditionelle samfund, hvor mulighederne for selvudvikling var begrænsede, og hvor den unge, i langt højere grad, havde retningsbestemte og forudsigelige veje at gå.

Derimod er der, i det senmoderne samfund, frembruset et øget fokus på individualitet og unikhed, og det er op til det enkelte individ at skabe mening i tilværelsen ud fra uendelige mange valgmuligheder, som stiller individet frit og som såkaldt designer af eget liv (Ugebrevet A4, 2007: Mulighederne lammer de unge). Eftersom vi selv er unge i det senmoderne samfund, er det tydeligt for os at mærke, at vi, som unge, i langt højere grad, er overladt til selvrefleksion og evnen til at skabe egen identitet gennem selvrealisering og uendelige mange valg. Med valgene tænkes der, bl.a., på valg af uddannelse, sociale fællesskaber og grundværdier i eget liv.

De samfundstendenser, som forefindes i dag, synes derfor at spille en kæmpe rolle for os unge. Det fremstår som implicitte fordringer, at vi unge skal kunne håndtere konstant konstituerende livssituationer i en kompleks samfundsstruktur, der lægger vægt på den enkelte unges evne til at navigere i nøglebegreber som fleksibilitet og omstillingsparathed. De skal forsøge at skabe sammenhæng i eget liv og drage nytte af alle de valg, de har til rådighed. Samtidig synes den øgede individualisering, i nutidens samfund, at have skabt nye mønstre for de unge, eftersom det foregives udelukkende at være et individuelt ansvar at opnå succes i livet. Noget tyder på, at individualiseringen har fået en afgørende betydning for det at være ung i dag, og at vi, som unge, mere end nogensinde før, er overladt til os selv og egne evner til at skabe et meningsfuldt liv. Men kan man kalde dét at være fri, når der stilles så mange implicitte krav om at skabe unikhed og sammenhæng i en så uoverskuelig og fri verden, og hvor hvert et valg, der træffes, har betydning for den unges videre eksistens? Og når vi, som unge, hele tiden skal kunne navigere i konstant ændrende livssituationer, sociale kontekster, være fleksibel og samtidig skabe og vedligeholde en følelse af, hvad der er 'mig selv'? Svend Brinkmann<sup>1</sup> er, lige som os, meget optaget af identitetens fokus i det senmoderne samfund, og han forsøger at belyse, hvordan vi er nødt til at kende os selv, før vi kan udvikle os og skabe værdi i eget liv (Brinkmann, 2008: 10). Det åbner op for en diskussion om, hvordan man som

---

<sup>1</sup> Svend Brinkmann (f. 1975): Brinkmann er professor i psykologi på Aalborg Universitet og Professor på Universitetet i Bergen. Han forsker i en blanding af psykologi, filosofi og kulturanalyse og har hertil udgivet flere bøger og artikler (Brinkmann, 2014).



uddannelse og sociale medier. Denne indkredsning af fokusområde i vores projekt, henleder os yderligere til at præsentere vores overordnede problemformulering, som lyder:

## **Problemformulering**

Hvad er det for nogle samfundstendenser som gør, at unge oplever udfordringer i dag? Og hvilke indflydelser kan disse have på de unges tilværelse?

## **Metodologi**

I dette afsnit vil vi forklare sammenhængen mellem vores valgte teorier samt vores genstandsfelt. Dernæst vil vi komme ind på, hvordan vi har valgt at gribe vores projekt an, og hvordan strukturen, for vores projekt, vil se ud.

Vi har valgt at skrive et teoretisk projekt. Hertil vil vi pointere, at projektet ikke vil indeholde en begrebsafklaring. De begreber, som vi har valgt at inddrage, vil derved komme til udtryk i vores analytiske diskussion, hvor de belyses fra forskellige teoretiske synspunkter. I projektet vil vi, gennemgående, fremtræde som forfattere. Vi, som unge, har et unikt indblik i nogle af de problematikker, som unge står over for i dag, eftersom vi selv, som unge, kender til dem. Derfor har vi valgt at tage udgangspunkt i nogle af de problematikker, som vi finder relevante, og som vi yderligere kan understøtte med vores valgte teorier. Vi vil bruge vores udvalgte teorier til at understøtte nogle af de udfordringer og idealer, herunder de samfundsmæssige værdier, som vi mener, at unge står over for i dag. Vi er bevidste om, at størstedelen af teorierne beskæftiger sig med individer, uanset alder, i det senmoderne samfund. Vi har dog valgt at bruge teorierne, mere specifikt, til at belyse de problematikker, som de unge synes at kunne opleve i det senmoderne samfund. Vi er af den forforståelse, at unge er i en meget sårbar fase af deres liv, da de, aktivt, skal skabe deres egen identitet. For at belyse dilemmaerne tydeligt, fra et ungeperspektiv, har vi yderligere valgt at inddrage artikler fra CeFu og andre medier samt statistikker, da de er med til at skabe et nuanceret billede af, hvad det er for nogle udfordringer, som de unge oplever i det senmoderne samfund.

For at belyse vores problemstilling har vi valgt at inddrage følgende teoretikere: Axel



forståelse af, hvorfor unge er selvkritiske, og opfatter sig selv som problemet, i stedet for at påpege samfundets medansvar. Vi bruger Ziehe til at se på de skiftende samfundskontekster, og hvordan disse påvirker de unge i forhold til tidligere. Både Ziehe og Goffmans teorier bruger vi ydermere til at belyse, hvordan unges identitetsdannelse bliver påvirket af at skulle indgå i flere forskellige sammenhænge. Vores valgte teorier er derfor, i vores optik, vigtige redskaber til at undersøge vores genstandsfelt.

Vi har valgt at lægge vægt på de unge, og dermed vil vi undersøge hvilke sammenhænge, det er, som de unge, dagligt, indgår i. Dette vil fungere som vores videnskabsteoretiske position, hvor vi inddrager vores egen forforståelse af problematikkerne og supplerer med vores udvalgte teoretikere således, at det, i samspillet, kan give os en forståelse for, hvordan individet handler og agerer i de forskellige sammenhænge, som individet indgår i. Vores forforståelser funderer i, at vi er tre personer i gruppen, der arbejder som frivillige ungerådgivere i headspace<sup>9</sup>. Her har vi oplevet, hvordan de valgte problemstillinger kan udgøre store udfordringer for unge og deres dagligdag. I headspace opererer vi med aldersgruppen 12-25-årige, og det er også her, vi henter vores inspiration fra. Det er dog stadig vigtigt at have for øje, at mange af disse problemstillinger også kan gøre sig gældende for andre individer, eksempelvis børn og voksne, som falder uden for denne aldersramme. Vi synes dog at finde udfordringerne størst hos netop de unge, eftersom det er i denne periode af livet, hvor de unge står over for utallige valg om eget liv og egen fremtid, og det er også her, at skabelsen af, bl.a., identitet, karriere og sociale fællesskaber finder sted. Det betyder derfor ikke, at voksne ikke kan opleve nogle af de samme udfordringer, men eftersom vi synes at se dem mest vanskelige hos unge, har vi valgt at tage udgangspunkt i dem. Vi har også den fordel, at vi selv, i vores dagligdag, omgås andre unge, hvilket har gjort, at vi har et indgående kendskab til de udfordringer, som unge kan stå over for i det senmoderne samfund.

### **Projektets struktur**

For at skabe en sammenhængende struktur har vi, i vores afsnit med teori, analyse og diskussion, valgt at inddele vores projekt i tre dele, som vil være det bærende for vores projekt.

I første del vil vi inddrage Honneth og Giddens til at skabe et grundlæggende indblik i de

---

<sup>9</sup> Headspace er et anonymt og gratis rådgivningstilbud til børn og unge i alderen 12-25 år (headspace, uden år: Om headspace).



forandringer, der er sket fra det traditionsbundne samfund til det senmoderne samfund. Det gør vi med udgangspunkt i at kunne skabe en forståelse for, hvad det er for nogle samfundstendenser, der har ændret sig over tid. Derudover vil det overordnede paradoks blive præsenteret, og det vil dernæst henlede til vores anden del, som omhandler de udfordringer, som de unge synes at kunne opleve som en følge af dette paradoks.

I anden del vil vi undersøge vores forforståelse omkring de udfordringer og idealer, som, vi mener, kan gøre det udfordrende for de unges hverdagsliv i det senmoderne samfund. Vi vil uddybe, hvad der ligger i de normer og samtidig hvilke krav, der stilles til den unge. Derudover vil vi beskæftige os med de materielle forhold, herunder teknologien og mediernes udvikling, og hvordan disse synes at påvirke samfundet. Yderligere vil vi se på, hvordan de unge konstant skal være omstillingsparate, til at skifte fra den ene kontekst til den anden, og samtidig kunne navigere i det undervejs. Ydermere er spørgsmålet omkring identitet noget, der løbende vil blive berørt under de forskellige punkter, da alle, på sin egen måde, knytter sig til, hvor svært det er, konstant, at udvikle- og selvrealisere sig. På den måde vil alle problemstillingerne berøre udfordringerne ved identitetsdannelsen. Punkterne vil omhandle: Selvrealisering, den øgede selvkritik, det accelererende samfund, kontekster og sociale arenaer, fleksibilitet, eget ansvar og sociale medier.

Tredje del vil være et opsamlende afsnit. Heri vil vi beskæftige os med de overordnede implikationer, af de førnævnte problematikker, og samtidig samle op på de vigtigste pointer i forhold til identitetsspørgsmålet og de unges tilværelse. Det vil føre os videre til at belyse vigtigheden af anerkendelse for de unge i dag, og i forlængelse heraf vil vi se på, hvordan de negative følger af problematikkerne synes at kunne afspejles i en stigende grad af sociale patologier som, bl.a., lavt selvværd, stress og depressioner.

Som afrunding på projektet vil vi udarbejde en validitetsbetragtning. Her vil vi forholde os kritiske i forhold til vores projekt og udførelsen af dette. Vores validitetsbetragtning vil ligeledes indeholde en kort opsummering af de væsentlige pointer, som vi er kommet frem til, gennem projektet, således, at vi får tydeliggjort, om vi har fået undersøgt det, som vi gerne ville undersøge med projektet.

## Første del

I denne del vil vi først, kort, præsentere forskellene mellem det traditionelle- og det senmoderne samfund, hvilket gøres med inddragelse af Giddens og Honneth. Efterfølgende vil vi gå mere i dybden med det senmoderne samfunds kendetegn i form af øget frihed og idealer. Hvis man ser på forskelle mellem de to samfund, fremkommer det, bl.a., i det, Giddens her skriver:

*"Moderniteten nedbryder det lille samfunds eller traditionens beskyttende rammer, kunne man hævde, og disse erstattes af langt større og upersonlige organiseringer. Individet føler sig efterladt og alene i en verden, hvor han eller hun mangler den psykologiske støtte eller følelse af sikkerhed, som mere traditionelle rammer giver." (Giddens, 1996: 47).*

I det traditionelle samfund fremstod traditionerne som nogle rammer, der kunne beskytte den enkelte fra at føle sig efterladt og alene i verden. I dag kan unge føle sig helt efterladte i en jungle af valg og forventninger. Der synes ikke længere at være noget, der er forudbestemt. Du står med et ansvar, hvor der forventes, at du selv kan vurdere, hvad der er bedst for dig. Det kan være yderst tyngende og samtidig skabe en følelse, der måske kunne have været undgået, hvis man havde haft det traditionelle samfunds rammer omkring sig.

Som det også er blevet præsenteret kort i det forgangne, har den unge, i langt højere grad, frihed til at vælge og planlægge sit eget liv i det senmoderne samfund. I det følgende vil paradokset, mellem den øgede frihed og samfundets idealer, blive præsenteret.

Om overgangen, fra det traditionelle- til det senmoderne samfund, skriver Honneth i sin artikel *Organiseret selvrealisering – individualiseringens paradokser* (2005)<sup>10</sup> følgende om i dag:

*"Med uddannelsens ekspansion, som ligeledes greb om sig i de vestlige lande ca. femten år efter krigsafslutningen blev muligheden for valg af erhverv til sidst hurtigt større, således at individernes livsveje også i denne henseende begyndte at afvige betydeligt fra hinanden." (Willig & Østergaard, 2005: 48).*

Der er, bl.a., kommet flere muligheder i valg af uddannelse og erhverv i dag, hvilket både kan ses som en frihed eller en udfordring for den unge. At unge får større mulighed for at skille sig ud fra andre, er et tydeligt tegn på den øgede individualisering. De unge skal selv tage stilling til, hvilken vej de ønsker at gå. Det kan ses som en frihed, men for nogle også som en stor

---

<sup>10</sup>Honneths artikel indgår som en del af værket *Sociale Patologier* (2005) der er redigeret af Willig og Østergaard.



Ud fra citatet tyder det på, at selvrealiseringen er blevet tvang. Der er kommet for høje psykiske krav om at være sig selv, hvilket udfordrer individerne psykisk. At det er blevet et krav at skulle realisere sig selv, kan, i sig selv, være en stor udfordring for unge mennesker i dag. Det bliver endnu en ting som vi, oveni alt det andet, skal tage stilling til. Det kræver noget af unge at skulle realisere sig selv, og sammen med de andre krav vi møder, kan det i sidste ende blive omfattende. Dette kan være en forklaring på, at sygdomsbilledet er blevet et massefænomen og et socialt fænomen.

I forhold til selvrealiseringen forklarer Honneth hvordan, at: *"Subjekterne afprøver forskellige eksistensformer for i lyset af de indhøstede erfaringer at kunne realisere den kerne i deres eget selv, som mest tydeligt adskiller det fra alle andres."* (Willig& Østergaard, 2005: 51).

Selvrealiseringen går ud på at skabe sig nogle erfaringer, hvorigennem den unge skal finde ind til de grundværdier<sup>12</sup>, der gør den unge mest unik. Igen ses det, hvordan der opstår et krav, hvori der ligger, at man skal skille sig ud fra mængden. Du skal have gjort dig dine egne erfaringer, som bliver din hjælp til at finde ud af, hvem du er.

De omtalte krav og idealer kan måske, for nogle unge, ses som en hjælp, da det danner nogle rammer for, hvad det er, som de skal bestræbe dig på at opnå. Dette er dog langt fra altid tilfældet, for hvad nu hvis de ikke formår at leve op til dem? Honneth skriver i den sammenhæng følgende i sin artikel:

*"De krav, som subjekterne i forvejen havde udviklet, idet de begyndte at fortolke deres liv som selvrealiseringens eksperimentelle proces, vender nu på en diffus måde tilbage til dem som ydre krav, således at de skjult eller åbent bliver holdt fast på stadig at holde deres biografiske beslutninger og mål åbne. Ud af denne proces, hvor det ideale forvandles til tvang, hvor noget, som de kræver, forvandles til noget, der fordres af dem, er der opstået nogle former for socialt ubehag og lidelse."* (Willig& Østergaard, 2005: 56).

Med citatet her ser vi, hvordan kravene er blevet til noget udefrakommende. Der er krav om, at de unge skal realisere sig selv, men alligevel skal beslutningerne holdes åbne, fordi de gerne skal passe til de idealer, som samfundet fremsætter. Derudover skal den unge være villig og klar til konstant at udvikle sig.

Selvom vi udfordrer Honneth ved at sige, at nogle unge måske ser disse krav som en hjælp, er vi stadig enige i, at hans udtalelse her, kan være tilfældet for mange unge. Hvis den unge hele tiden føler sig presset og tvunget i en bestemt retning, kan det i længden blive en ubehagelig

---

<sup>12</sup> Ud fra vores optik, antager vi, at grundværdier refererer til individets kerneidentitet og knytter sig til personligheden, som gør dem forskellige fra andre. Grundværdierne er de samme uanset sociale sammenhænge, men de kan siges at udvikle sig gennem erfaringer. Når man har fundet sin identitet, har man fundet de værdier, der anses som vigtige for eget liv, og disse skal være kendetegnet for, hvem man er.

og ærgerlig følelse, der rammer den unge. Især når kravene bliver så høje, at de ikke er til at efterleve. Med friheden er det, som skrevet, op til den unge selv at leve op til kravene, og derfor opstår følelsen også af, at hvis du fejler, er der udelukkende dig selv at bebrejde for det. På den måde kan det tyde på, at flere unge har følelsen af at have fejlet.

Vi ser, med alt det ovenstående, at der er opstået et paradoks mellem den tiltagende frihed og de idealer, som samfundet ønsker, at den enkelte skal leve op til. Friheden bliver sat på spidsen. Der er ingen tvivl om, at der på nogle punkter er kommet mere frihed til at vælge, end der førhen har været, men når der alligevel er så mange krav til den unge, kan det så overhovedet kaldes for frihed? Der er krav om, at man, som ung, skal finde sin identitet. De skal være fleksible og robuste, tage valg i forhold til uddannelse og erhverv, og på grund af friheden, står de selv til ansvar for sine handlinger.

Vi vil nu bevæge os ind i anden del af vores projekt, hvor vi vil gå i dybden med paradokset om den bundne frihed. Vi vil herunder diskutere paradokset gennem de udfordringer, som vi synes at se, unge kan opleve i dag.

## Anden del

### Selvrealisering

Selvudvikling, personlig udvikling og selvrealisering er alle ord for den samme udvikling som sker hos alle individer i den vestlige verden. Stort set ingen i vore samfund er immun overfor kravet om selvrealisering. Vi har benyttet værket *selvrealisering* (2005), der er redigeret af Brinkmann og Cecilie Eriksen, for at belyse nogle af de problemstillinger der opstår når de unge selvrealisere sig.

Selvrealisering, som vi kender det i dag, begyndte med opstarten af humanistisk psykologi i 1950'erne. Humanistisk psykologi opstod som en modreaktion på de daværende fremtrædende retninger psykoanalyse og adfærdspsykologi (Brinkmann, 2005: 42-43).

Abraham Maslow<sup>13</sup> og Carl Rogers<sup>14</sup> bidragede til at skabe den form for humanistisk psykologi, som vi kender i dag. Den humanistiske psykologi har haft en enorm indflydelse på vores samfund i dag, hvilket Brinkmann beretter således:

*"Den humanistiske psykologi er blevet dagens folkepsykologi. (...) den humanistiske psykologi [red. gør] psykologien til en livsform i det 20. århundrede. Psykologien blev et selvfølgeligt*

---

<sup>13</sup> Abraham Maslow (1908-1970) var en russisk-amerikansk psykolog, som er bedst kendt for behovspyramiden.

<sup>14</sup> Carl Rogers (1902-1987) var en amerikansk psykolog og bedst kendt som værende en af grundlæggerne inden for den amerikanske humanistiske psykologi.

*redskab til både at finde mening med livet og sandheden om, hvem man er, samt til at forvalte tilværelsen i overensstemmelse hermed.” (Brinkmann, 2005: 43).*

Inden for den humanistiske psykologi, skildrer Brinkmann mellem to former for selvrealisering. Den første består af selvrealisering af noget socialt, fælles og alment, som den tyske filosof, Hegel<sup>15</sup>, tager udgangspunkt i. Den anden del af selvrealisering, som vi vil tage udgangspunkt i, er, den som dominerer den livsførelse vi har i dag. Her tages der udgangspunkt i selvrealisering som noget privat, og som noget der finder sted i individets indre. Selvrealisering er ikke et nyere fænomen, det er derimod nyt at selvrealisering knyttes til noget indre og privat, hvilket skal forstås i forlængelse af modernitetens individualiseringsprocesser (Brinkmann, 2005: 43-44). Umiddelbart kan det virke befriende at have så meget frihed til at beslutte hvordan ens liv skal udforme sig, men det skaber snare forventninger til individet som kan være svære at efterleve. Særligt for de unge kan forventningerne om selvrealisering blive for meget. Mange unge står over for mange afgørende begivenheder; de skal først og fremmest finde ud af hvem, de er, som individ, – de skal også træffe vigtige valg i forhold til deres uddannelse, som potentielt vil være med til at forme deres liv. Men det forventes ligeledes også, at unge skal leve op til forventningen om at realisere sig selv, hvilket kan virke svært. For hvad er selvrealisering, og hvordan kan man realisere sig selv?

Netop dette spørgsmål har mange forfattere, inden for selvhjælpslitteraturen, gjort sig tanker om, hvilket har betydet, at selvhjælpsbøgerne har fået et enormt gennembrud i den vestlige verden. Her kan man således finde hjælp til at realisere sig selv stort set inden for enhver tænkelig kategori; kærlighed, angst og selvværd er nogle af de mest centrale kategorier inden for selvhjælpsbølgen. Dette oplever vi særligt i dag, hvor vi ofte hører, at vi skal ”arbejde med os selv” i form af, at vi skal fremstå endnu mere attraktive, eksempelvis ved at have den ideelle krop ved hjælp af styring af kalorieindtag (Brinkmann, 2005: 55). Dette påvirker særligt mange unge i dag, og det er blevet en hel besættelse at få den ideale krop. I artiklen, *Vi lever i kroppens tid*, udtaler Susanne Lundin<sup>16</sup>, at: *”Vi lever i kroppens tid. Nærmest besatte af at udforske og overskride grænserne for vores egne kroppe. På jagt efter et autentisk ægte jeg.”*

---

<sup>15</sup> Georg Wilhelm Friedrich Hegel (1770-1831): Tysk filosof og blev stipendiat ved Det Evangeliske Stift i Tübingen, hvor han studerede teologi og filosofi. Han er medvirkende til at stifte bevægelsen, som er kendt som den tyske idealisme. (Den store danske, uden år: G.W.F Hegel)

<sup>16</sup> Susanne Lundin: Lundin er professor på universitet i Lund. Hun er tilknyttet afdelingen for etnologi og institut for kulturvidenskaber. (Lunds Universitet, 2015: Susanne Lundin).

(Information, 1999: Vi lever i kroppens tid). Mange unge føler hele tiden, at de skal leve op til forventninger om at være den bedste udgave af sig selv. De skal udleve deres drømme, og drømme er der nok af – men det kan diskuteres hvorvidt det er muligt at udleve dem alle? Unge står over for en masse udfordringer, hvor de skal have tid og overskud til venner og familie. Ligeledes skal de klare sig godt på studiet, og samtidig, både, have overskud til at pleje deres krop og udseende. Forventningen om at de unge skal realisere sig selv gennem deres drømme, kan være en svær balancegang. Formår de unge at få succes, kan de altid gøre det en anelse bedre. Ligeledes kan de unge fremstå som en fiasko, hvis de ikke formår at få succes. Dette fremgår også tydeligt af følgende citat:

*"Den enkeltes liv bliver som en filmoptagelse, hvor individet er både instruktør og skuespiller. Det øger de krav, der skal honoreres for at få et attraktivt liv. (...) På denne måde bliver livet en form for eksamen, hvor kravene er stigende"* – (Brinkmann, 2005: 211-212). I dag står vi, i langt højere grad, med ansvaret for vores valg – også hvis disse slår fejl (Jf. Valg og ansvar i forhold til uddannelse). Hvis ens parforhold går i stykker, hvis uddannelsen ikke fører arbejde med sig, eller hvis man ender med at være udbændt (Brinkmann, 2005: 52). Vi vurderer konstant os selv, men dette gør vores arbejdsplads, venner og partner også løbende. For er vi stadig tilstrækkelige gode kollegaer? Er vi gode nok til at støtte vores venner? Og synes vores partner stadig, vi er værd at elske? Vi bombardere konstant os selv med spørgsmål og negliger vores egen væren, for vi stræber altid efter at blive noget mere – i form af at være mere effektive, opnå et endnu bedre resultat i skolen, eller bare at være den bedste udgave af os selv. Selvrealisering kan derfor sammenlignes med en livslang eksamen hvor mange unge føler, at de aldrig kommer i mål, og at de konstant vægtes og vurderes (Brinkmann, 2005: 212).

Derfor mener vi, at anerkendelse også er blevet et vigtigt element i de unges liv i dag. For anerkendelse fungerer for mange unge, som et slags målestoksforhold, hvor de unge selv kan vurdere, hvorvidt de er succesfulde i deres selvrealiseringsproces. Anerkendelse vil mange forbinde med, at man anerkender hinandens eksistens ved, bl.a., at lytte til én og anse hinanden som ligeberettigede parter. Unge har i dag, i vores optik, en mere forvrænget forestilling om, hvad anerkendelse er. Derfor fungerer anerkendelse, for unge i dag, som en indikator for, om de er gode nok. Dette kan ses i forhold til de unges statusopdateringer på Facebook, hvor der er opstået et nyt slang, som man kalder for *Like-hunters* (TV ØST, 2013: Like-hunters på facebook), som refererer til de unge, som laver statusopdateringer med det eneste formål at få tilkendegivelser (Jf. Sociale medier).

Vores besættelse og dyrkelse af os selv har dog en bagside, for det kan medføre narcissistiske træk, hvilket psykologen, Lars Lundman<sup>17</sup>, udtaler sig om i følgende citat:

*"Narcissistiske tendenser er en søgen efter eksistensberettigende anerkendelse og bekræftelse. Hvis man ikke får den, føler man en tomhed eller en intethed. Det betyder, at vi konstant er på jagt efter anerkendelsen gennem sociale relationer med alle de midler, der nu findes. Sådan har det været længe, men bl.a. de nye medier har givet os mulighed for at udleve det i højere grad og intensivere narcissismen (...)"*(Information; 2008: Mig, mig, mig! Er du klar til at se dig selv i øjnene).

Hertil påpeger Lundman ligeledes, at en af de vigtigste elementer i narcissismen er selvpromoveringen for at opnå anerkendelse. Selvpromoveringen sker typisk ved at de unge har mange venner, og at de, dertil, er meget aktive på deres facebookprofiler. Dette sker, bl.a., ved, at de unge opdaterer deres profilbilleder, profilttekster mm. (Information; 2008: Mig, mig, mig! Er du klar til at se dig selv i øjnene).

Hertil kan det diskuteres, om de narcissistiske træk sker udelukkende som en konsekvens af de unges trang til at være unikke? Vi mener at kunne se denne tendens, for ligesom artiklen påpeger, så er vi vidner til, hvordan selvscenesættelsen sker på både Facebook og diverse blogs, hvor alt omhandler dem selv. Vi mener, at dette bunder i det konstante krav om, at vi unge skal være unikke og konstant skal realisere os selv. Dette resulterer ofte i, at unge har en følelse af, at de ikke er gode nok, fordi de hele tiden vurderer sig selv, og føler sig utilstrækkelige, hvilket Lundman også påpeger i det sidstnævnte citat.

Selvom vi synes at se, at der opstår mange problemstillinger, når de unge har mulighed for at skabe sig selv, så vil nogle unge også se selvrealisering som en kærkommen retningslinje for, hvordan de kan opnå succes. Vi mener dog, at selvrealisering har flere ulemper end fordele for de unge. Det kan være svært at efterleve kravet om selvrealisering hele tiden, da det bliver svært for de unge at acceptere sig selv, fordi de hele tiden stræber efter at blive en bedre udgave af sig selv. Dette mener vi potentielt kan betyde at nogle unge får en narcissistisk personlighedsforstyrrelse. Den narcissistiske personlighedsforstyrrelse adskiller sig fra den narcissisme, som vi, f.eks., oplever på Facebook. Den narcissistiske personlighedsforstyrrelse omfatter, at man har en ekstrem følelse af selv-vigtighed, praler af sine talenter (og overdriver dem), reagerer på kritik med vrede, skam eller ydmygelse, har manglende empati og har et konstant behov for opmærksomhed og beundring. Den narcissistiske

---

<sup>17</sup> Lars Lundmann: Lundmann er direktør og rekrutteringsrådgiver. Lundmann er uddannet psykolog (cand.psych.) og har en ph.d. fra Københavns Universitet inden for rekruttering og personlighedspsykologi. Lundmann er desuden ekstern lektor på både Københavns Universitet og CBS. (Lundmann, uden år: Lars Lundmann).



personlighedsforstyrrelse bunder dog i, at individet er særligt skrøbeligt og har svært ved at håndtere den kritik, de møder (GoMentor, uden år: Narcissistiske personlighedsforstyrrelser). Vi mener, at en af grundene til, at den narcissistiske personlighedsforstyrrelse kan forekomme, skyldes kravet om selvrealisering. For i selvrealisering kan der forekomme krav, såsom at vi skal elske os selv og udfolde os som individer. Et eksempel på dette findes i selvhjælpsbogen *Født vinder* (1976), hvor der står følgende:

*"Hvert menneske fødes som noget nyt, noget der aldrig har eksisteret før. Det er født med det, der kræves til at vinde livet. Hver person kan se, høre, røre og smage på sin egen måde, og tænke selvstændigt. Enhver har sine egne enestående muligheder – evner og begrænsninger. Enhver kan være en betydningsfuld, tænkende, opmærksom og skabende produktiv person på sine egne betingelser – en vinder" (James & Jongeward, 1981: 15).*

Vi bliver, i selvrealiseringens navn, opfordret til at være betydningsfulde og tænkende – med andre ord en vinder. Men når de unge hele tiden bliver konfronteret med, at de skal være den bedste, så mener vi, at det derfor ikke er usandsynligt, at en stor del af de unge kommer til at besidde narcissistiske træk eller narcissistiske personlighedsforstyrrelser, fordi selvrealisering netop opfordrer til en ekstrem selvoptagethed. Netop denne selvoptagethed har ligeledes ført til, at *Time Magazine* i 2007 kårede "You" som værende årets person, hvilket er et udtryk for det øgede fokus, der er kommet på individet og samtidig den stigende grad af selvoptagethed (TIME, 2007: The Year of Them).

## Selvkritik

Vi vil i følgende afsnit forsøge at belyse, hvordan selvkritik er blevet fremherskende i vores nutidige samfund, og hvordan det kan siges at have betydning for netop unge i dag. For at belyse vores problemstilling om, at unge i stigende grad kritiserer og bebrejder sig selv, vil vi inddrage Rasmus Willig, som med sit værk, *Kritikkens U-vending* (2013), har forsøgt at tydeliggøre, hvordan der er sket en u-vending i kritikken. Vi er gået væk fra en dominerende samfundskritik, også kaldet en ekstrovert kritik, hvor et ydre anliggende bliver angrebet med kritik. Her udspiller det sig som en indre utilfredshed fra individet, der bruges til at kritisere noget ydre og samfundskontekstuelt (Willig, 2013: 14). I dag er der, i stedet, tale om en dominerende selvkritik, der defineres som en introvert kritik. Her er det en indre utilfredshed i individet, der bruges som et kritisk angreb mod sig selv, og i selvkritikken forlader kritikken dermed aldrig individet selv (Willig, 2013: 14). Der er sket en markant ændring i måden, hvorpå vi bruger kritikken i praksis. Vi er gået fra en herskende samfundskritik til en dominerende selvkritik, og samfundskritikken er nu under et voldsomt pres, fordi den bliver

mindre og mindre brugt, hvilket er det, som forstås som kritikens u-vending (Willig, 2013: 13-16). Willig beskriver kritikens u-vending gennem et stangtennis spil som en metafor. Han siger følgende:

*“Min tese er, at mange dele af livet er blevet reduceret til et ensomt spil stangtennis, hvor man kun kan kritisere sig selv for sine fiaskoer, fejl og mangler. Der skal i princippet to til at spille stangtennis, men spillet er i min analyse forbeholdt den enkelte. Hvorfor denne stangtennismetafor? Pointen er, at man i stangtennis, i modsætning til normal tennis, ikke kan komme af med bolden - det hele kommer til at handle om en selv. Når det gælder kritik, betyder det, at man går fra at kritisere noget andet til at kritisere sig selv - man spiller ikke bolden over på den anden banehalvdel.” (Willig, 2013: 13).*

Ved at se kritikens u-vending som et stangtennis spil, bliver det tydeliggjort, hvordan man aldrig kan spille bolden over på den anden banehalvdel, eftersom bolden sidder fast i en snor. Dermed vil bolden altid vende tilbage til en selv, uanset hvor hårdt man slår. Med andre ord vil alt, som vi kritiserer i dag, vende sig som en kritik mod os selv, og det er det, som vi, i dette afsnit, vil forsøge at belyse som en udfordring, som unge oplever særligt vanskeligt i en periode, hvor de skal forsøge at skabe sin egen identitet.

Når vi unge har en tendens til at tage alt ansvar over på vores egne skuldre og give os selv skylden, tyder det ikke på at være tilfældigt. Vi lever i dag i et samfund, som er præget af en, politisk, liberalistisk tankegang, der har fokus på flere rettigheder til det enkelte individ, og hvor frihed og lige rettigheder vægtes højt. Der er altså fokus på mennesket som et selvstændigt, kreativt, autonomt og autentisk væsen, og alt som strider imod dette bliver genstandsfelt for kritik, netop fordi det strider imod tidens herskende værdier om eget ansvar og individualitet (Willig, 2013: 50). Willig beskriver selvet som et bindestreksord, fordi alting bliver vendt indad mod sig selv; f.eks. selvrealisering, selvværd, selvtillid, selvindsigt, selvansvar, selvangivelse m.fl., og det tyder på, at det er i takt med liberalismens individualitet, at selvkritikken har fået så dominerende en rolle i kritikken i dag. Willig skriver:

*“(...) Liberalismens idé om selvansvarlighed, der nu synes at få et uventet dialektisk tilbageslag, i og med at flere er begyndt at lide under selvkritik, hvor de tugter sig selv for ikke at kunne leve op til fordringerne om at være kreative, omstillingsparate og fleksible - med andre ord: Deres talenter, færdigheder og evner kan ikke opnå anerkendelse, og de føler sig utilstrækkelige.” (Willig, 2013: 51).*

Det bliver her tydeligt for os, at selvkritikken samtidig også bunder i samfundets forventninger og normer til individuelle kvaliteter, og at samfundet, implicit, fraskriver sig ansvaret og dermed kan fraskrive sig kritik. Her synes at forefindes et eksempel på, hvorfor

de unge, i dag, synes at lide særligt under selvkritikken. De står, ene og alene, med ansvaret for at kunne efterleve samfundets normer om individualitet, og at de ikke har andre steder end sig selv at rette kritikken hen, hvis noget, personligt, ikke lykkes i deres forsøg på at skabe sin identitet. I forsøget på at finde sin egen retning i livet, vil det være nærmest umuligt at opnå succes i første forsøg uden at træffe forkerte valg undervejs. Kun på den måde kan man finde ud af, hvad der er den rigtige vej for en selv.

Det er derfor også, for os at se, ekstra hårdt for netop de unge at være underlagt en dominerende selvkritik, eftersom de er nødsaget til at prøve igen efter hver en fejl, selvom de godt er klar over, at den næste selvbefejdelse kan være i venteposition, når alting er den unges egen skyld. Det kan ligne en demotiverende periode for den unge, eftersom de er nødt til fortsætte deres forsøg på at finde deres identitet, også selvom de ved, at det kan koste dem mange nederlag undervejs - og når det kommer til stykket, hvornår kan de så være sikre på, at det er deres ønskelige identitet, de har fundet?

Vi synes at have et indtryk af, at Willig forsøger at sætte fokus på samfundets implicitte normer og forventninger, og hvordan det ikke er retfærdigt, at samfundet kan fraskrive sig al kritik ved at kaste skylden på det enkelte individs, herunder den unges, eget ansvar. Willig skriver: *"Den herskende individualiseringsbølge betyder ikke kun mere frihed til at forvalte selvets potentialer, men også en tvang til at forvalte selvet på en sådan måde, at det spiller på samfundets herskende præmisser."* (Willig, 2013: 76). Vi unge er tydeligvis kun frie, hvis vi indordner os samfundets præmisser, og hvad er det så for en frihed, som vi kan siges at have? Det tyder på, at hvis vi unge, i dag, ønsker at have frihed, så kræver det, at vi, både, følger samfundets normer og, helt på egen hånd, kan skabe et meningsfuldt liv. Dette synes også at være det, vi ser hos de unge. At de ihærdigt forsøger, men at det kan være en hård kamp at finde sin identitet, hvis alting altid er ens egen skyld. Det gennemgående ved selvkritikken er, for os at se, at vi, på en måde, føler os tvunget til at lade, både udvikling og kritik, forblive ved os selv ene og alene, eftersom samfundet har fraskrevet sig ethvert ansvar og dermed slipper for at blive kritiseret (Willig, 2013: 15-16). Selv hvis det kommer til stykket, at vi ikke kritiserer os selv og forsøger med en ekstrovert kritik mod en samfundstendens, så tyder det på, at samfundsstrukturen har skabt et mønster, som gør, at det alligevel falder tilbage på os selv. Hertil siger Willig:

*“Det kan også gælde i tilfælde, hvor kritikken faktisk rettes udad. Den, der kritiserer i offentligheden, afslører nemlig også sig selv som en person, der ikke kan følge samfundets code of conduct<sup>18</sup> og retter dermed en implicit kritik mod sig selv.” (Willig, 2013: 72).*

Så selvom den liberalistiske tankegang om frihed og lige rettigheder synes at skulle være det bærende, så får vi nærmest mundkurv på, hvis vi ønsker at benytte det i praksis. Vi synes at have fuldstændig afgivet vores frihed til at være selvstændige og refleksive individer, selvom det udadtil skal lyde som om, det er det, vi er. Det tyder på, med inspiration fra Willig, at vi lader samfundets normer styre os således, at vi ikke er frie og selvstændige, for selv hvis vi forsøger at kritisere andet end os selv og rette kritikken udad, ender den hos os selv igen. Hvis man ønsker at stå frem med en udadrettet kritik, eksempelvis en kritik af en samfundsnorm, som man er uenig i, vil det falde tilbage på dig selv, netop fordi det vil tyde på, at det er dig, der står uden for samfundet og har fejlet som en person, der ikke kan efterleve samfundets normer. På den måde kan det falde tilbage på dig selv, fordi det dermed kan se ud som om, at man har opgivet at kunne være en del af samfundets normer og være et selvstændigt og autonomt individ. Samtidig kan man stille spørgsmålet, om man så ikke netop viser, at man er et autonomt individ, der tør bruge sin frihed og retfærdighed til sit eget bedste, hvis man tør gå imod selvkritikken og vende kritikken mod samfundet?

Vi er blevet så indoktrineret i selvkritikken, at vi alligevel formår at pege det tilbage og sige, at det jo i bund og grund alligevel er vores egen skyld, uanset hvor uenig man egentlig er. Hertil siger Willig: *“Når der sættes en stopper for den kritiske refleksion, indebærer det en stiltiende accept af tingenes tilstand.”* (Willig, 2013: 23). Hvilket netop også belyser vores påstand om, at vi blot forsøger at gebærde os bedst muligt i samfundets normer, hvor vi vender al kritik indad, fordi vi ingen andre muligheder har. Så når, specielt, vi unge ikke føler, vi kan efterleve normerne, forsøger vi ihærdigt alligevel, fordi vi er bange for at blive anset som et ikke-selvstændigt og autonomt individ, og vi sender dermed et implicit signal om at have accepteret vilkårene og udviser en stiltiende accept af udviklingen, selvom det kan ende med psykiske konsekvenser.

Vi synes at få klargjort, at vi er nødsaget til at vise os som netop de frie, selvstændige og autonome væsener, som vi får at vide, vi er, og at det udelukkende kan gøres ved at stille os kritiske over for den stiltiende og accepterende tilstand, vi nu er havnet i under selvkritikkens

---

<sup>18</sup>Code of conduct: En definition, som bruges om nogle spilleregler i tennis. Kan bl.a. være nogle indforståede regler for opførsel og verbale udtalelser under en kamp, og hvis man bryder med disse, bliver man kritiseret og får en domsfældelse ud fra de gældende regler, som man har valgt at bryde (Willig, 2013:68).

dominans. Understøttende siger Willig: *"Min hensigt (...) er at tydeliggøre, hvordan den individualiserede kritik har betydet, at samfundskritikken helt eller delvist er forsvundet. I vores samfund er den indadrettede kritik blevet den mest dominerende."* (Willig, 2013: 74). Men selvom det nu er selvkritikken, der er i hovedsædet, illustrerer Willig, at det ikke betyder, at samfundskritikken ikke længere kan findes (Willig, 2013: 16). Det tyder på, at vi, som unge, begynder at blive mere opmærksomme på konsekvenserne ved, at vi bebrejder os selv alting, og generelt vender al kritik mod os selv. Hvor svært det er at finde sin identitet, når man hele tiden, symbolsk set, får en hammer i hovedet, hvis man forsøger. Vi skal blive opmærksomme på vores såkaldte frihed til at gøre oprør mod en samfundstendens, der ikke synes at være tilstrækkelig for, at vi unge kan opnå et sundt og retfærdigt liv.

Det tyder på, at samfundet har et stort medansvar i, at vi, i dag, synes at være blevet indoktrineret i en selvkritisk tankegang. Willig understøtter dette ved at sige, at det derfor er vigtigt, at vi i fremtiden kan genindføre samfundskritikken og gøre brug af vores frihed til selv at vælge kritikkens bevægelsesmønster, frem for, at det er en samfundsstruktur, der får lov at tvinge os i en bestemt retning inden for kritik (Willig, 2013: 76).

Gennem en diskussion af selvkritikkens frembrusen i det senmoderne samfund, er det blevet tydeligt for os, at der fremstår et tydeligt paradoks. Vi bliver hele tiden beskrevet som 'frie', men egentlig lever vi, med inspiration fra Willigs pointer, under en samfundsstruktur, som har placeret os i et tvangsforhold. Et tvangsforhold, hvor vi er nødsaget til at være selvkritiske, selvom det, i stigende grad, får fatale psykiske følger, og ved at begrænse kritikken til os selv, gør det os blinde for at se det som et samfundsproblem. Og er det virkelig sådan et samfund, vi unge, i bund og grund, ønsker at have resten af vores liv? Et samfund, der siges at være frit, men som har vist sig ikke at være det, i hvert fald inden for kritikken, men nærmere er blevet en form for tvangsforhold, hvor vi ikke rigtig tør, eller nok nærmere ikke kan, forholde os kritiske til vores samfundsstruktur, uden at vi får den sendt direkte tilbage på os selv?

Når nu vi har beskæftiget os med selvkritikken, som den dominerende kritik form, og paradokset omkring frihed, der forefindes i samfundet i dag, er det interessant at inddrage et overordnet perspektiv på kritik set som et udviklende fænomen. Det tyder nemlig på, at der fremkommer endnu et paradoks, når dette tages med i betragtning. Hvis vi skal forsøge at forstå, hvad der ligger i dette paradoks, må vi først forstå, hvordan Willig er inspireret af Peter

Wagners<sup>19</sup> inddeling af den historiske udvikling som inddelt i tre vestlige moderne epokefaser. Det er nemlig her igennem, at Willig, med sin overordnede forståelse af epokerne, kan tydeliggøre, hvordan kritik, som fænomen, på samme vis kan siges at udvikle sig lineært som de tidshistoriske perioder. Han siger om epokerne følgende:

*“Wagners opdeling er for mig at se en af de stærkeste og mest præcise idéhistoriske beskrivelser af modernitetens udvikling. Jeg skal dog indrømme, at jeg kun læner mig op ad Wagner i et forsøg på at destillere tre skarpt adskilte former for kritik, der korresponderer med de tre modernitetsepoker. I korthed lader jeg Wagners første epoke, den “begrænsede liberale epoke”, korrespondere med det, jeg vil betegne som “chancer for kritik”, jeg lader “den organiserede epoke” svare til “muligheder for kritik”, og endelig lader jeg den epoke, der karakteriserer vor samtid, den “udvidet liberale” korrespondere med “optioner for kritik”. Som det anses, er der tale om en tilsyneladende historisk progression for kritik. Jo længere tidshorisont, desto bedre betingelser for at ytre og udøve kritik - optioner er bedre end muligheder, som igen er bedre end chancer. Som vi skal se, er det imidlertid en alt for simpel lineær progression og antagelse.”*  
(Willig, 2013: 30).

Willig udvider Wagners progressive epoker til at belyse, hvordan udviklingen også burde være i forhold til kritik. At jo længere tidshorisont, des større frihed burde der også forekomme, ligesom i den historiske udvikling, hvor vi, med tiden, synes at have fået flere rettigheder og større valgfrihed. Ergo tyder det på, at vi også skulle have større valgfrihed til at bruge kritikken efter eget bedste. For os virker det som om, at han forsøger at tydeliggøre, også med sin antydning i sidste sætning af citatet, at hvis vi skulle følge denne lineære modernitetsudvikling med hovedvægt på kritik, så burde vi have det, som han kalder “optioner for kritik”, hvorved vi skulle have frie tøjler til selv at ytre og udøve kritik, som vi ønskede. I dag har vi ytringsfriheden, utallige valgmuligheder, et enormt selvansvar og friheden til at skabe de bedste betingelser for eget liv, (hedder det sig i hvert fald) og det burde altså være lige så frit for os med kritikken, hvordan vi bruger den. Han giver derfor udtryk for, at vi, i dag, befinder os i en periode, hvor kritikken skulle have langt bedre betingelser end tidligere (Willig, 2013: 30). Men gennem vores afsnit er det blevet tydeligt, at det ikke ligefrem er det, der er tilfældet, hvilket Willig også synes at antyde, i sidstnævnte citat, ved at sige, at modellen skal vise sig at være alt for simpel. Vi har, med vores forståelse af Willigs pointer, forsøgt at tydeliggøre, hvordan samfundet, i dag, har afskrevet sig al kritik, og at enhver kritik vil ende som en selvkritik. Men det er jo paradoksalt, at vi er fanget i en dominerende selvkritik, hvor vi ikke tør kritisere andet end os selv, hvis vi, ifølge en

---

<sup>19</sup> Peter Wagner: Tysk sociolog. Willig videreudvikler hans teori, som kommer til udtryk i værket Peter Wagner (1994) Wagner skelner mellem de kriser, der karakteriserer perioderne mellem forskellige epoker (Willig, 2013: 29).

tidshistorisk udvikling, burde have alle muligheder åbne til at vælge den form for kritik, som vi selv føler gavner i vores liv? Når vi siges at være så frie på alle områder, og at det blot er os selv, der skal vælge den ønskede retning for vores liv, så er vi alligevel fanget i selvkritikken, som overordnet ser ud til at kunne medføre en forvrænget livskvalitet. Er vi så overhovedet så frit stillet, som det antages, at vi er? Og hvordan kan samfundet så komme demokratisk til udtryk, hvis ingen tør kritisere en samfundsstruktur offentligt?

Når man læser artikler, ser debatoplæg eller andet, som har fokus på selvkritikkens frembrusen, synes det, som oftest, at være understreget som en negativ udvikling, hvilket vi også selv har forsøgt at illustrere, at det er. Som Willig også pointerer, så er der jo ingen andre end os selv til at tage skraldet for de fiaskoer, som vi oplever i vores liv, og når alt er lagt sammen, vil resultatet oftest være negativt:

*"I den tredje epoke aflægger det moderne menneske nemlig konstant regnskab for sit eget selv. Det opstiller løbende en "indre selvangivelse" over sine succeser og fiaskoer, og resultatet kan meget vel være negativt, når alle poster er lagt sammen. (...) Der er ingen andre til at tage skraldet for fiaskoer eller fejlslagne investeringer - kun selvet kan forsøge at efterregulere tab eller i værste fald gå psykologisk konkurs." (Willig, 2013: 52).*

Her synes Willig også at belyse, hvordan selvkritikken kan ses som en negativ udvikling, netop fordi det, i værste fald, kan medføre psykologisk konkurs. Når unge i dag hele tiden forholder sig kritiske til sig selv, kan det netop medføre, eksempelvis, lavt selvværd eller depression, og selvkritikken kan altså være medvirkende til at fremprovokere psykologiske udfordringer hos den unge. Hvilket er noget, vi vil komme nærmere ind på i det sidste afsnit (Jf. Den opsamlende del).

Men kan der så kun findes ulemper? Willig skriver selv, i sidstnævnte citat, at der "meget vel" kan være negative følger af den "indre selvangivelse", men for os antyder det ikke en helt klar udmelding om, at der absolut ikke kan forefindes noget, der er godt ved selvkritikken. Så kan der alligevel ikke forefindes nogle nye åbninger af muligheder i selvkritikken, som kan fungere som fordele i vores senmoderne samfund? Vi synes at kunne finde en fordel i, at vi altid er i stand til at tænke os om og se på os selv, før vi beskylder andre. Der findes flere forskellige ordsprog, som indikerer, at vi altid har haft som tommelfingerregel, at vi er nødt til at se på os selv som det første. Ét af dem, som de fleste kender, lyder: "Peger du fingre ad nogen, peger der altid tre tilbage på dig selv". Selvkritikken kan derfor siges at skabe rammerne for refleksion og medmenneskelighed, eftersom vi ikke blot kaster skylden videre uden at tænke over egen rolle i situationen. Vi synes derfor at have muligheden for, gennem

selvkritikken, at lade vores handlinger og udtalelser være velovervejede. På den måde synes det at kunne skabe mulighederne for, at vi, som individer, er sikre på, at vi har undersøgt og overvejet situationen, før vi ytrer os i en udadrettet kritik.

Det er ikke kun Willig, som pointerer selvkritikken som en udfordring i dag. Brinkmann forsøger også at tydeliggøre, hvordan han finder selvkritikken udfordrende, og vi vil derfor, i det efterfølgende afsnit, belyse selvkritikken i lyset af Brinkmanns pointer. Ydermere finder vi positiv psykologi interessant, i denne diskussion, til at tale om, hvordan alting handler om at arbejde med sig selv og finde det positive frem i egen tilværelse.

### **Skal vi tage ja-hatten på?**

For at tydeliggøre vores problemstilling omkring selvkritikken som en udfordring i dag, vil vi forsøge at supplere vores forståelse af Willig med Brinkmanns pointer. Willig og Brinkmann stiller sig begge, på mange punkter, kritiske over for den tendens, som er opstået om, at individet vender kritikken ind mod sig selv uden at være kritisk over for samfundet. Vi synes netop at opleve, at unge bebrejder sig selv, når noget går skævt. Dertil påpeger Brinkmann i sit værk *Ståfast* (2014), at man skal være bedre til at sige fra og stå fast ved sig selv uanset samfundsstrukturer. Brinkmann siger, at hvis man konstant har ja-hatten på, bliver man offer for enhver tilskyndelse, og det er ligemeget, om den kommer inde- eller udefra (Brinkmann, 2014: 57). I værket skriver Brinkmann, at vi, gennem længere tid, har hørt om ja-hatten som noget, der anerkendes, værdsættes og som noget positivt, men han hævder, at det er blevet tid til at tage nej-hatten på. Hvis man, som individ, kan tage nej-hatten på, så er man et modent menneske, som besidder en vis grad af integritet<sup>20</sup> (Brinkmann, 2014: 55-56).

Brinkmann påpeger, at det er stor styrke og integritet i, hvis et individ formår at sige: "Nej, det gider jeg ikke". Han mener det kun er robotter, som konstant siger ja (Brinkmann, 2014: 55). I sammenhæng med det Brinkmann peger på, synes vi selv at opleve, at flere unge hele tiden føler, de skal tage ja-hatten på, netop fordi der ligger en vis anerkendelse, værdsættelse og positivitet i at sige ja. Unge virker til at tynde sig selv med tanker om ikke at være tilstrækkelig nok og dermed føle, at de hele tiden skal forbedre sig. Hermed oplever vi, at unge peger på sig selv og har en opfattelse af, at de må arbejde med at forbedre sig, når de bebrejder sig selv med ikke at være god nok. På den måde kan det siges, at individet sætter nogle forventninger

---

<sup>20</sup>"Integritet vil sige, at man ikke bare halser efter de sidste nye trends, men at man har slået rod i noget bestemt, som fremstår vigtigere end andet. Integritet indebærer, at man forsøger at etablere en sammenhængende identitet på tværs af tid og kontekster – og står fast på det. Det modsatte af at have integritet er altid at have ja-hatten på og aldrig være i tvivl om, at det er godt og rigtigt at sige ja og prøve noget nyt." (Brinkmann, 2014: 56).



til sig selv om at være på en bestemt måde, og hvis ikke de formår at efterleve det, må de forbedre sig. Men i vores optik tynger det de unge, når de konstant tugter sig selv med kritik og sætter høje forventninger. Set ud fra et Brinkmann-inspireret perspektiv kan løsningen være, at individet bør tage nej-hatten på. I et samfund som er præget af acceleration, og hvor kritikken er blevet et mere indre- end samfundsmæssigt anliggende, hvor vækst, personlig- og samfundsudvikling er i centrum, kan vi, med inspiration fra Brinkmann, sige, at unge bør tage nej-hatten på.

*"De fleste kender udtrykket "ja-hatten", og man bruger det oftest so noget, andre bør tage på, men som de aktuelt måske har svært ved at finde frem. Man skal finde ja-hatten frem, når man ikke er positiv og udviklingsorienteret nok. Den underliggende præmis er, at det er godt at sige ja og skidt at sige nej." (Brinkmann, 2014:57).*

I citatet peger Brinkmann på, at der, i samfundet, er en diskurs om, at man bør tage ja-hatten på, så man bliver positiv og udviklingsorienteret. Grundlæggende virker det som om, at det er langt mere velanset at sige ja frem for nej. For de unge kan ja-hatten fungere som en måde, hvor man viser, at man gerne vil præstere bedst muligt. Den accelererende kulturs hastighed, (jf. det accelererende samfund) og dets mange tilbud, gør, at unge meget gerne vil sige ja og kunne rumme det hele, hvilket resulterer i, at nej-hatten på en måde er blevet ildeset. Hvis den unge formår at tage ja-hatten på, udviser de kompetencer om at være i stand til at følge med og være tilstrækkelige (Brinkmann, 2014: 60). Fænomenet om ja-hatten kan være en mulig forklaring på, hvorfor unge gør mange udfordringer til et personligt problem frem for et samfundsproblem. Vi oplever f.eks., at flere unge, på videregående uddannelser, gør det til et personligt problem, når det forventes, at de, som færdiguddannede, skal besidde en vis erfaring inden en mulig ansættelse. Men er det muligt, som nyuddannede, at have erhvervserfaring inden for sin profession? Her bliver løsningen for de unge, at de tager ja-hatten på og gør det til et personligt problem frem for et samfundsmæssigt problem. De stiller sig ikke kritiske over for, hvorvidt det er et urealistisk ønske fra samfundets side, men vender, derimod, kritikken ind på dem selv ved at tænke, at de så ikke er tilstrækkelige nok.

Brinkmann stiller spørgsmålstejn ved, hvorfor ja-hatten er blevet så populær, på bekostning af nej-hatten. Hertil uddyber han:

*"Jeg tror, der er to hovedårsager. (...) Når alting opleves at være flyvende og i bevægelse (...), bliver ja-hatten en måde at gøre sig "god nok" på. Den signalerer, at man er tilstrækkelig driftig til at følge med. (...) Filosofen Anders Fogh Jensen har analyseret vores tid som "projektsamfundet", hvor alle mulige aktiviteter og praksisformer konciperes som projekter (...). Han beskriver, hvordan vi som individer i projektsamfundet kommer til at "overbooke" os selv med aftaler og projekter (...). Men fordringen er altså, at vi skal sige ja til projekterne. At ytre at*

*sige "ja!" er en kernekompetence i den accelererende kultur (...). Den anden årsag er mere eksistentiel: Den udspringer nemlig af frygten for at gå glip af noget" (Brinkmann, 2014: 60-61).*

Gennem citatet kommer det til udtryk, at i Brinkmanns optik, er 'ja' blevet en kerneværdi i det accelererende samfund (Brinkmann, 2014: 60). Den unge må derfor sige ja til disse former for udfordringer, da et nej kan anses som om, at den unge mangler mod, forandringsparathed og manglende kompetencer. Brinkmann påpeger, at man ønsker at fremstå som tilstrækkelig driftig, og at der ligger en frygt for ikke at 'komme med' (Brinkmann, 2014: 61). Hvis de unge, i dette tilfælde, tager nej-hatten på, fremstår de som mindre attraktive som nyuddannede. Set i forhold til Brinkmann har diskursen, om at tage ja-hatten på, skabt en selvfølge, hos unge, om at følge med. Dette kan være i håbet om at fremstå mere attraktive og få det maksimale ud af livet. Det kan dog tyde på, at de unge kan tage munden for fuld og dermed ender med at vende det indad som et personligt problem, når de ikke kan nå det hele.

Det virker som om, at vi unge, implicit, forsøger at efterleve normen om at kunne gøre gavn af alle de muligheder, vi får stillet til rådighed i det senmoderne samfund. Vi skal altså have ja-hatten på og tage imod alle de muligheder, der kan give os de bedste vilkår for at kunne agere i de senmoderne samfundsstrukturer. Kun ved at suge alle mulighederne til os, kan vi opnå succes og intensitet i eget liv. Men er ja-hatten den eneste forudsætning for at kunne opnå succes og intensitet i eget liv? Er det ikke muligt, at vi unge kan opnå det uden at skulle være forpligtet til at følge normen og sige ja til alt? Hvis man siger nej til nogle ting, og dermed kun siger ja til det, man kan overskue, vil vi mene, at det vil skabe mere sindsro. Hvis unge ikke er i stand til at tage nej-hatten på, og skifte spor eller træde bremsen i, er det en udfordring at opleve ro og acceptere det eksisterende. Men det virker som om, at det at finde ro og sige fra er et problem. Hvis den unge er i stand til at finde ro, og formår at slappe af, så besidder de kvalifikationen om at tage nej-hatten på over for krav og forventninger, og det kan i nogles øjne anses som en ballast. Det er ikke anerkendelsesværdigt i vores samfund, hvor det centrale er et ungt individ, der er flydende, fleksibelt, omstillingsparat og foranderligt. Men for os virker det som om, at det handler om at skabe en balance mellem ja-hatten og nej-hatten således, at man selv kan følge med og have overskud til at drage nytte af de muligheder, man vælger at gribe. Noget af det, vi hæfter os særligt ved hos Brinkmann, er pointen om, at unge skal 'stå fast'. De skal, på en måde, forsøge at tage nej-hatten på lidt oftere, således at de kan undgå at bebrejde sig selv, når de tager munden for fuld, formentlig får en følelse af at have fejlet, og ender i en følelse af at være utilstrækkelig. Noget der står i kontrast til Brinkmanns pointe om at stoppe op og gøre oprør mod en samfundsstruktur, der giver os store

udfordringer, er positiv psykologi. Vi vil forsøge at inddrage en anden vinkel på, hvordan vi, i en udfordrende samfundsstruktur, får skabt bedre vilkår for os selv. Inden for positiv psykologi vil man, i stedet, mene, at den unge ikke skal gøre noget ved omstændighederne i samfundet, men nærmere ændre sin tankegang og blive mere positivt indstillet. På den måde vil den unge bedre kunne imødekomme nogle af de udfordringer, de oplever. Hans Henrik Knoop har skrevet værket *Positiv psykologi* (2013), hvor han forsøger at belyse, hvad positiv psykologi er. Han definerer det som: "(...) *det videnskabelige studie af, hvad der gør personer og samfund i stand til at trives*" (Knoop, 2013: 7). Det handler om at etablere nogle rammer, som kan gøre det muligt, for os, at trives bedre og derved formindske sandsynligheden for, at sindslidelser fremkommer (Knoop, 2013: 10).

Knoop trækker tråde tilbage til stenaldermennesket, hvor han påpeger, at individet er programmeret til at overleve ligesom i stenalderen. Her levede individet et jæger-samler-liv, hvor individet hele tiden var i livsfare og levede udelukkende for at overleve, hvilket han ikke mener er så langt fra den måde, vi lever på i dag. Selvom det, på mange punkter, er to vidt forskellige liv, så hævder Knoop, at vi reagerer fysisk og psykisk, som vi gjorde i stenalderen. Forstået på den måde at individet har fokus på det negative frem for det positive. Det, at individet har en tendens til at lade negative oplevelser fylde mere end positive, er noget, som har biologisk oprindelse, hvilket Knoop peger på i dette citat: "*Kroppens, psykens og omgivelsernes fremme af negative oplevelser kaldes samlet for vores negativitetstendens – en tendens som har dybe evolutionære rødder, where bad was stronger than good (...)*" (Knoop, 2013: 22-23). Knoop mener, at vi i form af negativitetstendensen, hurtigt, vænner os til det positive og dermed fylder det negative langt mere. Det vil sige, at individet er god til at overleve og knapt så god til at nyde det liv, som individet nu har. Knoop mener, at vi, biologisk set, har to mekanismer, hvor den ene hæmmer de positive ting, og den anden fremmer negative ting. Grunden til at det positive hæmmes, kan skyldes, at individet, i hverdagen, hurtigt vænner sig til det behagelige og positive, og dermed forblændes individet af en rutinepræget hverdag og lægger ikke mærke til det velfungerende. Det negative fremhæves, fordi individet har et instinkt til at overleve tilbage fra stenalderen, hvor frygt for fremtiden, ulykkelige- og traumatiske oplevelser havde stor indflydelse på ens overlevelse. Men Knoop påpeger, at det ikke, alene, er vores stenalderbiologi, som er skyld i den øgede negativitet, men at det samtidig også er noget, vi selv vælger at vægte højt (Knoop, 2013: 21-25). Hvorfor individet fremmer det negative frem for det positive uddyber Knoop i dette citat:

*"Den væsentlige del af forklaringen er, som antydte, nok biologisk. Vores stenalderbiologi, de urgamle genetiske programmer, der blev optimeret til et liv, hvor det var afgørende at reagere akut på enhver fare. (...) Men biologien er ikke hele forklaringen. Hvis vi vender os mod nutiden, mod den menneskeskabte verden, mod kulturen og samfundet, ser vi, at negativitet også i høj grad er noget vi vælger at prioritere." (Knoop, 2013: 24-25).*

Der peges på, at det samfund og den kultur, vi lever i, har en indflydelse på, hvordan vi tænker mere negativt end positivt. Det kommer her til udtryk, at samfundet, i samspil med biologien, er med til, at vi selv vælger at prioritere de negative oplevelser. Set i forhold til de unge kan positiv psykologi siges at have en indstilling til, at det er noget inde i individet, som er hæmmende for vores trivsel. De unge trives ikke i en stresset hverdag, hvor de føler sig utilstrækkelige, hvilket kan resultere i dårlig trivsel. Set ud fra Knoops synsvinkel ses de mange muligheder, som den unge har, som en masse negative oplevelser. De unge dvæles i, at de ofte oplever samfundets mange muligheder som en udfordring, da det giver tvivl omkring, hvad de skal vælge, og om de vælger rigtigt. Vi oplever også, at unge, generelt, tynges i den konstante søgen for at finde sin identitet, eftersom de kan tyde på at have mere fokus på de negative oplevelser frem for de positive. Derudover kan unge, i vores optik, anse det, at skulle tilpasse sig forskellige sociale sammenhænge, som en enorm udfordring. Men ud fra den positive psykologi vil den unge have nemmere ved at se det gode i de mange udfordringer, som de står over for, hvis blot de husker på at være positivt indstillet. Hvis den unge er mere positivt indstillet, giver det mere energi og glæde. Dette står i klar kontrast til Brinkmanns opfattelse, hvilket kommer til udtryk i følgende citat:

*"Pointen er blot, at du bør afvise den udbredte fordom om, at "svaret er inde i dig selv", og at man finder det ved "at mærke efter". Der er grund til at stå fast på en modstand mod den positivitetstvang i det moderne samfund, der bilder dig ind, at det negative er uønsket og farligt." (Brinkmann, 2014: 55).*

I citatet er det tydeligt, at Brinkmann er af den modsatte opfattelse end positiv psykologi er. Han mener, at det moderne samfund er blevet præget af en positiv indstilling, som han karakteriserer som tvang. Dermed mener Brinkmann, at den positive indstilling bilder individet ind, at det negative ikke er ønskeligt. Han mener, at individet har karakter, hvis det formår at stå fast på sine egne værdier, uanset samfundsnormer, og kan tage nej-hatten på når individets værdier trues (Brinkmann, 2014: 55-56).

Brinkmann peger på omstændighederne i samfundet som det skabende element af den implicitte norm om, at individet skal tage ja-hatten på for at være attraktiv og opleve intensitet i livet. Men den unge har svært ved at følge med, og vi oplever, at mange unge har

en fornemmelse af at 'snuble' i livet. I vores optik går flere unge, end man umiddelbart tror, med fornemmelsen af, at snuble, som det er tydeliggjort i afsnittet om kritikens u-vending. At det er de unges egen skyld, hvis de fejler, og at alting bliver vendt som en kritik mod dem selv. Netop det kan skabe en fornemmelse af hele tiden at snuble. Det kan siges at være en kæmpe opgave, for den unge, at mestre alle de mange udfordringer, som kan opstå i løbet af hverdagen. I vores optik knækker flere og flere sammen i forsøget på hele tiden at kunne føle sig tilstrækkelig og succesfuld, hvor de, med inspiration fra positiv psykologi, burde stoppe op og forsøge at tænke positivt og lade det negative vige mere i baggrunden. Vi synes at bemærke, at mange unge nok oplever, at deres andre jævnaldrende virker til at håndtere udfordringerne bedre end dem selv. Dette kan, igen, resultere i, at den unge falder tilbage i det negative og ser sig selv som mindre god i sammenligning med andre, som måske har det på samme måde.

Men hvordan kan vi forhindre at ryge i svinget, når vi unge har så meget fart på og gerne vil kunne mestre det hele samtidig med, at enhver fejl bliver et kritisk og negativt slag i hovedet på sig selv? Vi skal stoppe op, skifte spor, sig nej og finde ro.

Knoop, derimod, hentyder til, at individet ikke er bygget til at leve i det samfund, vi har i dag, hvilket også kan være grunden til, at vi ikke kan finde ud af at trives. Det påvirker derfor vores livskvalitet og fremmer negative følelser. På den måde fokuserer unge ikke på ungdommen som en periode, hvor de får en masse muligheder, som kan være åbninger til, at de kan forme- og udvikle sig. Ifølge Knoop er individet født med en gennemgribende impuls om at være aktiv (Knoop, 2013: 8). Dette gør, at individet kæmper for at leve, forstå og lære hurtigst muligt og på kortest tid, for at kunne følge med i det accelererende samfund, hvilket vil blive uddybet i det følgende afsnit. Så hvis unge forbliver passive i forhold til at klare de udfordringer, de støder på, så udgør individet en hæmsko for sig selv. Hvis vi altså ser de unges udfordringer, om at være alt for selvkritiske, ud fra den positive psykologiske synsvinkel, så skal de unge besidde en reel interesse og passion, før de kan opnå succes. På den måde kommer det indre til udtryk. Det er nok ikke blot at sige fra. Den unge skal gribe dagen og være fuldhjertet engageret i det, de foretager sig, for at de kan opnå succes (Knoop, 2013: 10). Er det virkelig så enkelt? Er det muligt at opnå succes blot ved at engagere sig? Unge kan vel have en masse forhåbninger og drømme, om at kunne håndtere og mestre det hele. Men hvad betyder engagementet, hvis de snubler i forsøget og hele tiden får rettet kritik mod sig selv således, at deres engagement ikke, i sig selv, viser sig som værende nok? Knoop peger på, at troen på egne evner, i sig selv, kan flytte bjerge, hvilket ses i følgende citat:

*"Forventninger til vores egne præstationer har vist sig at have endog meget stor betydning for, hvorvidt vi rent faktisk mestre udfordringer eller ej. Troen flytter faktisk bjerge. (...) Pointen er videnskabeligt så stærkt underbygget, at man er nødt til at se i øjnene, at succes langt hen ad vejen faktisk forudsætter succes, fordi ens forventninger til fremtiden først og fremmest dannes på baggrund af tidligere erfaringer."* (Knoop, 2013: 54).

Hvis den unge tror på, at det lykkes, kan de bedre håndtere den udfordring, som de står over for (Knoop, 2013: 53-54). Ud fra et positivt psykologisk perspektiv handler det om at vende de negative tanker, så de ikke hæmmer den unge, til det positive og skabe muligheder og oplevelser i udfordringerne (Knoop, 2013:55). Knoop beskriver således:

*"Men et godt liv er altså, (...) generelt et spørgsmål om både at finde ro og tilfredshed i det allerede opnåede og finde nydelse og oplevelser i nye udfordringer. (...) man er nød til at være god ved sig selv, hvis man vil nå langt."* (Knoop, 2013: 55).

Pointen er, at man skal være god ved sig selv forstået således, at unge skal være bevidste om, at viljestyrke, meningsfyldt selvdisciplin, udholdenhed og høje, inspirerende forventninger til sig selv, også kan anses som at være god ved sig selv. Det handler om at se det positive i udfordringerne og trives i det. Så hvis den unge udvælger det, som de er gode til, har talent for og er interesseret i, er sandsynligheden for at opleve succes større. Her menes større, end hvis man tager munden for fuld af ting, som ikke er ens egne valg, men som er påduttet udefra. Og hvis man samtidig hele tiden vender kritikken mod sig selv, så kan det svært at komme ud af følelsen af den dominerende tanke om, at man altid fejler, og at man ikke er tilstrækkelig. I forlængelse heraf synes vi, det er interessant at se på samfundet som accelererende, eftersom det kunne tyde på, at samfundetstendenser presser de unge. De unge kan have en oplevelse af, at tiden er knap, når de skal opnå flere ting på en kortere tidsramme.

## Det accelererende samfund

Det er en smule udefinerbart, hvad det, i Rosas optik, er, som *egentlig* accelererer i det moderne samfund<sup>21</sup>. Men vi oplever selv, og ser mange andre unge, som føler sig nødsaget til, hele tiden, at skulle løbe stærkere for overhovedet at kunne følge med. I værket, *Fremmedgørelse og acceleration* (2014), peger Rosa på, at der henvises til en acceleration af ikke kun én ting, men af flere ting, der, i samspil, skaber en følelse af, at tiden går hurtigere. Han siger følgende:

---

<sup>21</sup> Vi er opmærksomme på, at Rosas teori udfolder sig i det moderne samfund, men vi mener, at teorien stadig kan gøre sig gældende i det senmoderne samfund, da hans pointer stadig synes at være gældende i dag.

*“Hvad er det, der accelererer i det moderne samfund? Der refereres således til en acceleration af livets hastighed, af historien, af kulturen, af det politiske liv, af samfundet eller ligefrem af tiden selv (...) Nogle iagttagere hævder uden videre, at alt synes at gå hurtigere i moderniteten. Men det siger sig selv, at tiden som sådan jo ikke kan accelerere på nogen meningsfyldt måde, og det er da heller ikke alle processer i samfundslivet, der accelererer. En time er en time, og en dag er en dag - uanset om vi oplever, at den er gået hurtigt eller ej.” (Rosa, 2014: 19).*

I citatet peger Rosa på, at nogle vil synes, at alt virker til at gå hurtigere i moderniteten, men at tiden er den samme som tidligere. En time er stadig en time, og det er ligegyldigt, om man oplever, at den time går hurtigt eller langsomt. Men hvad er det så, der gør, at tiden føles hurtigere i dag?

Hvis vi forestiller os en ung, som sidder på studiet omringet af medstuderende. De skal planlægge fremtidige gruppemøder. Kalenderen er godt fyldt ud, og man har en følelse af, at ens aftaler hober sig op, men alligevel må man presse nogle flere aftaler ind for at få tid nok til studiegruppen. Det kan være, man har påtaget sig for mange arbejdsopgaver og pligter samtidig med, at ens lektier virker uoverskuelige, fordi de vokser én over hovedet og virker bundløse. Man forsøger at holde den kørende med enorme mængder koffein, hvilket resulterer i, at man ryster og måske har søvnløse nætter. Man kan have svært ved at koncentrere sig, da følelsen af at være under massivt pres fylder alle ens tanker. Selvom man er presset på tiden, vil man alligevel gerne formå at nå det hele, men det er ikke altid, at det lykkes. Hvis det nu lykkes, har man, som oftest, presset sig selv helt til det yderste.

I vores optik er dette en følelse, som flere unge kan nikke genkendende til. Det er, som sådan, ikke unaturligt, at man kan have det sådan i en periode, men hvis det strækker sig over længere tid i ens liv, kan man gå hen og blive stresset. Vi oplever i vores omgangskreds, at mange unge føler sig stressede og pressede. Stress kan vise sig forskelligt og kan derfor også komme til udtryk på mange måder. Gennem vores frivillige arbejde i Headspace har vi, hos unge, oplevet forskellige symptomer på forskellige reaktionsmønstre for, når man føler sig presset. Hos nogen kan det mærkes fysisk i form af hjertebanken, hovedpine, kvalme og mavesmerter, hvorimod andre kan opleve problemer med korttidshukommelsen, tristhed, angst og indelukthed. Det er forskellige måder, hvorpå kroppen reagerer og forsøger at fortælle, at den er på overarbejde, og at man tydeligvis har gang i for mange ting på én og samme tid.

Men hvad er det så, at unge oplever, der går hurtigere? Ifølge Rosa findes der ikke et definerbart accelerationsmønster, som er afgørende for, at alt går hurtigere (Rosa, 2014:20).

Men vi synes at fornemme, at der er nogle sociale fænomener, hvor acceleration kan siges at have forbindelse til. Et fænomen som, i vores optik, synes at have en indflydelse på de unges hverdag, er udfordringen om at have en følelse af konstant at være i tidsnød. Generelt er der en social tendens til, at vi, i nutidens samfund, ikke har tid nok. På trods af, at vi, gennem den teknologiske udvikling, har fået en effektiviseret og tidsbesparende teknologi, oplever vi, at individet, herunder også den unge, har følelsen af at måtte løbe hurtigere for at kunne følge med (Rosa, 2014: 20). Denne udfordring er noget, som kommer til udtryk i dette citat:

*“I moderniteten føler de sociale aktører i stigende grad, at de er i tidsnød, at tiden er knap. Det er, som om tiden bliver opfattet som et råmateriale, der kan opbruges ligesom olie og derfor bliver en stadig dyrere knaphedsressource(...) Tværtimod, i hvert fald ved første øjekast, at være dybt paradoksalt i lyset af den teknologiske acceleration.”* (Rosa, 2014: 26).

Det tyder altså på, at der er en konstant søgen efter mere tid og en følelse af at være i tidsnød. Rosa peger i citatet på, at der foreligger en tendens til at anse tiden som en slags råmateriale, ligesom olie og benzin, som på et eller andet tidspunkt ikke længere vil være tilgængelig og dermed opbrugt. Rosa karakteriserer yderligere acceleration af livstempoet som:

*“(...) en forøgelse af antallet af handlinger eller erfaringer per tidsenhed (...) Denne acceleration (red: acceleration af livstempoet) vil få folk til at opfatte tiden som knap, føle sig forjagede, stressede og underlagt stort tidspres. Folk vil typisk føle, at tiden går hurtigere end tidligere, og beklage sig over, at 'alt skal gå så stærkt'”* (Rosa, 2014: 26-27).

Rosa påpeger, at accelerationen af livstempoet resulterer i, at individet i stigende grad føler, at de er under tidspres og har mangel på tid. Set i forhold til de unge er der, i vores optik, et øget ønske om at gøre flere ting på reduceret tid. Vi fylder kalenderen til det yderste, fordi vi gerne vil kunne nå det hele og med det resultat, at vi føler os stressede over alle de ting, vi gerne vil. Vi kan selv, som unge, nikke genkendende til følelsen af, som Rosa også påpeger i citatet, at være forjagede, stressede og underlagt et kæmpe tidspres. Set ud fra et Rosa inspireret perspektiv synes det, for individet, at gå for stærkt, og at det hele går stærkere end det tidligere har gjort. Dertil har individet også en bekymring om, hvorvidt man kan følge med i forhold til sociallivets tempo (Rosa, 2014: 27). Rosa påpeger, at denne stigende følelse, af at være under tidspres, vidner om, at udviklingen af det digitale og globaliseringsprocesserne er medvirkende til social acceleration (Rosa, 2014: 27).

Vi ser ofte nye tiltag og fænomener, som bevidner om, at det moderne livs hverdagshandlinger skal være præget af fart og acceleration. Det ses bl.a. ved fast-food, power-naps, speed-dating og drive-in, som alle tydeliggør en idé om, at alting skal gøres hurtigere (Rosa, 2014: 20).



Hvorfor formår de unge ikke at sætte farten ned og give lidt slip på idéen om at skulle nå alting på rekordtid? Vi er jo, i større eller mindre grad, bevidste om det tidspres, som vi ligger på os selv, men alligevel lader vi os selv nå til det punkt, hvor vi føler os maksimalt pressede. Vi oplever, at unge, hver især, kan have en følelse af at stå alene i disse problemer, og at vi er alene om at sætte tårnhøje forventninger til at nå det hele, hvilket kan føles uudholdeligt. Det tyder på, at unge kan tage munden for fuld og har svært ved at sætte grænser for sit eget bedste. Vi kender det fra vores egen hverdag, hvor vi har en deadline på projektet, men samtidig forventes det også på ens arbejde, at man tager vagter. Derudover vil man, eksempelvis, måske gerne være den perfekte kæreste, ses med familien og måske endda også udvikle sine kompetencer på sit frivillige arbejde. Ikke nok med bare at nå alle tingene, skal vi samtidig også mestre alle de bolde, vi har i luften, til perfektion, og vise overskud og livsglæde. Men grænsen for hvornår man har gjort noget godt nok kan være svær at håndtere, og hvornår skal vi give os selv tiden til at restituere og lade batterierne op? Overordnet set ser vi, særligt, en følelse hos de unge, som bygger på en angst for ikke at kunne leve op til de stillede krav om at udnytte tiden bedst muligt, og de har dermed en stor afholdenhed fra at sige nej til noget, da det vil kunne anses som en magtesløshed og en svaghed(jf. Selvkritik).

I forbindelse med højhastighedssamfundet tyder det på, at vi unge har en følelse af, at tiden går for hurtig og kalenderen er overbooket, og alligevel skal vi stadig, hele tiden, formå at navigere i mange forskellige sociale arenaer(jf. tematisering, informalisering og sociale arenaer). Det er paradoksalt, at jo mere tid vi unge får, desto mere fylder vi i vores kalendere. Ud fra et Rosa inspireret perspektiv kan højhastighedssamfundet siges at påvirke unges hverdag på en sådan måde, at vi fylder hverdagen med en masse gøremål, som vi egentligt ikke har lyst, eller overskud, til. Vi unge når ikke at fordybe os i enkelte gøremål, fordi vi, i stedet, zapper fra den ene sociale sammenhæng til en anden i håbet om at nå det hele og samtidig leve op til forventningerne om at klare alle de gøremål, som vi fylder hverdagen med. Det synes derfor at være en udfordring for de unge at formå at være fleksible, og tilpasse sig samfundets højhastigheds-diskurs, samtidig med, at de skal følge med uden at snuble undervejs. Forstået på den måde, at det accelererende samfund sætter nogle rammer for, hvordan den unge skal navigere fra en social sammenhæng til en anden og være fleksibel i forhold til dem. Men hvordan det, at navigere i forskellige sociale sammenhænge og være fleksibel, kan opleves som særligt problematisk for de unge, vil blive uddybet i næste afsnit og senere hen i afsnittet om fleksibilitet.

## Tematisering, informalisering og sociale arenaer

I dette afsnit vil vi se nærmere på, hvordan det senmoderne samfund har skiftet kontekst, og hvilken indflydelse det har på de unges liv. Udover, at de unge skal indordne sig i en ny samfundskontekst, så bliver der også stillet højere forventninger til de unge om, at de skal være fleksible og skal kunne agere i forskellige kontekster. Vi lever i et samfund, hvor vi er mere frie end nogensinde før, men alligevel ender de unge med at føle sig fastbundne. Denne problemstilling har ikke gjort sig gældende for bare et par årtier siden, og den er derfor interessant at se nærmere på.

Thomas Ziehe har i værket *Øer af intensitet i et hav af rutine* (2004) et fokus på de unge og deres trivsel i dag. Der er sket en informalisering i samfundet, hvilket betyder at de tidligere generationer af unge har gjort op med nogle af de social normer der tidligere fandt sted<sup>22</sup>. Dette indbefattede, at de unge i dag ikke behøver at være lige så formelle, og leve under disciplinerede kår (Ziehe, 2004: 82).

Tilsvarende er der også fundet en tematisering sted, hvilket har resulteret i, at de unge i dag har tilgængelig og ubegrænset adgang til alverdens information. Dette har gjort de unge mere selvstændige, da de ikke længere behøver at søge råd og vejledning hos deres forældre (Ziehe, 2004: 82). På trods af at informalisering og tematisering er med til at gøre de unges liv enklere, så har det dog tilsvarende en bagside. De unge bliver, i deres dagligdag, eksponeret for en masse information, som ikke nødvendigvis er til gavn for dem. Det kan, på sigt, være med til at undertrykke de unges identitet, fordi de ikke vil have mulighed for at sortere i al den information, som de bliver eksponeret for (Ziehe, 2004: 82). Ziehe påpeger yderligere:

*"Mens de formelle socialnormer og adfærdsformer tidligere mere eller mindre kunne begrundes i krav, må de nu begrundes i egen motivation. I stedet for konventionernes pres bliver vi nu præsenteret for nødvendigheden af en række autonome jeg-præsentationer, som også kan være forbundet med ubehag, udskydelse og omveje."* (Ziehe, 2004: 83).

Ud fra overstående citat påpeger Ziehe en af de udfordringer, som unge kan stå over for i dag - nemlig, at de skal fremstå som et autonomt jeg, som har styr på sig selv og sit liv. Vi er enige med Ziehe i, at de unge står over for et stort pres, når de skal fremstå som nogle, der har styr på sit liv. Unge står over for at skulle tage stilling til en masse eksistentielle valg. Hertil oplever vi også, at der, nemt, kan opstå en rastløshed hos de unge, fordi det, som oftest, er forbundet med et ubehag at skulle leve op til en forventning om at have et autonomt selv, som Ziehe også påpeger. I takt med at informalisering og tematisering er blevet en væsentlig del af de unges liv, i dag, så kan det være svært for de unge at navigere rundt i alle de valgmuligheder og informationer, som de bliver eksponeret for. At de unge, yderligere, skal fremstå som et autonomt jeg, kan være svært, fordi der ligger et pres på de unge om, at de skal have styr på deres liv. Denne tendens påpeger Honneth også i følgende citat: *"Potentialet for autonom identitetsrealisering er i almindelighed taget til"* (Willig & Østergaard, 2005: 48-49).

---

<sup>22</sup> De tidligere generationer af unge levede under det, som Ziehe kalder for den første modernisering. Hvorimod at de unge i dag lever under den anden modernisering (Ziehe, 2004: 87-90)

I det traditionsbundne samfund blev de unges identitet fastlagt allerede fra barnsben, fordi de enten skulle overtage deres mors- eller fars erhverv. Hertil er det muligt at argumentere for, at de unge, i det traditionsbundne samfund, følte en vis grad af tryghed, fordi de ikke behøvede, aktivt, at tage stilling til deres liv, i form af valg af uddannelse mm.. Tilsvarende havde de unge, i det traditionsbundne samfund, dog heller ikke samme mulighed for at bryde løs fra deres allerede forudbestemte liv. I dag står de danske unge over for den modsatte realitet. For selvom de kan følge i mors- og fars fodspor, bliver de opfordret til at beslutte selv, hvad de vil i livet. De unge har, i dag, en markant større frihed end hvad de unge havde tidligere.

Med udgangspunkt i Ziehes teori, vil man kunne argumentere for, at de unge i dag, set fra de ældre generationers perspektiv, er ekstrem privilegeret, fordi de ikke længere behøver at kæmpe for rettigheden til at vælge, hvad de vil bruge deres liv på. Billedet tyder dog på at tegne sig anderledes for de unge i dag, for de har ikke, aktivt, kæmpet for rettighederne og ser dem derfor nærmere som en selvfølge. De unge er ikke indifferente over for de ændringer, som er sket i samfundet, men ud fra deres perspektiv er fokus på, hvordan de skal sammensætte deres egen identitet. I takt med at informalisering og tematisering har taget over, så kan det være svært for de unge, i dag, at stå alene over for alle de informationer, som de bliver eksponeret for. Der findes utallige informationer og holdninger om alt, som gør det svært for de unge at navigere rundt i. Dette er en tendens, som vi, som unge, kan nikke genkendende til. Blade som Euroman og Eurowoman kommer med deres bud på, hvordan man kan leve et bedre liv. Det kan være trends, som de unge føler, at de skal følge for at blive accepteret i samfundet. Det kan være helt banale ting som tøj. Det er vores opfattelse, at de helt unge nemt kan blive udsat for mobning, hvis de ikke har det nyeste tøj på og dermed skiller sig ud fra mængden. Herved kan det diskuteres, hvorvidt det er frit, for de unge, at skabe deres egen identitet, når de føler, at de skal efterleve nogle forventninger, som bliver stillet til dem? Vi oplever ikke mange unge, som afviger fra den dresscode, som moden angiver. Så på trods af at de unge, i princippet, skulle være frie til at danne deres egen unikke identitet, så tyder det på, at mange unge alligevel vælger at efterleve de trends og budskaber, som diverse medier kommer med. Men det er jo de unges  *eget valg* at iklæde sig efter den gældende mode. Hertil kan der argumenteres for, at mange unge er usikre omkring alle de muligheder, der står til rådighed for dem, og at de, derfor, vælger at følge diverse trends for ikke at skille sig ud fra mængden. På den måde vælger de den sikre vej til at kunne opnå en følelse af at blive anerkendt igennem deres tøjvalg samt få en tryghedsfølelse af at passe ind. Som Ziehe påpeger, kan de unges identitetsafprøvning undertrykkes, hvis de ikke formår at afskærme sig fra noget af al den tilgængelig information, som samfundet stiller til rådighed (Ziehe, 2004: 82). Grunden til, at det kan være svært for de unge at skabe deres egen unikke identitet, kan tyde på at skyldes, at de unge skal agere i forskellige sociale sammenhænge. Derfor finder vi det interessant at se nærmere på Goffmans teatermetafor til at undersøge individers, herunder de unges, ageren i sociale interaktioner. Han benytter sig derfor også af begreber, der oprindeligt hører sig til inden for teater. Her er der tale om begreber som: Roller, optræden, performer, backstage og frontstage (Goffman

2014: 19). Goffman mener, at individet påtager sig forskellige roller i forskellige sociale sammenhænge, hvilket også er kendt som sociale arenaer. Goffman påpeger, at:

*"Når et individ spiller en rolle, beder han implicit sine iagttagere om at tage det indtryk, der bliver præsenteret for dem, alvorligt. De bliver bedt om at tro på, at den figur, de ser, faktisk besidder de træk, han lader til at besidde, at den opgave, han udfører, vil have de konsekvenser, der implicit hævdes, og at forholdene generelt er, hvad de tager sig ud som. I overensstemmelse med dette er det en udbredt opfattelse, at individet fremfører sin optræden og stiller sig sådan an "for de andres skyld"."* (Goffman, 2014: 67).

Dette citat illustrerer særlig godt de udfordringer, som unge kan stå over for i dag. Det kan være svært for de unge at finde sin identitet, når der findes så mange forskellige sociale arenaer, som den unge skal agere i. De unge skal påtage sig forskellige roller, når de er sammen med eksempelvis familie, venner, kæreste m.fl. Når man som ung, tilpasser sig den arena, man indgår i, er det vores opfattelse, at den unge accepterer at påtage sig en bestemt rolle for at tilpasse sig og blive accepteret som en del af den arena, som den unge indgår i. Der er, i stigende grad, et ønske, i dag, om at skabe det bedst tænkelige selvbillede i de forskellige sociale arenaer, som kan knyttes til den store trang til selvrealisering (Jf. Selvrealisering). Når de unge synes at agere forskelligt, alt efter hvem de er sammen med, for at fremstå som den bedste version af sig selv, kan det, for os at se, være medvirkende til, at det bliver svært at finde sin identitet. Hvis man hele tiden ændrer på sine handlingsmønstre og forsøger at finde den side af sig selv frem, som passer i den givne situation, hvad er så egentlig ens 'rigtige' handlen, og hvad er den 'rigtige' side af en selv? Men kan man overhovedet antage, at der kun er én rigtig side af sig selv? Kan man ikke have flere sider af sig selv, som er i overensstemmelse med sine egne grundværdier?

Det påpeges i rapporten, *Når det er svært at være ung i DK – viden og råd om unges trivsel og mistrivsel* (2011) fra CeFu, at den sociale integration er vigtig. Herved menes der, at det er vigtigt, at de unge formår at skabe en social integration mellem familien, skolen, uddannelse, arbejdet og fritiden, på internettet osv. Social integration indbefatter, at de unges roller, i de forskellige arenaer, bliver anerkendt, således at de *"(...) unge oplever, at de kan indfri de krav og forventninger, som stilles til dem"* (ibid). Vi mener ligeledes også, at det handler om at finde sine grundværdier, som man kan holde fast i uafhængigt af hvilken sociale arena, man indgår i. Hvilket igen refererer til, at man, tydeligvis, stadig godt kan opleve at have flere sider af sig selv knyttet til sine grundværdier, og at man på den måde stadig kan agere i forskellige sociale sammenhænge. Det kan her ses at være en udfordring for de unge, hvis de netop ikke har fundet sine grundværdier, eftersom det kan give dem en tvivl om, hvordan de skal agere i en sociale sammenhæng.

Ligeledes påpeger CeFu også, at det er vigtigt, at de unge føler sig accepteret af deres omgivelser i de forskellige sociale arenaer, som de unge indgår i (CeFu, Nielsen og Sørensen, 2011: 42). Man kan, ud fra et Goffman inspireret perspektiv, argumentere for, at mange af rollerne, som de unge indtræder i, ofte er defineret på forhånd, fordi der er en forventning, fra deres omgivelser, om, at man rent faktisk *er* rollen. Her ligger der, implicit, et kollektiv pres i form af, at man spiller rollen rigtigt. Dette kan dog blive problematisk, da de unge kan havne i en udfordring vedrørende deres opfattelse af deres identitet, for stemmer andres forventninger overens med ens eget selvbillede?

Som Goffman påpegede, i forstående citat, så kan et individ hurtigt få en følelse af spille en rolle for andres skyld. Herved peger Goffman på, at man kan havne i nogle ydertilfælde:

*"Jeg har anført to ydertilfælde: Et individ kan være overbevist om sit eget skuespil eller have en kynisk holdning til det. Disse tilfælde er mere end blot yderpunkterne i et kontinuum. Hvert af dem forsyner individet med en position med særlige sikkerheds- og forsvarsforanstaltninger, så der er en tendens til, at de, der har bevæget sig ud mod en af disse poler, vil fuldføre rejsen"*  
(Goffman, 2014: 68).

Goffman illustrerer, med overstående citat, hvordan vores roller kan påvirke os i vores dagligdag. I det ene ydertilfælde tror man, fuldt og fast, på sit skuespil og bliver forblændet af skuespillet, så man, på sin vis, glemmer sig selv. I det andet ydertilfælde er man opmærksom på det skuespil, som man opfører, men man er ligeglad med, hvordan man agerer over for sit publikum. Denne person kalder Goffman kynikeren. Selvom kynikeren er uengageret i sit skuespil, så formår vedkommende, på sin vis, at lege med sit publikum i de forskellige arenaer, fordi de tager kynikeren alvorlig (Goffman, 2014: 68). Ens for begge ydertilfælde er, ifølge Goffman, at de, som oftest, får en fuld indlevelse i deres position. Dertil mener vi også, at der kan opstå en rollekonflikt, når flere roller skal spilles, som ikke er forenelige. For hvem er man så egentlig? Mener man det ene eller det andet, og hvilken rolle skal man så spille? I dag er det svært for de unge, fordi der findes mange forskellige roller, som de skal tage stilling til. Lige så snart de unge vælger at indgå i et nyt socialt fællesskab, skal de finde ud af, om de skal spille en ny rolle eller påtage sig en af de allerede etablerede roller. Nye roller kan være risikable at påtage sig, da man hurtigt kan underdrive eller overspille sin rolle til en grad, som ikke virker ønskværdigt for publikummet. Med inspiration fra Goffman tyder det på, at hvis man, som optræder, ikke formår at spille sin rolle overbevisende, så kan den unge risikere at miste sin facade som kan gøre, at man havner i en akavet situation, hvor de andre kan finde en upassende. På den måde kan man komme til at fremstå utroværdig, hvilket kan skabe en usikkerhed på sig selv, fordi man måske ikke formår at tilpasse sig publikums forventninger i den sociale sammenhæng.

Goffman siger følgende:

*“Når et individ spiller en rolle, beder han implicit sine iagttagere om at tage det indtryk, der bliver præsenteret for dem, alvorligt. De bliver bedt om at tro på, at den figur, de ser, faktisk besidder de træk, han lader til at besidde, at den opgave, han udfører, vil have de konsekvenser, der implicit hævdes, og at forholdene generelt er, hvad de tager sig ud som. I overensstemmelse med dette er det en udbredt opfattelse, at individet fremfører sin optræden og stiller sig sådan an “for de andres skyld”. (Goffman, 2014: 67).*

For os tyder det på, at det er svært for de unge, i dag, at navigere rundt i alle de roller, som de kan påtage sig, netop fordi det skal afspejle nogle træk, som den unge faktisk besidder. I vores optik synes dette at kunne være svært for de unge, eftersom de står en periode, hvor de skal finde deres identitet og dermed også deres grundværdier. Det kan tydeligvis være svært at finde sine grundværdier, hvis de unge er vant til at skulle leve op til de forventninger, der er til de roller, som de spiller, og samtidig når de gør det, som Goffman også siger, “for de andres skyld”. Hvis de samtidig endnu ikke kender deres egne grundværdier, kan det tyde på at blive en udfordring, når de spiller deres roller for andres skyld og ikke for deres egen. Dette kan, for os at se, medføre, at de unge kan komme i tvivl om, hvem de egentlig selv er, når de tydeligvis fokuserer mere på, hvordan de bedst kan agere i forskellige sociale sammenhænge gennem roller. Specielt når det forventes af publikum, at de besidder de træk, som deres rolle signalere at have. For os at se kan det være træk, som den unge måske ikke selv har taget stilling til som en del af sin personlighed, men nærmere blot som en rolle, den unge har påtaget sig for at blive accepteret i den sociale arena.

En anden ting, der kan gøre det svært for de unge at agere i de forskellige sociale arenaer, er kravet om fleksibilitet. Når de unge, hele tiden skal navigere mellem de forskellige sammenhænge, som de indgår i til dagligt, kan det føre til stor forvirring om hvem de er. Hvilket vi vil undersøge nærmere i det følgende afsnit.

## **Fleksibilitet**

Forventningen om fleksibilitet påvirker de unge, og også andre aldersgrupper, i vores samfund i dag.

Ziehe mener, at når de unge skal fremstå som autonome jeg, resulterer det i, at de ofte ender med at blive usikre på sig selv (Ziehe, 2004: 83). Det forventes, at de unge kan få kalenderen til at gå op med både uddannelse, arbejde og det sociale liv. Man kan hertil spørge, om dette ikke er noget, der altid har gjort sig gældende i det danske samfund? Førhen kendte arbejdsdagen ingen ende, og man kunne således arbejde 11-12 timer om dagen, seks dage om ugen. Det er rimeligt at antage, at der ikke var meget tid til overs til at pleje de sociale

relationer omkring år 1870 i Danmark. Det ændrede sig dog, da der, den 17. maj i 1919, skete en ændring, som sikrede de danske arbejders vilkår. Det bød på en hverdag som hed 8 timers arbejde, 8 timers frihed og 8 timers hvile. Det blev gradvist gennem de næste 40 år implementeret på det danske arbejdsmarked (Arbejderen, 2006: 17. maj 1919: Otte timers arbejdsdage).

Herefter kom der en mere ligelig tidsfordeling af hverdagen. I dag, hvor fleksibilitet har vundet ind på arbejdsmarkedet, er grænserne for fritid, hvile og arbejde blevet mere flydende. De unge, i dag, forventes, eksempelvis, at besvare opkald fra arbejdsgiveren i deres fritid. Det er sågar også blevet en mulighed at lave ens hjemmearbejde på farten i stedet for at gøre det i enten skolen eller på arbejdet.

Problemet ved fleksibilitet opstår, når fleksibiliteten går ind og udvisker grænserne for hvornår man har fri, og hvornår man er på arbejde, og når man, som følge heraf, ikke formår at balancere mellem det. I vores optik kan det se ud som om, at unge kan falde i to grøfter. Enten prioriterer de deres uddannelse så meget, at de har dårlig samvittighed over ikke at være nået længere eller have arbejdet hårdt nok, lige meget hvor hårdt og længe de har arbejdet. Eller også fravælger de det sociale, fordi de prioriterer studie eller arbejde højere. De tager, med andre ord, deres beskæftigelse med hjem, og de får alligevel ofte dårlig samvittighed over ikke at være produktive nok. Den anden grøft er helt i modsætning til den første. Her prioriteres der alt det sjove, og de udskyder hjemmearbejdet så meget, at det enten bliver lavet i sidste øjeblik eller slet ikke bliver lavet. At grænserne for fritid, uddannelse og arbejde udviskes kan derved betyde, at man kan falde i én af overnævnte grøfter, og dette er et tydeligt eksempel på, hvor meget samfundskonteksterne har ændret sig, da grænserne er blevet mere flydende.

Hvis de unge, derimod, ikke skal falde i en af overnævnte grøfter, så kræver det, at de formår at balancere sit liv, således, at der er overensstemmelse mellem ens fritid, uddannelse og arbejde. Fleksibilitet kan, hvis de unge har den nødvendige disciplin, gøre deres liv lettere, netop fordi de selv kan planlægge deres tid. Det er dog en svær balance at mestre, for man kan hurtigt havne i en af de overnævnte grøfter. Formår man alligevel at mestre fleksibilitet og udnytte den til sin egen fordel, således at man er effektiv og arbejder målrettet, vil man kunne få mere tid til sig selv. Herved kan man argumentere for, at fleksibilitet er et redskab, der kan være med til at forberede ens hverdag. Men det kræver, af de unge, at de ikke foretager overspringshandlinger, hvilket kan være svært når grænserne netop er mere flydende. Vi påtager os alt for mange opgaver i fleksibilitetens navn. Vi har svært ved at sige fra til opgaver, for hvis vi er effektive nok, så mener vi at kunne udføre det ekstra stykke arbejde.

Som oftest, når man har påtaget sig for meget ekstra arbejde, kommer man til at udkøre sig selv. Her har unge særligsvært ved at se de realistiske forhold, som gør sig gældende. I stedet for at indse, at de har taget alt for meget ekstra arbejde og ikke kan rumme det, så bebrejder de unge sig selv, for ikke at kunne klare det hele på én gang (Jf. Selvkritik). De unge kan ikke på samme måde, som tidligere, sige fra på grund af de mere flydende grænser. Det kan tyde på, at det også kan være særligt svært at sige fra for unge, når de står i en periode af deres liv, hvor de skal finde sin identitet og lære egne grænser at kende. De stiller tårnhøje krav til sig selv om at kunne fuldføre alle de opgaver, som de har sat sig for, og de ænser ikke, at det kan være en styrke at sige fra.

De unge lever, i dag, i et konkurrencesamfund, hvor der stilles tårnhøje- og, til tider, urimelige forventninger til individet, og dette er især tydeligt efter den økonomiske krises indtræden i 2007. Siden da har det danske samfund kæmpet med at få økonomien til at slå til, hvilket har resulteret i flere besparingsrunder. Dette har betydet, at fleksibiliteten og robustheden er blevet særlig efterspurgt på arbejdsmarkedet. Det har skabt ekstraordinære forventninger til, bl.a., de unge om at præstere mere – på, vel og mærke, kortere tid. Særligt for de unge fordi de nu skal udmærke sig ekstraordinært for at komme i betragtning til deres ønskede studie eller til et arbejde. Det har givetvis ændret arbejdsmarkedet, for nu skal individet stå til rådighed for arbejdsmarkedet, hvor man kan argumentere for, at arbejdsmarkedet førhen stod til rådighed for individet. De få arbejdspladser, der er tilbage, er der mange kandidater om, hvilket betyder, at man bliver nødt til at yde sit bedste for at få et fast arbejde. Hvis man ikke er dygtig nok, kan man altid erstattes af en anden.

Hos Center for Mental Robusthed<sup>23</sup> anser de én med mental robusthed for at være et individ, der er i stand til at håndtere stress, svære situationer og udfordringer. Mental robusthed er ikke et nyere fænomen, men er en videreudvikling af begrebet resiliens<sup>24</sup>(Center for Mental Robusthed, uden år: Hvad er mental robusthed).

Mental robusthed er opstået i positiv psykologi, hvor man har det sunde menneske i centrum. Mental robusthed tager, ligesom resiliens, udgangspunkt i en særlig form for modstandskraft,

---

<sup>23</sup> Center for Mental Robusthed er et center, der tager udgangspunkt i positiv psykologi. De er, på centeret, optaget af det, der får mennesker og virksomheder til at trives. Deres fokusområder er mental robusthed, trivsel, arbejdsglæde og stress (Center for Mental Robusthed, uden år: Hvad er mental robusthed).

<sup>24</sup> Vi vil påpege, at resiliens er et begreb, der refererer til unge, som har haft hårde odds, men som alligevel har formået at klare sig godt. Robusthed adskiller sig derimod fra resiliens ved, at robusthed omfatter ganske almindelige individer, hvilket også er forklaringen på, hvorfor vi tager udgangspunkt i robusthed (Den store danske, uden år: Resiliens).



der gør, at individet kan overskue dagligdagen på trods af store udfordringer. Hertil skriver Center for Mental Robusthed:

*"Man har forsket i mental robusthed (resiliens) i mere end fem årtier. Med afsæt i den nyeste hjerneforskning ved vi i dag, at hjernen er plastisk (foranderlig) og udvikler sig livet igennem. Vi ved også, at mental robusthed ikke er noget, man enten har eller ikke har, men derimod en størrelse, vi besidder i forskellige grader.*

*Mental robusthed er en psykologisk færdighed, der hjælper os til at håndtere modgang, stress og udfordringer, samt at passe på os selv. Den gode nyhed er, at man kan optræne sin mentale robusthed – det arbejder vi med!"*(Center for Mental Robusthed, uden år: Hvad er mental robusthed).

Det tydeliggøres ved mental robusthed, at ganske almindelige mennesker kan lære at håndtere stress samt svære situationer og samtidig være effektive og fleksible i deres arbejde. Set i lyset af positiv psykologi er det en mental indstilling hos individet, der skal ændres, for at man kan navigere i et samfund, som, i vores optik, er præget af en fleksibilitet, som tydeligvis kan medføre stress-symptomer (Knoop, 2013: 53-57).

Center for Mental Robusthed mener, at det er muligt at træne sin robusthed således, at man kan lære at gebærde sig i udfordringerne fra hverdagslivet. Dette anser vi for værende problematisk. Vi mener, at denne samfundstendens er bekymrende, da der bliver stillet utrolig høje forventninger til, at vi skal lære at tænke positivt, styrke os selv og håndtere stress og udfordringer. Hvis unge hele tiden skal udsættes for krav om at være robust og fleksibel, så tænker vi, at de unge, på et tidspunkt, vil nå et maksimum af, hvad de kan holde til, og det kan, i værste fald, have negative konsekvenser i form af sociale patologier (Jf. Opsamlende afsnit).

Vi synes ikke selv at være enige i, at det udelukkende er op til den unge selv at kunne trives i det senmoderne samfund. Samfundet bærer, i vores optik, en del af ansvaret for, at stress kan forekomme og dermed mindske trivslen. Vi synes at opleve, at netop øgede forventninger om fleksibilitet, og samtidig robustheden til at håndtere mange bolde i luften, kan være medvirkende til mistrivsel og følelsen af ikke at være tilstrækkelig hos de unge, hvis de ikke kan leve op til forventningerne. Det tyder på, at de unge kæmper for at opnå kravet om at være fleksible, netop fordi de er klare over, at det er det, som samfundet forventer af dem. Hvis de, derfor, ikke er i stand til at efterleve kravene om fleksibilitet og robusthed, har de sværere ved at komme ind på arbejdsmarkedet i fremtiden.

Denne utilstrækkelighed ses også tydeligt i samfundet, hvor de unge skal være fleksible i forhold til deres ønsker af uddannelse. Der sker ofte ændringer i uddannelsessektoren, hvilket

ses i form af pladsbegrænsning, nedlukning af fag, oprettelser af nye fag osv.. Når de unge ønsker at søge ind på en uddannelse, skal de hele tiden være fleksible i forhold til de ændringer, der opstår på kort tid. F.eks. om der pladsbegrænsninger eller om deres gennemsnit er højt nok. Disse forskellige krav ændrer sig hele tiden, og det kan være forvirrende for de unge. Selvom de har fundet ud af, hvad de gerne vil studere, er det ikke ensbetydende med, at de kommer til det. De unge skal være fleksible og villige til at gå på kompromis med deres drømmestudie for at leve op til de krav, som hele tiden bliver stillet og ændret. Vi mener dog ikke, at samfundet kan påtage sig alt ansvar alene, for de unge bærer også et ansvar for at sige fra, når arbejdsbyrden bliver for tung og potentielt kan ende med stress. Alligevel vil den unge altid stå som den eneansvarlige for de valg, og konsekvenserne heraf, som de træffer gennem livet. Et af de valg som de unge, særligt, skal tage stilling til i ungdomslivet, og som der er forbundet en stor ansvarsfølelse med, er valget omkring uddannelse. Hvilket er det, som vi vil uddybe i følgende afsnit.

## Valg i forhold til uddannelse

Vi unge har alle hørt det før, og den kommer ofte i forbindelse med familiekomsammener: "Du kan blive lige, hvad du har lyst til, hvis du knokler for det". Men i vores optik står unge i et krydspres, som kan være en udfordring at håndtere. I dag har unge meget frihed, og de har mange valg, som skal tages herunder valg af uddannelse. Det kan på den ene side lyde enormt privilegeret at have mange valg at vælge i mellem, men på den anden side kan det føles som et kæmpe ansvar at have på sine skuldre. Det kan være svært at overskue de konsekvenser, som det personlige ansvar medfører. Det kan være en stor udfordring for de unge at skulle navigere mellem de mange muligheder, som de har til rådighed. Nogle unge formår ikke at trives i kompleksitet og tabes undervejs, nogle formår at begå sig med den enorme frihed, mens andre ligefrem anser det som et stort privilegium.

I en rapport udarbejdet af Jens Christian Nielsen og Niels Ulrik Sørensen, der er publiceret på CeFu, pointeres det, at der er et enormt fokus på, at den unge skal besidde evnen til at kunne navigere mellem de mange muligheder, som de har til rådighed. I rapporten skrives der, at: *"Selvom de fleste undersøgelser peger på, at unges sociale og familiære baggrund stadig er afgørende for, hvilke barrierer og chancer de møder i livet, oplever unge således i stigende grad, at de står alene med ansvaret for at skabe sig selv og deres eget liv."* (CeFu, Nielsen og Sørensen, 2011: 43). Der peges på, at den sociale arv har en betydning for, hvordan den unge håndterer

og klarer ungdomslivets udfordringer. I citatet kommer det også til udtryk, at på trods af, at den unge har en vis familiær baggrund, står de ofte med en følelse af at stå alene med ansvaret. Dette ansvar, som vi også selv oplever, at unge står med, gør sig gældende i forhold til valg af uddannelse, job, den rigtige stil og at udforme sin krop efter de sociale mediers idealer (jf. Sociale medier) (CeFu, Nielsen og Sørensen, 2011, 42). I dette afsnit vil særligt have fokus på, den del, der har fokus på, at de unge har ansvar for de mange valg, men også hvor valgene gerne skal træffes hurtigst muligt, hvilket også afspejles på uddannelsesområdet. Vi har selv bemærket, at unge pålægges at skulle planlægge deres uddannelsesforløb, og når de selv træffer valgene, er det også deres eget ansvar at få det til at lykkes. Det ansvars-pres, som unge synes at opleve, starter allerede tidligt. Tilbage i folkeskolen oplever mange børn og unge et pres over at skulle vælge mellem de mange muligheder, som de i dag har til rådighed. Helt tilbage fra 8. klasse kan vi huske, at studievejledere kom forbi til en snak om vores fremtidsdrømme. Det efterfølgende år, kom studievejlederen igen, og man kunne begynde at fornemme et mindre pres om, at man skulle vælge, hvilket studie man ville begynde på efter endt folkeskole.

Når unge påbegynder en ungdomsuddannelse, om det er STX, HHX, HTX eller andet, fortsætter samme stil med, at studievejlederen kommer forbi til en fælles snak om fremtidige drømmejobs.

Det sker allerede tidligt, at ens barnlige frirum tages fra en, da man i en tidlig alder skal tage stilling til ens fremtid. Dertil knytter sig en følelse af at være presset af nogle forventninger, der stilles af samfundet. Hvordan kan man som 13-årige allerede vide, hvad man vil bruge resten af sit liv på?

I artiklen *Unge piger under pres i præstationssamfundet* (Kristeligt Dagblad, 2015: Unge piger under pres i præstationssamfundet), som særligt har fokus på unge piger, peges der på nogle tendenser, som vi mener gør sig gældende hos både unge drenge og piger. Jens Christian Nielsen peger i artiklen på, at de reformtiltag, der er sket inden for uddannelsessystemet, har en betydelig rolle i forhold til det pres og den stress, som unge, i nutidens samfund, oplever. I gymnasiet kan man, som elev, forbedre sit gennemsnit, hvis man tager et ekstra A-niveaus fag, og det bliver også fremvist og belønnet med en sort hue frem for hvid.

Vi skal, allerede tidligt, overveje vores ønsker i forhold til uddannelse, og vi skal hurtigst muligt igennem systemet og få en uddannelse, så vi, på reduceret tid, kan komme ud på arbejdsmarkedet og tjene samfundet. Her opstår yderligere et pres i forhold til fremdriftsreformen. Vi oplever, at der er en kultur, hvor fokus er på konstant udvikling, og

hvor man, som ung, bør vide, hvilken vej man vil. Hvis ikke man gør det, er der nærmest noget galt med en, og man vil blive holdt øje med af samfundet, indtil man har fundet en løsning på en beskæftigelse.

Vi oplever yderligere, at der er en større anerkendelse i at tage en gymnasial uddannelse frem for en SOSU-uddannelse. Det peger, i vores optik, på, at unge nogle gange føler sig presset til at tage en bestemt uddannelse alt efter, hvad der, af samfundet, er en anerkendt uddannelse. Ser vi selv tilbage, er argumenterne for, hvorfor man tog en gymnasial uddannelse, frem for en anden uddannelse, begrænsede. Vi tænker tilbage på det som om, at man fulgte strømmen og tog den uddannelse, der åbnede flest døre for én. Der forekom en indirekte diskurs om, at det var det rette valg.

De førnævnte reformtiltag møder vi særligt i forhold til vores uddannelse på universitet, hvor forventninger bl.a. indebærer at komme hurtigt igennem studiet, så man kan bidrage på arbejdsmarkedet. Dette skal gøres samtidig med, at man opnår studierelevant erhvervserfaring. Men hvad gør man som ung, hvis man ikke har tiden til at opnå studierelevant erfaring samtidig med, at man læser? Måske kan man kun få job som tjener, selvom man læser kommunikation og journalistik, og hvor står man så? For mange er alternativet at tage et frivilligt arbejde, fordi man gerne vil imødekomme de forventninger, der forekommer om, at man som nyuddannet allerede skal besidde erfaring inden for ens profession. Men hvad er idéen bag at tage en uddannelse, hvis man ikke har tiden til at fordybe sig i sit studie og udvikle sig i forløbet?

I artiklen, *Frit valg eller frit fald*, peges der på, at unge i dag lever i en langt mere globaliseret verden end tidligere. De påpeger, at der er sket nogle økonomiske moderniseringsprocesser på verdensplan, som har resulteret i omstruktureringer af arbejdsmarkedet og nedskæringer i velfærdsydelse, som de mener, at der også påvirker de unge. Derudover har det medført en øget ungdomsarbejdsløshed, hvilket både gælder for unge med- og uden uddannelse (SFI, Jørgensen, 2016: frit valg eller frit fald). Det kan siges at skabe en usikkerhed hos unge, for selvom de unge vælger en god uddannelse, er det ikke længere sikkert, at det også medfører et godt arbejde. Det sætter nogle udfordringer for de unge, når de står og skal vælge mellem de mange uddannelser, og hvilken vej de skal i livet. For når man lever i et samfund, hvor man ikke længere er sikker på, at den vej, som man tager i sidste ende, bidrager med et godt job, hvad skal man så vælge? Frygten for at vælge den vej, hvor man støder på korttidsansættelser, praktikker, ulønnet arbejde eller arbejdsløshed er stor. Hvis man, som ung, får taget den vej, kan det også hæmme ens muligheder for, senere, at kunne skabe sin egen familie og stå på egne ben. Det er, så at sige, et mere usikkert liv, som de unge står overfor. Førhen, da ens



individet, er det, i Willigs optik, ikke muligt for individet at indfri disse forventninger. De uopnåelige krav som stilles til individet kan, for os at se, resultere i, at unge bliver usikre på sig selv og stiller spørgsmålstegn ved, om de selv har gjort det godt nok. I form af at der stilles høje krav fra samfundets side, har vi bemærket, at unge sætter høje krav til sig selv i et forsøg på at efterleve samfundets forventninger. Det kan tydeliggøres ud fra et eksempel gennem forholdet mellem lærer og elev. En lærer kan have høje forventninger til en elev.

Forventningerne kan på sin vis anses som en drivkraft for den lærende, men det kan modsat også være svære at efterkomme, hvis ens evner ikke rækker så langt. I vores optik er lærerens opgave at motivere- og sætte realistiske forventninger til en elev. Vi oplever, at elever kan blive mødt med følgende spørgsmål: "Hvad kan du bidrage med, for at du lærer på bedste vis?" Og "hvordan bevares din motivation, og samtidig udfordrer dig på et passende niveau?". Heri oplever nogle unge, at ansvaret også lægges over på deres egne skuldre. Det ikke en øget ansvarlighed, som kun gør sig gældende på det uddannelsesmæssige plan, men det er særligt her, at unge oplever det. Nogle unge kan også siges at opleve det i forbindelse med deres fritidsjob, som de har ved siden af skole eller studie. Tvivlen, om hvorvidt de unge selv er tilstrækkelige, opstår både, når den unge skal imødekomme forventninger om at præstere på studiet og gennemføre på rekordtid, men også når de unge skal vælge mellem samfundets mange muligheder. Et af samfundets muligheder kunne f.eks. være, når man skal tage stilling til, hvilken retning man ønsker at gå inden for sin uddannelse. I begge tilfælde opstår der en tvivl om, hvorvidt de har formået at tage det rette valg og præsteret tilstrækkeligt.

Hvad enten vi, som unge, kan lide de mange valg, som vi har for selv at skabe vores egen tilværelse, eller ej, er det ikke noget, som unge har mulighed for at fravælge. Netop det er noget rapporten fra CeFu også peger på. I Rapporten skrives der, at vi lever i et samfund, hvor unge hele tiden sættes i situationer, hvor de konstant skal til-og fra vælge, og her er det ikke en mulighed for den unge at sige fra. Nogle unge værdsætter de uendelige valgmuligheder, da det på nogle punkter giver et mere frit liv, men for nogle er det ansvar for stort. Nielsen og Sørensen skriver således:

*"(...) da det kan være svært at gennemskue konsekvenserne af alle de valg, man træffer som ung menneske, har friheden også gjort tilværelsen mindre gennemsigtig og forudsigelig. Men frem for alt har den påført unge et ansvar, der kan virke ganske overvældende."*(CeFu, Nielsen og Sørensen, 2011: 43).

Hos CeFu oplever man også, at mange unge står med ansvaret for selv at danne sin tilværelse og skabe sig en identitet. I citatet kommer det også til udtryk, at de konsekvenser, der kan

komme ud af de valg, som den unge tager, kan virke uoverskuelige. Den unge påtager sig skylden for, hvis de fejler gennem de valg, som de træffer. Dermed er det ansvar, som unge føler, også et ansvar for deres egen lykke eller ulykke. Rapporten peger yderligere på, at ansvaret medfølger et enormt pres for den unge, som ikke er en mulighed at frasige sig. Det er et pres, som unge oplever, om at blive til noget og være en succes.

## Sociale medier

Vi vil i dette afsnit komme ind på teknologiens udbredelse, og dermed hvordan de sociale medier har fået stor betydning i de unges liv. Vi vil benytte os af Erving Goffman til at belyse, hvordan brugen af de sociale medier kan skabe udfordringer for de unge i dag.

I det senmoderne samfund fylder teknologien mere, end den førhen har gjort. De unge står over for en digitaliseret verden, hvor de sociale medier er en stor del af deres hverdag. De sociale medier bliver, i dag, brugt til nærmest alt. De kan fungere som kalender, til at aftale møder, til at opretholde kontakt med venner, til at få nyheder og til at følge med i både bekendte og kendte menneskers liv. Det er svært at finde noget, som de sociale medier ikke kan klare den dag i dag. Derfor kan det ses som en positiv side ved de sociale medier, da det, bl.a., er et godt redskab til at kommunikere fagligt.

Vi stiller os en smule kritiske over for den udvikling, som vi oplever i nutidens samfund, fordi vi oplever, at man kan lade sig rive med af de sociale mediers manipulationer ved at fremstille virkeligheden på en forskruet- og mere perfekt måde, end den reelt set er. Unge bliver påvirket af det og ønsker dermed at kunne fremstå som et individ, der formår at kunne leve op til de forventninger, som de sociale medier er med til at skabe. Her kan der, f.eks., være tale om et bestemt kropsideal, man skal passe ind i.

Vi vil nu komme ind på Goffman med udgangspunkt i hans værk *The Presentation of Self in Everyday Life* (1959). Goffmans teori er etableret inden de sociale medier, og han siger derfor ikke noget om lige præcis dem. Vi har dog valgt at kigge på, hvordan dele af hans teatermetafor også kan gøre sig gældende på netop de sociale medier i forhold til de unges brug af disse.

Noget af det Goffman mener, er, at individer optræder på forskellige måder afhængigt af, hvor de befinder sig og hvilke personer, de optræder over for. Goffman benytter sig her af William

James<sup>25</sup>, der siger, at vi generelt viser forskellige sider af os selv til hver af de forskellige grupperinger, vi agerer i. Vi viser ikke det samme 'jeg' foran vores børn, som vi gør foran vores kollegaer (Goffman, 1959: 53). Hvis man skal sætte det i forhold til de sociale medier, kan man sige, at der er opstået et nyt forum, hvor de unge optræder for et helt andet publikum, end man gjorde tidligere. Der er altså en ny måde at skulle optræde på, og her oplever vi netop, at det, for mange unge, går ud på at få offentliggjort alle de bedste sider af sig selv.

Netop det, siger Goffman også noget om, da han mener, at i performerens stræben på at danne det bedst mulige billede af sig selv, tilpasser og socialiserer den enkelte sin performance, så den stemmer overens med forståelsen af samfundets idealer. Goffman har, i den sammenhæng, skabt begrebet impression management. Heri ligger der, at vi, som subjekter, forsøger at styre det indtryk, som vi giver andre. Man prøver altså på at skabe et ideelt billede af sig selv, der netop passer på disse idealer (Goffman, 1959: 123-125). De unge kan, her, være påvirket af at ville fremstå som om, at man kan leve op til de idealer, der bliver præsenteret på de sociale medier. Jo flere, der forsøger at leve op til de idealer, jo mere bliver der skabt en diskurs om, at netop de idealer er de rigtige.

Goffman mener, at vi konstant forsøger at styre det indtryk, som vi giver udadtil, og at vi derfor, hele tiden, udøver impression management. På den måde er det blevet et normalt og altoverskyggende fænomen (Raffel, 2013: 166).

I artiklen *Ekspert: De unge er presset i bund*, der er bragt i Politiken, bliver der skrevet om, at de sociale medier er et af de steder, hvor de unge støder på samfundets krav. Artiklen siger, at der er opstået et krav om at være perfekt, som de unge støder på overalt f.eks. på de sociale medier. Alle unge søger de samme mål, og hvis de ikke kan leve op til dem, får de følelsen af at have fejlet som menneske (Politiken, 2013: Debat: De unge er presset i bund). Artiklen her understøtter altså den opfattelse, som vi selv har om unge, at hvis vi ikke kan leve op til de standarder, der bliver sat af os selv og andre, så føler vi, at vi har fejlet og ikke er gode nok.

Nogle af Goffmans kendte begreber er frontstage og backstage. Frontstage er der, hvor selve fremstillingen foregår i det offentlige rum (Goffman, 1959: 109-110). Backstage er, derimod, der, hvor forberedelsen til sin senere fremstilling finder sted. Man kan i sin backstage skjule

---

<sup>25</sup>**William James (1842-1910):** James var en amerikansk filosof og psykolog. Han var grundlæggeren af den filosofiske retning indenfor pragmatisme, samt den psykologiske funktionalisme. (Encyclopædia, 2009: William James).



ting, som man ikke ønsker, at ens publikum skal se. Det er i ens backstage, at man har sit privatliv (Goffman, 1959: 114-115). I ens backstage indgår kun en selv og personer tæt på en. Det kan dog diskuteres hvem, der må indgå i ens backstage.

Frontstage og backstage kan benyttes i forhold til de sociale medier, da vores profiler på, f.eks., Facebook og Instagram kan siges at være vores virtuelle frontstage, hvor der kan være en vis adgang til vores backstage. Det kan forstås på den måde, at mange unge netop lægger billeder op på de sociale medier af handlinger eller oplevelser, der egentlig er en del af deres private liv og dermed backstage. Med fremkomsten af de sociale medier er der kommet mere udviskede grænser i forhold til hvad, der er ens backstage og frontstage. Det er blevet svært at skelne imellem, hvornår man er på hvilken scene, netop fordi, det er blevet muligt at dele øjeblikke fra ens privatliv med omverdenen.

I den sammenhæng er det værd at nævne Joshua Meyrowitz<sup>26</sup> og hans udvidelse af Goffmans teatermetafor. Han har nemlig tilføjet tre nye regioner, hvor den vi finder særlig interessant er middle region. Her bærer individers adfærd nemlig præg af at være både offentlig og privat på samme tid (Meyrowitz, 1985: 47). Det er altså netop det, der er blevet en mulighed med de sociale medier, hvor man, på en måde, blander backstage og frontstage sammen.

At det er blevet muligt i dagens samfund, stemmer ikke helt overens med Goffmans teori fordi, ar vi aktivt udvælger noget fra vores backstage, som vi gerne vil dele med offentligheden gennem disse billeder og statusopdateringer. På den måde behøver man ikke have en særlig relation til personen for at kunne få et indblik i dele af et andet menneskes backstage, da internettet altså er til skue for alle.

At det ikke kun er ens nærmeste, der har adgang til dele af den unges privatliv, kan skabe et ekstra pres på den unge. Det kan altså ses som ekstra vigtigt at kunne leve op til de udbredte idealer, da man ikke har styr på hvem og hvor mange, der reelt ser, det man deler. Tanken om, at det kan være en større del af samfundet, der ser netop dit billede, gør, at man bliver ekstra opmærksom på at passe ind i de rammer, som samfundet ønsker, at du skal passe ind i. Det kan, for nogle unge, skabe et problem i og med, at man, udadtil, kan få skabt et billede af sig selv, som måske ikke stemmer helt overens med virkeligheden. Du får altså skabt en virtuel identitet, som ikke nødvendigvis passer på den, du reelt er som person. Det kan skabe

---

<sup>26</sup>Joshua Meyrowitz (f. 1949): Meyrowitzeransats som professor ved "Department of Communication" hos University of New Hampshire. (University of New Hampshire, udenår: Joshua Meyrowitz

en ambivalens hvis man, på de sociale medier, oplever, at folk synes rigtig godt om den person, du udgiver dig for at være, for vil lige så mange personer bryde sig om dig, når de også ser de knap så gode sider? Det dilemma kan være med til at danne en udfordring i forhold til den unges identitetsdannelse, for hvad nu hvis den person, der passer ind i samfundets idealer ikke er den person, man inderst inde, ønsker at være?

Fremkomsten af de sociale medier har altså givet unge mennesker, i dag, muligheden for at skabe en tvetydig identitet. Dette kan være med til at skabe en forvirring om, hvem man er. De er med til at manipulere unge til at skulle leve op til nogle idealer, som, for nogle, kan virke helt urealistisk, reelt, at skulle leve op til. Hvis det er tilfældet, kan den unge komme til at føle sig som en fiasko, hvilket kan få ærgerlige konsekvenser.

## Tredje del

Vi har nu præsenteret diverse problemstillinger, som vi oplever, at unge står over for i det senmoderne samfund. Det er, bl.a., blevet præsenteret, hvordan unge oplever en stigning i frihed i flere sammenhæng. Stadig er der visse krav og idealer til stede, som samfundet fordrer de unge til at kunne leve op til. Unge skal være fleksible, robuste og have tid til både uddannelse, arbejde, venner, familie og fritidsaktiviteter. Den stigende frihed og ansvarsfølelse, vil vi mene, der har været skyld i, at unge, i dag, er langt mere selvkritiske og bebrejder sig selv, når noget går galt. Udover det har vi også kigget på, hvad fremkomsten af de sociale medier har haft af betydning for de unge, bl.a., at brugen af de sociale medier kan påvirke deres identitetsdannelse.

Noget, der er gået igen, gennem flere af problemstillingerne er, netop, hvordan de har været med til at gøre de unges identitetsdannelse udfordrende. Identitetsdannelse har altid været en fordring, men der er nogle grunde til, at vi ser den som særlig udfordrende i dag. Det kan være svært i forhold til, at vi indgår i flere forskellige kontekster. Unge indgår i forskellige kontekster, og på den måde kan identitetsdannelsen blive vanskelig fordi, at skiftene kan fordrer, at man agerer forskelligt, afhængigt af hvilken kontekst man indgår i, og hvilken måde at agere på er så ens rigtige jeg?

Den unge kan bruge de forskellige kontekster til at skabe sig nogle erfaringer, som de kan overføre til andre kontekster. På den måde kan de få en selvforståelse, der i sidste ende kan være til gavn i forhold til ens identitetsdannelse.

Det er vigtigt for den unge at skabe sig selv, man kan ikke konstant, afhængigt af kontekst, ændre på hvad, der er betydningsfuldt for en. Man skal tilpasse sig kontekster, men stadig have nogle grundværdier, som viser hvem man er som person, og disse skal altså bevares uafhængigt af, hvilken kontekst man befinder sig i.

Et andet aspekt, der måske gør identitetsdannelsen mere udfordrende i dag er disse idealer, som samfundet fremstiller. Det kræves af den unge, at man selv skal danne sin identitet, men alligevel er der, som skrevet, nogle udefrakommende fordringer om, hvordan man danner den bedste og mest acceptable identitet. Igen ser man altså paradokset mellem den øgede frihed og samfundets idealer, hvilket kan siges at være en bunden frihed.

For at kigge på dette i forhold til identiteten kan behovet for anerkendelse fra andre have en betydning i forbindelse med identitetsdannelsen. Det viser følgende citat, fra Brinkmanns værk *Identitet* (2008), noget om:

*"Det er utilstrækkeligt at forestille sig identitet som noget, vi har i os selv uafhængigt af sociale sammenhænge, og som vi kun kan komme i kontakt med og aktualisere via forskellige former for selvrealisering eller personlig udvikling."* (Brinkmann, 2008: 10).

Identitet er altså ikke noget vi kun har i os selv, men noget der også opstår ved at indgå i sociale sammenhænge. Dette kan siges at ligge sig op ad anerkendelsen som et grundvilkår for mennesket, da netop anerkendelsen kan være med til at danne ens identitet. Hvis man får anerkendelse for dele af sin personlighed, er det nemmere at acceptere det som en del af sin identitet. På den måde kan anerkendelsen altså siges, at være en hjælp for unge til at danne sin identitet. Modsat kan det også gøre identitetsdannelsen mere vanskelig, for hvad nu hvis man ikke opnår anerkendelse for sin personlighed? Når anerkendelsen er et grundvilkår, kan det altså blive nødvendigt at ændre på dig selv for at opnå den.

Noget andet, som vi opsamlende ønsker at komme ind på, er den jagt på anerkendelse, som vi ser i dag. Anerkendelse er blevet præsenteret som et grundvilkår for mennesket. Vi er sociale individer og kan, af den grund, kun udvikles gennem interaktion med andre. På den måde kan man ikke komme udenom, at anerkendelsen er nødvendig, for at kunne begå sig, som menneske, i samfundet.

Vi er løbende kommet ind på hvordan unge, i dag, kan føle sig utrolig usikre på sig selv, især når de ikke formår at leve op til samfundets idealer eller de forventninger, som de unge sætter til sig selv. Derudover har vi også nævnt narcissistiske forstyrrelser, hvormed denne anerkendelse og bekræftelse fra andre bliver altoverskyggende.

Man kan altså sige, at jagten på anerkendelse, i dag, bliver utrolig vigtig, da den netop går på

unges usikkerhed på sig selv. Man kan, som ung i dag, alt for nemt komme til at føle sig som en fiasko, når man ikke formår at leve op til alle de krav, der stilles til en. Det er netop heraf at usikkerheden på sig selv kan opstå, og på den måde, kan behovet for anerkendelse bliver ekstra nødvendig. Hvis man ofte får følelsen af, at have fejlet, kan det blive meget betydeligt, at få en udefrakommende anerkendelse, når man formår at leve op til kravene. Det kan nemlig være til at formindske usikkerheden på sig selv.

Hvis man gang på gang oplever følelsen af mangel på anerkendelse, og at denne usikkerhed bliver for fyldestgørende, kan det udvikle sig til, det næste vi ønsker at samle op på, hvilket er sociale patologier.

Vi har løbende, gennem problemstillinger, omtalt de konsekvenser, der kan opstå gennem udfordringerne, som de unge møder i det senmoderne samfund. Konsekvenserne kan være forskellige afhængigt af hvilken problemstilling, der er tale om. Sociale patologier kan ses som en af de alvorlige konsekvenser, der kan fremkomme, ved de udfordringer som unge oplever i dagens samfund.

I værket *Sociale patologier*(2005), der er skrevet af Rasmus Willig og Marie Østergaard bliver det beskrevet hvad en social patologi er:

*"Sociale patologier er noget andet og mere end individuelle patologier. De kendetegner sygdomsforhold i samfundet og ikke alene sygdomstræk hos det enkelte individ. Det betyder ikke, at samfundsmæssige patologiske træk ikke har individuelle konsekvenser, tværtimod, så er det netop de strukturelle og normative ændringer, som sætter deres tydelige spor i individets psyke og selvforhold."* (Willig& Østergaard, 2005: 7).

En social patologi er altså en samfundssygdom, som kan ses som en konsekvens af det tilstedeværende samfundsstruktur mm.. Det er er kendetegnet ved sygdomstræk hos den enkelte, og det er derfor i den enkeltes psyke, at man kan se, at de sociale patologier kommer til udtryk. I det senmoderne samfund er psykiske sygdomme, som stress og depression, udbredt og kan derfor ses som sociale patologier.

I Honneths værk *Behovet for anerkendelse* (2003) henviser han til Ehrenberg, der kommer med et bud på, hvorfor sociale patologier kan opstå i det senmoderne samfund: *"En samtidsdiagnose, som hævder, at sociale patologier under moderne betingelser er et resultat af, at man giver ufuldstændige frihedsforestillinger en absolut værdi – han giver altså nogle indikatorer på den hegelianske antagelse om, at der i det moderne optræder frihedspatologier."* (Honneth, 2003: 134-135)

I citatet her ses, at det overordnet paradoks, som vi har arbejdet med, kommer til udtryk. Der optræder, i samfundet, en idé om øget frihed, men den er alligevel ufuldstændig, hvilket kan

sættes i forbindelse med de præsenterede krav og idealer - altså paradokset med den bundne frihed. De sociale patologier kan ses som en konsekvens af friheden og derfor bliver det, i citatet, fremlagt som frihedspatologier.

I sin artikel *Organiseret selvrealisering – individualiseringens paradokser* skriver Honneth følgende, hvor han igen benytter sig af Ehrenberg: "*Som en nøgle til af forklare dette sygdomsbillede, som nu er blevet til et massefænomen, bruger Ehrenberg nu den idé, at der gennem det diffust udbredte krav om, at de skal være sig selv, i en vis forstand kræves der for meget af individerne rent psykisk.*" (Honneth, 2003: 57). Sygdomme er blevet et massefænomen i samfundet, og her ser vi, igen, at det er det udbredte krav om selvrealisering, der kommer til udtryk. Det er, som tidligere præsenteret, blevet et tydeligt krav i det senmoderne samfund, og for nogle unge kan det krav alene, eller i togt med de andre, blive for meget at skulle håndtere psykisk. Den pointe vil føre os videre til nogle tal på udbredelsen af psykisk syge unge i dag.

Overordnet kan man snakke om, at udbredelsen af unge, som i det senmoderne samfund, lider af sociale patologier, såsom depression, stress og lignende, er stor. Det ser vi, bl.a., i tidsskriftet *Outsideren* har, blandt andre, foretaget en undersøgelse, der viser, at 25% af skoleeleverne har en psykisk sygdom (Outsideren, 2010: Eksplosiv stigning i antallet af psykisk syge børn)

For at fremlægge flere tal omkring unges mistrivsel vil vi inddrage en undersøgelse foretaget af *Ungdomsprofilen 2014*, som er udgivet af Statens Institut for Folkesundhed (Statens Institut for Folkesundhed, 2014: Sundhedsadfærd, helbred og trivsel blandt elever på ungdomsuddannelser). De har udspurgt 75.000 unge omkring stress, der kan betegnes som en social patologi. Undersøgelsen viste, at for unge på erhvervsuddannelser forekommer der et ugentligt stressniveau på 20%. Tilsvarende ligger det ugentlige stressniveau hos unge gymnasieelever på hele 39% (Ungdomsprofilen 2014: 43). Dette er en foruroligende samfundstendens, der kommer til udtryk gennem det enorme pres, som de unge møder på, bl.a., deres uddannelser. Forventningerne til den unge bliver for omfattende og kan resultere i, at de kommende generationer af unge ender med at blive uarbejdsdygtige, netop fordi, at de sociale patologier overtager.

I en artikel fra 2014 skriver Politiken, at forbruget af antidepressive piller blandt børn og unge har været stigende frem til 2010, og her er man nået frem til, at cirka 12.000 under 19 år, får pillerne årligt ((Politiken, 2014: 12.000 børn og teenager får piller mod depression)). Her ser vi altså endnu et eksempel på, hvordan de psykiske sygdomme er

begyndt at være mere udbredt blandt de unge. Denne udvikling er på ingen måde ønskværdig, men den kan altså ses som en følge af, at de unge mistrives i dagens samfund. Dette kan både skyldes den øgede frihed, de udefrakommende krav eller kombination af selvsamme.

At der er et udbredt brug af antidepressive midler understøttet Honneth i sin artikel: *"Ikke kun et stigende antal terapeutiske diagnoser, men også det enestående forbrug af kemiske antidepressive midler signalerer, at der i stedet for de neurotiske symptomer er kommet en forfærdelig stor mængde depressive sygdomstilfælde"* (Willig& Østergaard, 2005: 57) Her ser vi altså, hvordan det både er antallet af diagnoser og antidepressive piller, der er steget. Honneth får pointeret, hvordan det er et utrolig stort antal, der i dag er deprimerende, hvilket også er med til at understøtte det som en social patologi. Denne udvikling af både flere diagnoser og øget brug af antidepressive piller kan siges at være yderst foruroligende.

I forhold til sociale patologier, kan det også sættes i forbindelse med identitet. Det vil vi gøre ved hjælp af følgende citat af Brinkmann omkring identitetskrise: *"Begrebet 'identitetskrise' kan forstås som henvisende til en proces, hvor personen netop er i tvivl om, hvad der har betydning i vedkommendes liv."* (Brinkmann, 2008: 12) Når man lider af en social patologi, er det oftest uoverskueligt at tage stilling til- og rumme for mange ting på én gang. På måde kan den sociale patologi gå ind og påvirke unges identitetsdannelse, da det netop her kræver, at de kan tage stilling til, hvad, der er det mest betydningsfulde i ens liv. Vi er enige med Brinkmann, da vi også mener, at en vigtig del af identitetsdannelsen er at kunne nå frem til det, der har værdi i ens liv. På den måde når man frem til de grundværdier, som man ønsker, at der skal være en del af en uafhængigt af kontekst. Grundværdierne kan ses som en base for den unge, hvor man har noget, som man altid kan vende tilbage til og holde fast i.

Hvis en ung lider af, f.eks., en depression, kan det være svært at se lyspunkterne i ens liv og dermed også det, der egentlig har betydning. Derfor kan den unge, i forbindelse med den sociale patologi, opleve at stå i det Brinkmann vil kalde en identitetskrise, fordi man ikke formår at svare på, hvad det er betydningsfuldt for en.

Samlet set kan vi altså her sige, at behovet for anerkendelse og sociale patologier yderligere kan gå ind og påvirke den unges identitetsdannelse på flere forskellige måder.

## Validitetsbetragtning

Vi har i dette projekt undersøgt nogle af de udfordringer, som vi mener at de unge står overfor i det senmoderne samfund. Dette indebærer, at vi har set nærmere på selvrealisering, selvkritik, det accelererende samfund, kontekster og sociale arenaer, fleksibilitet, ansvar for eget valg og de sociale medier. Overordnet er vi blevet bevidste om, at unge lever i dag under nogle andre rammer end tidligere. Dette indebærer en øget frihed og befordringer i form af krav og idealer til den unge fra samfundet af. Derudover er vi kommet frem til, at i forbindelse med selvrealisering, opstår udfordringen når den unge opfordres til konstant at udvikle sig i form af krav fra samfundets side af, da det kan være svært for den unge at vurdere, hvornår er nok, nok. Nogle af de krav og idealer, vi gennem opgaven har berørt, er at unge opfordres til at være fleksible og robuste samt at kunne trives i at navigere i mange forskellige sociale arenaer. Dertil har vi diskuteret fordele og ulemper ved, hvorfor unge i stor grad vender kritikken indad, og bebrejder sig selv, når de fejler og dermed får en følelse af at være mislykkedes. Dertil har vi belyst at den øgede frihed og ansvarlighed som de unge har, kan være en medvirkende faktor for unge er mere selvkritiske og frem for at pege på samfundet, som ansvarlig for deres fiasko. Ydermere har vi set nærmere på, hvilken indflydelse de sociale medier får i de unges tilværelse og deres søgen på at danne deres identitet. Derudover har vi gennem afsnittet diskuteret, hvordan de sociale medier bliver et forum hvor, de unge har muligheden for at fremstille sig selv på den mest ønskværdige måde, og dermed rykkes grænserne for hvad idealbilledet er - og hvordan dette har en indflydelse på de unges selvbillede.

Vi kommet frem til disse syv udfordringer overordnet påvirker de unge i en særlig grad, da de unge er i sårbar fase af deres liv, hvor de skal træffe mange vigtige afgørelser i deres liv. Dette betyder at de unge er meget mere modtagelig overfor indflydelse, og de problemstillinger vi er gået i dybden med. Dermed er vi, i forbindelse med vores arbejde af dette projekt, blevet opmærksomme på, at nogle af de problemstillinger vi har valgt at arbejde med, ikke kun gør sig gældende for de unge, men også for ældre. Den lidt ældre generation oplever også at navigere i mange forskellige kontekster, leve i et accelererende samfund og skal være fleksible i forhold til arbejdsmarkedet. Men disse problemstillinger bliver særligt udfordrende for unge, da det er i denne proces de også skal forsøge at skabe sin identitet og vejen frem i livet. Så en kritik af os selv, ligger i, at vi skal være bevidste om, problemstillingerne ikke kun gør sig gældende for unge, men at det kan være i den periode af livet de kan være særligt problematiske at håndtere.

Derudover har vi i projektet valgt kun at belyse nogle af de problematikker, som vi oplever gør sig gældende hos unge, dermed ikke sagt der sagtens kan være flere. Vi er dermed bevidste om, at der forefinder andre problemstillinger, som kan gøre det udfordrende at være ung i dag. Vi har valgt at beskæftige os med de problematikker, som i vores optik, var mest væsentlige og anderledes fra identitetsdannelsen, som unge førhen oplevede. På den måde har vi forsøgt at tydeliggøre, at de problemstillinger vi har taget på, er nogle som kan være særligt problematiske for unges trivsel i det senmoderne samfund. Men i vores arbejde med problematikkerne, kunne vi som forfattere, godt blive draget af en antagelse om, at det er vanskeligt at være ung i det senmoderne samfund. Dermed opstår kritikken af os selv, da problemstillingerne ikke nødvendigvis gør det at være ung vanskeligt, men mere udfordrende. Vi kan dermed kritisere os selv for, ikke altid at synliggøre at nogle unge trives i den kompleksitet, som unge synes at opleve. For nogle kan det senmoderne samfunds rammer, som indebære selvregulering, frihed og muligheder, være det ideelle for at den unge kan blomstre og opleve personlig vækst. Men modsat, får dette perspektiv ikke så fyldestgørende plads i projektet, da fokus er de problematikker og udfordringer unge oplever. Så gennem udarbejdelsen af projektet, har vi fået udfordret vores egen forforståelser, hvilket ikke kun kan anses som dårligt, fordi det er en lærende proces vi, gennem projektet, har gennemgået. Vores forforståelse omkring, at problemstillingerne gør det vanskeligt at være ung, er under processen blevet revurderet.

Vi kan så stille os selv spørgsmålet, men har vi lagt os fast på, det er forfærdeligt at være ung og som ikke byder på nogle fordele? Dertil vil vi sige, at friheden ikke kun er negativt for de unge, men også har nogle positive sider. Man kan anskue det på forskellige vinkler, og det har vi forsøgt gennem projektet. Hvor vi ikke antager en synsvinkel er mere rigtig end andet, men vi er bevidste om, der er flere mulige. Når unge formår at gøre friheden håndterbar, giver det utallige muligheder for at vælge som de vil, og dermed skulle den unge gerne gå i en retning, som de brænder for. Det positive kan siges at være, at den unge gennem de mange muligheder får chancen for, at vælge og lave noget de forhåbentligt kan lide. Friheden giver individet mulighed for mange forskellige levevilkår og livsformer, og på den måde, synes vi, at samfundet rummer mere forskellighed. Friheden kan siges at være positiv, idet man ikke er fastbundet på at følge strømmen, men at man i dag selv har muligheden for at være entreprenør af eget liv. Men bagsiden af friheden bliver når den ikke længere er uhåndterbar, f.eks. når valgmulighederne bliver for mange og svære at til- og fravælge imellem. Dermed kan det være, at nogle unge bedre ville trives under det sikkerhedsnet, som fandt sted førhen,



hvor ens vej var forudbestemt. Derudover kan friheden anses som problematisk, når samfundet udnytter den frihed som de unge har, på en sådan måde, at den unge skal tilpasse sig i form af nogle fordringer og det dermed bliver en bunden frihed. I projektet gør vi opmærksom på, at friheden kan have konsekvenser i form af at vende kritikken indad og nogle mere fatale i form af sociale patologier. Vi synes ikke at stadfæste, at det vanskeligt at være ung, men vi forsøger at tydeliggøre, at det senmoderne samfund, sætter nogle rammer for de unge, som kan gøre det udfordrende at være ung. Dermed fremhæver vi både det positive og bagsiden af frihed som den unge har og på hvilken måde det kan give udfordringer at være ung i det senmoderne samfund. Så heri formår vi ikke at favorisere en synsvinkel højere end anden, men tydeliggør samfundstendenserne som samfundet i dag er præget af, og for at få indblik i på hvilken måde det kan have indflydelse på de unges tilværelse og udfordre den.

Vi er blevet klogere på, at det er vigtigt, vi i processen er bevidste om, vi ikke bliver farvet af de udfordringer der påvirker unge, da vi selv står i det senmoderne samfund som unge. Derimod har vi set det som en styrke, at vi selv står i det, og dermed ved hvad det vil sige at være unge i samfundet i dag. Dermed forsøger vi ikke, at være bedrevidende, fordi vi selv står som unge, men vi mener, at det giver os en forudsætning for, at kunne sætte os ind i, hvilke udfordringer andre unge står i. En gennemgående udfordring, som vi synes at opleve, er at bringe os selv ind i projektet, som tydelig forfattere. Vi har gjort os tanker om, "Har vi baggrund for/evidens/viden nok til at sige noget brugbart og generelt om emnet?" Men vi har forsøgt at ramme en balance, hvor vi ikke er for subjektive, men samtidig fremgår som tydelig for forfatter. Forstået på den måde, vi bringer nogle forforståelser ind i projektet, omkring det at være ung i nutiden samfund, da vi selv mener, at se nogle af problematikkerne i vores egen tilværelse. Dermed forsøger vi, at få belyst og diskuteret disse forforståelser i arbejdet med de unge og deres udfordringer. Når vi diskuterer vores problemstillinger løbende i projektet og benytter teori som et redskab hertil, har det været en udfordring for os, at stille os kritisk overfor teorien. Men denne udfordring, har vi selv forsøger at imødekomme, ved løbende at stille spørgsmålstejn ved: forholder det sig nu også således? og undervejs stille spørgsmål i projektet, som tydeliggør vores undren. Men vi tænker selv, at udfordringen ligger/opstår i, vi har valgt teori, som vi finder væsentligt i arbejdet med vores problemformulering. Dermed er vi bevidste om, at vi ikke skal tage teoriens pointer for gode vare, men hele tiden have in mente det er et redskab vi benytter til at diskutere vores problemstillinger i den analytiske diskussion.

Men formålet er, gennem bestemte tematiske problemstillinger, at belyse udfordringen i at leve op til samfundet befordringer, navigere i en kompleksitet af valgmuligheder og arenaer, samtidig med en søgen på sin identitet i et accelererende samfund. Vi synes dermed selv, at vi formår at undersøge, det som var hensigten med projektet. Vi formår arbejde med paradokset omkring friheden, som unges siges at have, men som på nogle punkter kan antages at være en bunden frihed. Hvilket er et paradoks, som danner en rød tråd i projektet og via gennemarbejdelsen med paradokset, får vi belyst og diskuteret, hvordan de ændrede samfundstendenser gør det udfordrende at være ung i det senmoderne samfund.

## Litteraturliste

### Faglitteratur

- Brinkmann, Svend: *Identitet - Udfordringer i forbrugersamfundet*. 1. udg. Forlaget Klim, 2008. Side: 7-16.
- Brinkmann, Svend (red) og Cecilie Eriksen (red): *Selvrealisering - Kritiske diskussioner af en grænseløs udvikling*. 1. udg. Forlaget Klim, 2005. Side: 41-49, 54-62 og 211-213.
- Brinkmann, Svend: *Stå fast - Et opgør med tidens udviklingstvang*. 1. udg. Gyldendal Business, 2014. Side: 7-70.
- Goffman, Erving: *Hverdagslivets rollespil*. 1. udg. Samfundslitteratur, 2014. Side: 67 og 68.
- Goffman, Erving: *The Presentation of Self in Everyday Life*. 4. udg. Penguin Group 1956. Side: 19, 22, 53 og 109-140.
- Giddens, Anthony: *Modernitet og selvidentitet*. 1. udg. Hans Reitzels Forlag, 1996. Side: 47.
- Honneth, Axel: *Behovet for anerkendelse*. 1. udg. Hans Reitzels Forlag, 2003. Side: 7 og 132-135.
- James, Muriel og Jongeward, Dorothy: *Født vinder*. 1. udg. Forlaget Borgen, 1976. Side: 15.
- Knoop, Hans Henrik: *Positiv Psykologi*. Bind 12, serie tænkepause. 1. udg. Narayana Press, 2013. Side: 6-59.
- Meyrowitz, Joshua: *No sense of Place*. 1. udg. Oxford University Press, 1985. Side: 47.

- Raffel, Stanley: *The Everyday life of the self: Reworking early Goffman*. Journal of Classical Sociology, Edinburg. Sage Publications, 2013. Side: 166.
- Rosa, Hartmut: *Fremmedgørelse og acceleration*. 1. udg. Hans Reitzels Forlag, 2013. Side: 7-50.
- Willig, Rasmus: *Kritikkens U-vending. En diagnose af forvandlingen fra samfundskritik til selvkritik*. Bind 2, serie SOCIOLOGI. 1. udg. Hans Reitzels Forlag, 2013. Side: 13-27, 29-31 og 48-77
- Willig, Rasmus (red.) og Østergaard, Marie (red.): *Sociale Patologier*. 1. udg. Hans Reitzels Forlag, 2005. Side: 7 og 41-60.
- Ziehe, Thomas: *Øer af intensitet i et hav af rutine*. 1. udg. Forlaget politisk revy, 2004. Side: 81-100.

## Links

- Aarhus Universitet: Hans Henrik Knoop. Udgivet af Aarhus Universitet.  
Internetadresse: [http://pure.au.dk/portal/da/persons/hans-henrik-knoop\(309c5cfb-5430-4dc1-aa41-5c80651b924b\)/persons/hans-henrik-knoop\(309c5cfb-5430-4dc1-aa41-5c80651b924b\).html](http://pure.au.dk/portal/da/persons/hans-henrik-knoop(309c5cfb-5430-4dc1-aa41-5c80651b924b)/persons/hans-henrik-knoop(309c5cfb-5430-4dc1-aa41-5c80651b924b).html) - Besøgt d. 16.12.2016 (Internet)
- Arbejderen: 17. maj 1919 - Otte timers arbejdsdag. Udgivet af Arbejderen. Sidst opdateret: 17.5.2006. Internetadresse: <http://www.arbejderen.dk/artikel/2006-05-17/17-maj-1919-otte-timers-arbejdsdag> - Besøgt d. 16.12.2016 (Internet)
- CeFu: Når det er svært at være ung i DK - Viden og råd om unges trivsel og mistrivsel. Udgivet af Jens Christian Nielsen og Niels Ulrik Sørensen.  
Internetadresse: [http://www.cefu.dk/media/266735/viden%20og%20r%C3%A5d%20om%20unges%20trivsel%20og%20mistrivsel\\_n%C3%A5r%20det%20er%20sv%C3%A6rt%20at%20v%C3%A6re%20ung%20i%20dk.pdf](http://www.cefu.dk/media/266735/viden%20og%20r%C3%A5d%20om%20unges%20trivsel%20og%20mistrivsel_n%C3%A5r%20det%20er%20sv%C3%A6rt%20at%20v%C3%A6re%20ung%20i%20dk.pdf) - Besøgt d. 16.12.2016 (Internet)

- CENTER FOR MENTAL ROBUSTHED: Hvad er mental robusthed. Udgivet af CENTER FOR MENTAL ROBUSTHED. Internetadresse: <http://mentalrobusthed.dk/hvad-er-mental-robusthed/> - Besøgt d. 16.12.2016 (Internet)
- Den store danske: G.W.F Hegel. Udgivet af Søren Harnow Klausen. Internetadresse: [http://denstoredanske.dk/Sprog\\_religion\\_og\\_filosofi/Filosofi/Filosofi\\_i\\_1800-\\_og\\_1900-t./Filosoffer\\_1800-t.\\_-\\_Tyskland\\_-\\_%C3%98strig\\_-\\_Schweiz\\_-\\_biografier/Georg\\_Wilhelm\\_Friedrich\\_Hegel](http://denstoredanske.dk/Sprog_religion_og_filosofi/Filosofi/Filosofi_i_1800-_og_1900-t./Filosoffer_1800-t._-_Tyskland_-_%C3%98strig_-_Schweiz_-_biografier/Georg_Wilhelm_Friedrich_Hegel) - Besøgt d. 16.12.2016 (Internet)
- Den store danske: Resilens. Udgivet af May Schack. Internetadresse: [http://denstoredanske.dk/Krop\\_psyke\\_og\\_sundhed/Psykologi/Analytisk\\_psykologi/resiliens](http://denstoredanske.dk/Krop_psyke_og_sundhed/Psykologi/Analytisk_psykologi/resiliens) - Besøgt d. 16.12.2016 (Internet)
- Den store danske: Thomas Ziehe. Udgivet af Signe Holm-Larsen. Internetadresse: [http://denstoredanske.dk/Erhverv\\_karriere\\_og\\_ledelse/P%C3%A6dagogik\\_og\\_uddannelse/Internationalt\\_p%C3%A6dagogisk\\_samarbejde/Thomas\\_Ziehe-](http://denstoredanske.dk/Erhverv_karriere_og_ledelse/P%C3%A6dagogik_og_uddannelse/Internationalt_p%C3%A6dagogisk_samarbejde/Thomas_Ziehe-) Besøgt d. 16.12.2016 (Internet)
- GoMentor: Narcissistiske personlighedsforstyrrelser. Udgivet af GoMentor. Internetadresse: <http://www.gomentor.dk/artikler/Narcissistisk-personlighedsforstyrrelse> - Besøgt d. 16.12.2016 (Internet)
- Headspace: Om headspace. Internetadresse: <http://www.headspace.dk/om-headspace> - Besøgt d. 16.12.2016 (Internet)
- Information: Mig, mig, mig! Er du klar til at se dig selv i øjnene? Udgivet af Lasse Lavrsen. Sidst opdateret: 1.2.2008. Internetadresse: <https://www.information.dk/kultur/2008/01/klar-se-oejnene> - Besøgt d. 16.12.2016 (Internet)



- SFI: Frit valg eller frit fald? Rammer om dansk ungdomsliv. Udgivet af Tine Jørgensen.  
Sidst opdateret: 23.6.2016.  
Internetadresse: <http://www.sfi.dk/nyt/nyheder/artikler/frit-valg-eller-frit-fald-rammer-om-dansk-ungdomsliv/> - Besøgt d. 16.12.2016 (Internet)
- TIME: The Year of Them. Udgivet af James Poniewozik. Sidst opdateret: 19.12.2007.  
Internetadresse: [http://content.time.com/time/specials/2007/personoftheyear/article/0,28804,1690753\\_1695417,00.html](http://content.time.com/time/specials/2007/personoftheyear/article/0,28804,1690753_1695417,00.html) - Besøgt d. 16.12.2016 (Internet)
- TV ØST: Like-hunter på facebook. Udgivet af TV ØST. Sidst opdateret: 8.6.2013.  
Internetadresse: <http://www.tveast.dk/artikler/hunter-paa-facebook> - Besøgt d. 16.12.2016 (Internet)