

# 1

## Indledning

*Jens Christian Nielsen & Niels Ulrik Sørensen*

# 1. Baggrund og målsætning

*Når det er svært at være ung i DK – unges trivsel og mistrivsel i tal* præsenterer resultaterne af en stor videnskabelig spørgeskemaundersøgelse om trivsel og mistrivsel blandt 15-24-årige unge i Danmark. Undersøgelsen bygger på telefoninterviews med 3.481 unge, der udgør et repræsentativt udsnit af alle 15-24-årige unge i Danmark.

Interviewene er blevet gennemført af Epinion Capacent i december 2008 til februar 2009 med udgangspunkt i et spørgeskema, som Center for Ungdomsforskning har udarbejdet. Det er også Center for Ungdomsforskning, der har stået for de analyser af de unges besvarelser af spørgeskemaet, som præsenteres i denne rapport.

Rapporten indgår i det treårige forskningsprojekt *Når det er svært at være ung i DK*, hvis overordnede formål er at undersøge unges trivsel og mistrivsel, hvilke mønstre og sammenhænge der måtte være mellem forskellige former for mistrivsel, samt endeligt at komme med råd til, hvordan unges mistrivsel kan vendes til trivsel.

Projektets ambition er således at sætte fokus på:

- hvornår det er svært at være ung i dag
- i hvilke situationer vanskelighederne især træder frem
- hvad der gør det svært at være ung i dag
- hvilke unge der især har vanskeligheder
- og hvad der skal til for at håndtere udfordringerne i det moderne ungdomsliv

Disse spørgsmål bliver besvaret i fire publikationer, der belyser unges trivsel og mistrivsel fra forskellige perspektiver og med forskellige vægtninger af fokuspunkterne. Denne rapport udgør projektets kvantitative bidrag: her belyser vi primært unges trivsel og mistrivsel i tal og tabeller, der er lavet med udgangspunkt i statistiske analyser af vores spørgeskemaundersøgelse.

Rapporten indeholder således analyser af, hvor udbredt forskellige former for trivsel og mistrivsel er blandt de unge i spørgeskemaundersøgelsen. Der er også analyser af, hvilke sammenhænge der måtte være mellem de forskellige trivsels- og mistrivselsformer. Ligesom der er analyser af, hvilke unge de optræder hos, herunder hvordan trivsel og mistrivsel hænger sammen med de unges køn, alder, uddannelse, familiebaggrund osv.

## 2. Trivsel og mistrivsel

I rapporten forfølger vi trivsel og mistrivsel gennem to spor: dels gennem de unges svar på spørgsmål, hvor de har haft mulighed for at give udtryk for, om de trives med sig selv og deres liv, og dels gennem deres svar på spørgsmål om deres adfærd og orienteringer i forskellige områder af hverdagslivet, hvor trivsels- og mistrivselsproblematikker analyseres frem.

De to spor spejler en dobbelthed i vores forståelse af, hvad det vil sige at trives og mistrives: På den ene side knyttes begreberne til de måder, hvorpå de unge subjektivt erfarer og oplever sig selv og deres liv. De fleste unge vil således kunne mærke, når de trives eller mistrives – nogle gange som en diffus fornemmelse, der kan være svær for dem at lokalisere og forklare, men som alligevel farver deres erfaringer og oplevelser af sig selv og deres liv. Andre gange vil de unge dog være i stand til selv at sætte ord på og komme med forklaringer på, hvad der får dem til at trives eller mistrives. Uanset om det ene eller det andet er tilfældet, forstås trivsel og mistrivsel i denne sammenhæng som noget, der rækker ud over de unges konkrete handlinger og orienteringer i hverdagslivet. Det forstås m.a.o. som noget, der kan gennemsyre store dele af deres tilværelse, uden at de nødvendigvis handler direkte på det.

På den anden side knyttes trivsel og mistrivsel også til de unges konkrete handlinger og orienteringer i forskellige områder af hverdagslivet. Trivsel og mistrivsel handler altså ikke bare om deres erfaringer og oplevelser af sig selv og deres liv, men antager også helt konkrete udtryk i hverdagslivet. Det er dog ikke altid lige let at finde ud af, hvilke konkrete handlinger og orienteringer der udtrykker trivsel, og hvilke der udtrykker mistrivsel. Et stort alkoholforbrug kan fx handle om, at man er en del af den populære festklike i gymnasiet, men det kan også være et udtryk for, at man er socialt marginaliseret og drikker for at kunne holde tilværelsen ud. Andre adfærds- og orienteringsformer er lettere at tolke, fx er det at sulte sig sjældent et udtryk for trivsel, men ofte må man sætte hverdagslivets konkrete handlinger og orienteringer ind i en større sammenhæng for at kunne afgøre, om de udtrykker trivsel eller mistrivsel.

## 3. Modsætningsfyldte mønstre

Samtidig er det dog vigtigt at være opmærksom på, at trivsel og mistrivsel ikke nødvendigvis er hinandens modsætninger. Det er således muligt for unge generelt at opleve trivsel i hverdagslivet, selvom de på nogle punkter ser ud til at mistrives. Omvendt kan unge, der på en lang række områder ser ud til at trives, give udtryk for, at de finder livet dårligt, at de mangler selvtillid osv. Trivsel og mistrivsel optræder således i komplekse og modsætningsfyldte mønstre, som de unge sjældent placerer sig fuldstændig entydigt i, omend det naturligvis kan være tilfældet.

Det vil imidlertid ofte være et spørgsmål om tolkning, hvor der må vejes for og imod, når man skal komme med en vurdering af, hvorvidt de unge trives eller mistrives. At sådanne tolkninger er komplicerede understreges af, at de enkelte indikatorer på trivsel eller mistrivsel sjældent kan sættes på en skala, hvor trivsel befinder sig i den ene ende og mistrivsel i den anden. Selvom lav selvtillid fx udgør en ganske klar indikator på mistrivsel, kan høj selvtillid ingenlunde sidestilles med trivsel - tværtimod kan en del unge med høj selvtillid ligeledes udvise en række tegn på mistrivsel.

I rapporten vil vi holde fast i sammensathed og modsætningsfuldheden, når vi analyserer de unges trivsel og mistrivsel, men vi vil også vove pelsen og komme med en række bud på, hvornår de unge i undersøgelsen trives og mistrives. Indimellem vil vi således trække nogle streger i sandet og sige: 'det her er mistrivsel', og 'disse unge mistrives', samtidig med at vi vil gøre det klart, hvad præmisserne for disse bud måtte være, og hvor stor deres udsigelseskraft er.

Udgangspunktet for vores bud vil være statistiske analyser af de unges svar på det spørgeskema, som er det empiriske omdrejningspunkt for denne rapport. Men vi vil også trække på de mange projekter om unge og ungdomslivet, som Center for Ungdomsforskning har udført gennem de seneste 10 år. I disse projekter har vi ikke blot opnået en bred viden om, hvad det vil sige at være ung i Danmark, men også en specifik indsigt i, hvilke forhold man skal være opmærksom på, når man beskæftiger sig med trivsel og mistrivsel blandt unge.

## 4. Ungdomslivet i dag

Et af de forhold, det er værd at være opmærksom på, er de unges sociale integration på de mange arenaer, som deres hverdagsliv udfolder sig på: familien, skolen, uddannelsen, arbejdet, fritiden osv. Det er især afgørende for de unges trivsel at opleve social integration i de fællesskaber med andre unge, som findes på disse arenaer. Både de fællesskaber, der findes i institutionerne, fx i skolen og idrætsforeningen, og udenfor disse, fx på internettet eller i nattelivet (Nielsen m.fl. 2010, Illeris m.fl. 2009, Heggen & Øia 2005).

Samtidig er det naturligvis vigtigt for, om de unge trives, at de føler sig accepteret af de voksne, der omgiver dem i hverdagslivet, hvad enten der er tale om forældre, lærere eller pædagoger. Her tæller det bl.a., om de unge oplever, at de kan indfri de krav og forventninger, som stilles til dem. Det kan specifikt handle om at klare sig godt i skolen eller på uddannelsen, men handler i videre forstand om at kvalificere sig til voksenlivet, lære at klare sig selv og tage ansvar for sit eget liv.

Den sociale integration er dog ikke en proces, der påbegyndes og afsluttes én gang for alle. Ungdomstiden består af en række skift og overgange – mellem skole og ungdomsuddannelse, barndomsby og uddannelsesby osv. – hvor de unge løbende må integrere sig

blandt nye jævnaldrende og nye voksne i nye sammenhænge med nye spilleregler (Illeris m.fl. 2009). Det er en af grundene til, at vi ofte forbinder ungdomstiden med en stor åbenhed og mange muligheder, men det skaber ligeledes en betydelig sårbarhed og udsathed, for lige så snart man har fundet sin plads et sted, skal man videre til et nyt sted, og hvem ved, om man også kan finde sin plads dér?

Dette spørgsmål bliver ikke mindre presserende af, at ungdomstiden samtidig er en tid, hvor man uvægerligt undergår nogle store forandringer, man skal forsøge at finde hoved og hale i. Kroppen udvikler sig, seksualiteten spirer, følelselivet ændrer karakter, og i det hele taget oplever man nye og ukendte sider af sig selv, der skaber opbrud i ens selvforståelse og identitet. Hvem man er, og hvem man er i gang med at udvikle sig til at blive, er allestedsnærværende spørgsmål, der på den ene side gør ungdomslivet frydefuldt og intenst, men på den anden side også kan skabe usikkerhed og afmagt.

Sådan har det nok altid været at være ung. Men i nutidens samfund, hvor mulighederne forekommer uendelige, og der er et enormt fokus på den enkeltes evne til at manøvrere i disse muligheder, får disse spørgsmål en særlig vægt. Selvom de fleste undersøgelser peger på, at de unges sociale og familiære baggrund stadig er afgørende for, hvilke barrierer og chancer de møder i livet, oplever de unge således i stigende grad, at de står alene med ansvaret for at skabe sig selv og deres eget liv. Og dette ansvar handler ikke blot om at vælge den rigtige uddannelse og få sig et godt job, det handler også om at finde den rigtige stil og udforme sin krop i overensstemmelse med tidens snævre massemedierede idealer. Nogle unge trives med denne situation, men andre oplever den også som et stort pres og føler sig ofte utilstrækkelige.

Den samfundsmæssige vægtning af den enkeltes ansvar for at skabe sig selv har også betydning for, hvad det vil sige for nutidens unge at trives og mistrives. Trivselsforskere peger således på, at trivsel i dag ikke mindst består i, at den enkelte unge har en tro på sig selv og sin evne til at skabe trivsel for sig selv. Troen på, at man er i stand til at handle på en måde, der bidrager til ens egen trivsel, er m.a.o. trivselsskabende (Frydenberg 2008 og Medin & Alexandersson 2000). Interessant i den forbindelse er naturligvis, at denne tro på sig selv og sin handlekraft jo i vid udstrækning skabes i et samspil med nære sociale relationer, hvorfor den rummer en social og familiær komponent, der ligger som et baggrundstæppe bag trivselns individualiserede udtryksform. En af udfordringerne for en analyse af trivsel og mistrivsel blandt nutidens unge er at gribe den individualiserede udtryksform, samtidig med at man undgår at efterlade det sociale og familiære baggrundstæppe i usynlighed.

## 5. Rapportens opbygning

I denne rapport starter vi med at løfte trivslens og mistrivslens individualiserede udtryksformer frem: Vi indleder således vores analyse af unges trivsel og mistrivsel med at afsøge rapportens første trivselsspor, der sætter fokus på forskellige aspekter af de unges subjektive forståelse af sig selv og deres liv (kapitel 2).

Dette blik kobler vi efterfølgende til en analyse af rapportens andet trivselsspor, der handler om den trivsel og mistrivsel, der kommer til udtryk i deres konkrete adfærd og orienteringer i forskellige områder af hverdagslivet (kapitel 3 - 11). I disse kapitler gør vi løbende rede for, hvilken betydning køn og alder har for den trivsel og mistrivsel, vi undersøger. Inden vi konkluderer på hele rapporten, forsøger vi endvidere at finde ud af, hvordan de trivsels- og mistrivselsmønstre, vi har analyseret frem i løbet af kapitlerne, er forbundet med de unges forskellige uddannelses- og beskæftigelsesmæssige situationer og deres sociale og familiære udgangspunkter i livet: her løfter vi også betydningen af det at have etnisk minoritetsbaggrund frem (kapitel 12). Efter konklusionen (kapitel 13), hvor vi samler alle trådene, gør vi kort rede for det metodiske grundlag, vores undersøgelse hviler på (kapitel 14).

De forskellige kapitler i rapporten belyser følgende temaer:

I **kapitel 2** analyserer vi de unges egne vurderinger af fire forskellige aspekter af sig selv og deres liv: 1) hvorvidt deres liv er godt eller dårligt, 2), hvordan de vurderer deres selvtillid, 3) hvordan de vurderer deres popularitet i forhold til andre unge, og endelig 4) i hvilket omfang de har problemer, der gør det svært at klare hverdagen. Disse vurderinger, der knytter an til rapportens første trivselsspor, handler om at indkredse den trivsel og mistrivsel, der måtte være forbundet til de unges subjektive blikke på sig selv og deres liv. Idet de således sætter det subjektive og selvet i centrum, er de ligeledes vigtige indfaldsvinkler til at begribe trivslens og mistrivslens individuelle dimensioner.

I **kapitel 3** sætter vi fokus på unges helbred, psykiske trivsel og stress. Kapitlet er det første af de ni kapitler, hvor vi undersøger unges konkrete adfærd og orienteringer i hverdagslivet. Disse kapitler, der tilsammen vil tegne vores andet trivselsspor, har meget forskellige fokuspunkter, der spejler den sammensathed, som præger unges hverdagsliv. I kapitlerne analyserer vi først de unges svar på spørgsmål, der relaterer sig direkte til kapitlemnet. Derefter undersøger vi sammenhænge mellem disse svar og deres svar på de spørgsmål, der blev behandlet i kapitel 2, så vi kan se, hvordan emnet er forbundet til de unges subjektive oplevelse af sig selv og deres liv. I kapitel 3 stiller vi således først de unge en række spørgsmål om deres helbred, hvorefter vi undersøger, hvordan deres svar på disse spørgsmål måtte være forbundet til deres svar på spørgsmålene om, hvordan de vurderer deres liv, selvtillid osv.

I **kapitel 4** dykker vi ned i de unges erfaringer med mobning. Vi fokuserer både på erfaringer med at være blevet mobbet og med at have mobbet andre. Inden vi undersø-

ger sammenhængen mellem de unges svar på mobbespørgsmålene og deres svar på de fire spørgsmål fra kapitel 2, sætter vi fokus på sammenhængen mellem mobning og helbred, psykisk trivsel og stress, ligesom vi undersøger forbindelserne til mistrivselser, som vi belyser i rapportens senere kapitler: selvskade, rusmiddelbrug osv.

I **kapitel 5** belyser vi ensomhed blandt unge. Vi har spurgt til forskellige aspekter af ensomheden – det at føle sig isoleret, det at savne nogen at være sammen med og det at føle sig holdt uden for. Og vi har spurgt til, hvem de kan gå til og rent faktisk går til, hvis de har personlige problemer eller føler sig kede af det. Vi har endvidere analyseret sammenhænge mellem ensomhed, mobning, dårligt helbred, psykisk mistrivsel osv. Og så har vi naturligvis undersøgt, hvordan ensomhed knytter an til deres svar på spørgsmålene fra kapitel 2 om, hvordan de subjektivt opfatter sig selv og deres liv.

I **kapitel 6** sætter vi fokus på selvmordstanker og selvmordsforsøg blandt unge. Vi undersøger bl.a. de unges begrundelser for at overveje eller forsøge sig med selvmord. Og vi undersøger, hvordan selvmordstanker og selvmordsforsøgene måtte være forbundet til ensomhed, mobning, dårligt helbred, psykisk mistrivsel osv. Allersidst belyser vi endnu engang forbindelsen til de unges svar på spørgsmålene fra kapitel 2 om, hvordan de subjektivt opfatter sig selv og deres liv.

I **kapitel 7** undersøger vi cutting blandt unge. I kapitlet belyser vi bl.a., hvilke motiver de unge har for at cutte sig, og hvordan de reagerer efter, at de har skåret sig. Vi tager også fat i, hvordan cutting relaterer sig til de unges vurderinger af deres helbred og psykiske trivsel, ensomhedsfølelser og erfaringer med mobning samt tanker om og forsøg med selvmord. Endelig undersøger vi endnu engang, hvordan cutting måtte være forbundet til de spørgsmål om de unges subjektive oplevelse af sig selv og deres liv, som vi formulerede i kapitel 2.

I **kapitel 8** spreder vi vores fokus en smule. Vi undersøger således en række forskellige orienteringer og adfærdsmønstre i de unges forhold til krop og ydre, som kan være forbundet til en større eller mindre trivsel. Det gør vi først ved at udforske de unges forhold til krop og ydre meget bredt. Vi undersøger, hvor optaget de er af disse størrelser, hvordan de ser på deres egne kroppe osv. Dernæst indkredser vi forskellige adfærdsformer i forhold til kroppen og det ydre. Vi bevæger os fx fra slankekur over opkastninger til brug af anabolske steroider. Når vi efterfølgende har belyst sammenhænge mellem disse problemstillinger og en række af de problemstillinger, vi har beskæftiget os med i de øvrige kapitler i rapporten – fx helbred, selvskade, mobning – undersøger vi slutteligt, hvordan de unges forhold til krop og ydre er forbundet til deres subjektive oplevelser af sig selv og deres liv.

I **kapitel 9** afsøger vi nogle centrale linjer ved seksualiteten, som den fremtræder blandt de unge i vores undersøgelse. Vi spørger til deres seksuelle debutalder, seksuelle orientering, seksuelle partnere samt til en række forskellige seksuelle erfaringer. Vi fokuserer ikke mindst på deres erfaringer med diverse seksuelle risici – fx sex uden beskyttelse og uønskede graviditeter. Og så undersøger vi, hvordan deres svar på disse spørgsmål måtte være

forbundet til nogle af de problemstillinger, vi belyser i resten af rapporten, samt til deres subjektive oplevelse af sig selv og deres liv.

I **kapitel 10** belyser vi de unges brug af rusmidler. Vi ser først på de unges rygevaner, dernæst på deres alkoholvaner og endelig på deres brug af illegale rusmidler som hash og andre stoffer. I den forbindelse undersøger vi også, hvilke ubehagelige eller risikobetonede oplevelser de unge måtte have i forbindelse med deres rusmiddelbrug. Også her inddrager vi sammenhængen mellem problemstillinger, som vi har belyst i den øvrige del af rapporten, fx ensomhed og helbred, inden vi afslutningsvis sætter fokus på, hvordan de unges brug af rusmidler er knyttet til deres subjektive forståelse af sig selv og deres liv.

I **kapitel 11** undersøger vi kriminalitetsadfærd blandt de unge. Vi sætter både fokus på så forskellige aspekter som tyveri og vold. Og vi ser på mulige sammenhænge mellem de unges kriminalitetsadfærd og deres erfaringer med rusmidler, selvmordstanker, cutting, mobning og ensomhed. Endeligt belyser vi sammenhængen mellem de unges kriminalitetsadfærd og deres subjektive oplevelse af sig selv og deres liv.

I **kapitel 12** anlægger vi et tværgående blik henover alle de problemstillinger, vi har analyseret frem i kapitel 2 – 11 og undersøger, hvordan trivsel og mistrivsel fordeler sig blandt unge i forskellige uddannelses- og beskæftigelsesmæssige situationer. Vi vil m.a.o. skelne mellem unge, der er i grundskolen, på gymnasiet, erhvervsuddannelserne, de videregående uddannelser, i arbejde og uden arbejde. Og for hver af disse grupper vil vi så male et trivsels- og mistrivselsbillede. Vi vil både se på den trivsel og mistrivsel, der knytter sig til de unges konkrete adfærdsformer og orienteringer i hverdagslivet, og den trivsel og mistrivsel, der knytter sig til deres subjektive forståelse af sig selv og deres liv. Derudover vil vi se på, hvordan billederne af de forskellige uddannelses- og beskæftigelsesmæssige grupperinger relaterer sig til de unges sociale og familiemæssige baggrunde. Vi vil i den forbindelse bl.a. sætte fokus på den betydning, som deres forældres uddannelsesbaggrund og forskellige skelsættende oplevelser under opvæksten har for deres trivsel. I dette kapitel undersøger vi ydermere, hvilken betydning det at have etnisk minoritetsbaggrund har for trivslen blandt de unge. Også her ser vi både på den trivsel, der knytter sig til de unges konkrete handlinger og orienteringer i hverdagslivet, og den trivsel, der er forbundet til deres subjektive forståelse af sig selv og livet.

I **kapitel 13**, der udgør rapportens konklusion, vil vi tegne et samlet billede af de trivsels- og mistrivselsmønstre, vi kan læse ud af de unge i undersøgelsen. Det gør vi ved først at rekapitulere hovedresultaterne i rapporten, dvs. bevæge os gennem hvert kapitel og gengive de vigtigste tal i kapitlerne. Derefter løfter vi os over de enkelte kapitler og tegner et overordnet billede af de sammenhænge, vi kan se mellem trivsel og mistrivsel i de to trivselsspor, vi har forfulgt i rapporten. Vi vil m.a.o. forsøge at svare på, hvordan den trivsel og mistrivsel, der har vist sig i de unges handlinger og orienteringer i hverdagen, hænger sammen med den trivsel, vi har set i de unges subjektive oplevelser af sig selv og livet. Med henblik på at få en bedre forståelse af disse sammenhænge vil vi efterfølgende dykke ned i de indbyrdes sammenhænge, der er mellem trivsels- og mistrivselsformerne indenfor hvert



trivselsspor. Vi vil m.a.o. vise, hvordan trivsel og mistrivsel klumper sig sammen i trivselssporene, og vi vil forsøge at redegøre for, hvilken betydning disse sammenklumpninger har for de sammenhænge, der er mellem trivselssporene. Derefter belyser vi, hvilken betydning køn, alder, uddannelse, social, familiær og etnisk baggrund har for de unges placering i trivselsmønstrene. Afslutningsvis formulerer vi en række nye spørgsmål om unges trivsel og mistrivsel, som rejses af rapporten, og som kan være hensigtsmæssige at forfølge i undersøgelser om emnet fremover.

I **kapitel 14** belyser vi den metode, vi har brugt i undersøgelsen. Vi forklarer, hvordan vi har indsamlet og bearbejdet vore data. Og vi fremlægger de muligheder og begrænsninger, som disse data rummer. Kapitlet skulle give læseren en forudsætning for med kritiske briller at forholde sig til de analyser og konklusioner, vi foretager i rapporten.

## 6. Læsevejledning

Rapporten kan læses på forskellige måder:

- Den kan naturligvis læses i sin helhed, så man får et samlet overblik over alle trivselsmønstrene og et dybtgående indblik i hvert trivselsemne på én gang.
- Hvis man udelukkende er interesseret i at vide noget om fx udbredelse af ensomhed eller cutting, kan man nøjes med at læse de kapitler, der handler om disse emner. Det kan dog være en fordel for læsningen ligeledes at bladre i indledningen og i kapitel 2, hvor vi redegør for de spørgsmål om de unges subjektive oplevelse af selvet og livet, som vi i hvert kapitel sammenholder med de emner, som man måtte have en interesse i at læse om.
- Hvis man primært er interesseret i at få et hurtigt overblik over undersøgelsens hovedresultater, kan man nøjes med at læse konklusionen i kapitel 13. Her får man dog ikke de finere nuancer med, endsige nogen indgående viden om, hvordan vi er nået frem til resultaterne. Men det kan jo være, at kapitlet vil anspore læseren til at søge yderligere viden, og så er der jo mulighed for at læse rapporten i sin helhed.

