



Verdens smukkeste uni-studerende går på AU

Den 20-årige ingeniørstuderende Mia Hasanagic vandt i december den 25. udgave af konkurrencen World Miss University, som fandt sted i Sydkorea. Dermed kan hun smykke sig med titlen som den smukkeste universitetsstuderende i verden. En titel, som hun vandt foran piger fra 44 andre lande i verden. Til daglig læser Mia Hasanagic Global Management and Manufacturing på AU Herning.

Ansøg om plads på AU Summer University

Så er det nu, du skal søge om plads på et af de 74 kurser, som udbydes på AU Summer University i 2013. Ansøgningen er åben nu og frem til 15. marts. AU Summer University er for danske og internationale fuldtidsstuderende, udvekslingsstuderende og *free movers*. Kurserne foregår på engelsk, og der er kursusforløb i både juli og august. AU Summer University kan skabe luft og fleksibilitet i dit studieprogram og giver dig mulighed for at fordybe dig i et emne, du brænder for.

Uddannelse stresser unge

KONFERENCE Angst. Hovedpine. Søvnløshed. Stadig flere børn og unge oplever symptomer på stress og føler sig presset af skole og uddannelse. Et stigende antal børn og unge tyr til hovedpinepiller og anden medicin, men er stress et individuelt problem?

Af Camilla Mehlsen
cme@dpu.dk

Forestil dig et kort øjeblik, at du sidder i sofaen. Gennem stuen går din datter, som går i 3. g. Pludselig kigger du på hende. Hvor er hun blevet tynd. "Spiser du ikke? Du skal til at gå til læge," siger du. Hun går til lægen. Det viser sig, at din datter er holdt op med at spise, fordi hun ikke kan mærke sult. Hun fortæller, at hun går hjem fra skole og sætter sig for at læse lektier. Men hun kan ikke overkomme

det. Hun har ikke lyst til at være sammen med nogen. Tårerne triller ned.

– Det kunne være et af vores børn. Der er mange ganske almindelige unge, der oplever stress. Og det er det, der får os til at samles i dag, siger Noemi Katznelson, da hun byder velkommen til konferencen "De stressede unge – Unges problem, voksnes ansvar?" på Institut for Uddannelse og Pædagogik (DPU).

Noemi Katznelson er forskningsleder ved Center for Ungdomsforskning, hvor hun og

kollegerne i stigende grad møder unge ramt af stress.

– Vi på Center for Ungdomsforskning hører en bekymrende andel af de unge fortælle, at der er et gab mellem de krav, de oplever, og så det, de magter at leve op til. Det er såkaldt almindelige unge – særligt piger – der presser sig selv ind i et grænseløst forventningspres, hvor de oplever at skulle det hele. Men også unge ledige er i særlig grad ramt af stress og angst for ikke at kunne klare sig, siger Noemi Katznelson.

Ekspllosion i medicinindtag

Det er ikke kun antallet af stressede unge, der stiger. Også skolebørn rammes i stigende grad af stress. Professor og læge Pernille Due fra Syddansk Universitet forsker i børns og unges sundhed og er medlem af Vidensråd for Forebyggelse. Hun står bl.a. i spidsen for den tilbagevendende Skolebørnsundersøgelse, der hvert fjerde år måler sundhedsadfærd blandt 11-, 13- og 15-årige danske skoleelever.

– Hvis vi ser på børn og stress, så går udviklingen den forkerte vej, især for de 13-årige. Det kommer for eksempel til udtryk i, at flere børn og unge end tidligere har svært ved at falde i søvn. Det lyder uskyldigt, men er det ikke, siger Pernille Due og forklarer, at børn og unge, som ikke får deres søvn, har sværere ved at koncentrere sig og får hæmmet deres indlæring i skolen. De får påvirket deres vægtregulering, så de risikerer overvægt, og manglende søvn påvirker deres følelse af overskud og evne til at klare dagens udfordringer.

Et andet symptom på stress er hovedpine. Her kan Pernille Due dog snarere se en stigning i forbruget af hovedpinepiller end i selve oplevelsen af hovedpine blandt børn og unge.

– Indtaget af medicin er nærmest eksploderet. Det er det, til trods for at vi kan se, at hovedpine ikke er steget meget. Så det er vores forhold til piller, der har ændret sig, siger Pernille Due.

Pres fra skole giver stress

Konferencen "De stressede unge" tegnede et tydeligt billede af, at stadig flere børn og unge føler sig



Især unge piger føler sig stressede.

presset af skole og studium. Det kommer for eksempel til udtryk i Skolebørnsundersøgelsen.

– Der er rigtig mange af de danske skolebørn, der føler sig presset af skolearbejde. Det ser ud til, at skolen stiller nogle andre krav. I hvert fald føler skoleeleverne sig mere pressede i dag, særligt de ældre skoleelever. Faktisk er tallet fordoblet blandt de 15-årige piger, siger Pernille Due.

Ifølge den seneste skolebørnsundersøgelse føler 42,6 procent af pigerne i 9. klasse sig presset af skolearbejde. Blandt drengene i 9. klasse gælder det hver tredje – 34,4 procent.

– Måske hænger det meget godt sammen med det øgede pres på, at skoleelever ikke har klaret sig godt i internationale undersøgelser som PISA, og at der derfor er kommet et øget pres på skolen, siger Pernille Due.

Hun understreger dog, at forekomsten af mistrivsel er meget forskellig fra skole til skole.

– Der er en meget stor forskel på skoler. Vi ved ikke præcis hvorfor, men forhåbentlig vil vi komme tættere ind på det i kommende forskningsprojekter, siger Pernille Due.

Hvis du var statsminister ...

Spørgsmålet er, hvad der skal til for at hjælpe stressede børn og

unge – og forebygge stress? På konferencen satte DR 2's studie vært Nynne Bjerre Christensen gang i en paneldebat med spørgsmålet: "Hvad er det vigtigste, hvis man vil løse problemet med unge og stress? Hvis du var statsminister, hvad ville du så gøre?"

Konferencen præsenterede ikke en simpel opskrift, der kan løse problemet, men flere eksperter kaldte på kollektive frem for individuelle løsninger. Som uddannelsesleder ved Roskilde Gymnasium, Lisbeth Jakobsen, udtalte:

– Vi kan konstatere, at vi har et stort problem med stress. Men der mangler kollektive tiltag til, hvordan vi kan løse problemet, også i selve undervisningen.

Spørger man Noemi Katznelson, bør vi ændre fokus fra individ til samfund.

– Når vi ser, at ganske almindelige unge, som ikke i udgangspunktet befinder sig i en udsat situation, bliver ramt af stress, så er der grund til bekymring og grund til at kigge væk fra de individuelle årsager. Så er stress også noget, der skabes strukturelt. Vi må derfor også ty til sociologien og ikke alene psykologien, når vi skal finde svar på det nuværende stressproblem, siger Noemi Katznelson. ■



UNGE OM STRESS

Om uddannelsesvalg

– Jeg var meget under pres, synes jeg. Jeg fik meget hovedpine. Begyndte at blive lidt syg af det, faktisk. Jeg følte mig sådan lidt uduelig, kan man sige ... Og hvis der var nogen, der sagde noget forkert til mig, så røg jeg helt op i en spids.

Pige, produktionsskole

Om uddannelsespres

– Jeg fik stress på et tidspunkt, som jeg får medicin imod. Jeg kunne ikke sove om natten og fik ikke min søvn. Det har hjulpet mig, jeg sover bedre om natten, så nu kan jeg bedre nå mine ting. Men det der med, at når jeg skulle sove, så tænkte jeg konstant på lektier. Den kørte inde i hovedet hele tiden.

Pige, studentereksamen (stx)

– Jeg synes, at det er pissehårdt, altså der er mange lektier og sådan noget. Og så skal man være frygtelig god til at disponere sin tid, for at korthuset ikke lige pludselig vælter, og man er tre afleveringer bagud.

Dreng, højere teknisk eksamen (htx)

Kilde: Center for Ungdomsforskning