

# Når det perfekte bliver det normale

Niels Ulrik Sørensen

# To tendenser

1) Øget fokus på **selvet** og **selvkonstruktion**

# To tendenser

- 1) Øget fokus på **selvet** og **selvkonstruktion**
- 2) Det **perfekte** som målestok

# Udgangspunkt for oplægget

## Forskningsprojekt om unge og trivsel

- Survey blandt 3.500 unge mellem 15-24 år
- 33 kvalitative interview
  - Udvalgt fra spørgeskemaundersøgelsen
  - Relativt positiv trivsel
  - Dog: Erfaringer med ensomhed, mobning, kropspøblemstillinger osv.

# At vælge sit fremtidige selv

Det er alle de uddannelser. Nu kan du se, nu er jeg 22 og skal tage en ny. Og det er stadigvæk skide svært, altså - hvad for en vej, du vil gå resten af livet. Det er jo nok der, man skal bestemme det.

*Ja... Hvad tænker du, kunne hjælpe dig til at finde ud af, hvad du gerne ville?*

Ja... [pause] Det ved jeg ikke. Altså, jeg har stadig store problemer med det.

22-årige Stephan, i lære som gulvlægger

# At vælge på en selvrefererende måde

*Hvad er den største udfordring lige nu?*

Det er nok valget med, hvad jeg skal efter 3.g. Hvad der skal ske i fremtiden. Det er det, der fylder mest. Hvad vil jeg? Og så har jeg en eller anden drøm om at komme til Afrika og arbejde frivilligt. Det ville jeg gerne som sygeplejerske, men så er jeg nødt til at læse til sygeplejerske først, og det vil jeg ikke arbejde med bagefter. Og så skal jeg læse til fysioterapeut bagefter, og gider jeg det? Og det er også for mange uddannelser og det ene og det andet... Det er nok det værste lige nu.

Laura, 17 år, 3. g.

## En dobbelt opgave

**At skabe sig selv  
og finde sig selv  
på samme tid**

# At sammenligne sig selv med det perfekte

Jeg har nogle søskende, som klarer sig fantastisk godt, og jeg sidder bare og tænker, ”hvordan skal jeg nogensinde kunne leve op til det?”. Og når jeg fx ser min brors lejlighed, så er den altid bare perlevid og skræmmende, og man sidder bare og tænker, at han klarer medicin på normeret tid og klarer sig skidegodt. Det kan man ikke sammenligne sig med... Men jeg vil også gerne vise, at jeg kan være god selv.

Lasse, 24 år, lærerstuderende



# At problematisere sig selv

Jeg er meget indadvendt. Jeg kunne godt tænke mig at blive mere udadvendt. Jeg vil gerne lære en masse - altså, jeg vil gerne være sådan bedre til at snakke med folk og kunne skrive til dem og spørge: 'Skal vi ikke lave et eller andet?'. Jeg er stadig tilbageholden med det. Det tør jeg måske ikke så meget.

Ester, 15, 9. klasse

## To sider af samme sag

At sammenligne sig selv  
med **perfektion**

og

**problematisere**

sig selv

# At optimere sig selv

## At optimere sig selv

Jeg spiser ikke usundt på den måde, men fordi jeg ikke laver noget motion, så har jeg taget ti kilo på de seneste par år, så det er sådan lidt øv. Og når man så ikke kan motionere, så må man jo få det væk på en anden måde. Så går man ud og brækker sig, ikke? Og jeg har lavet projekt om spiseforstyrrelser to gange, hvor jeg har fået 10, så jeg ved godt, hvad det handler om, ikke? Men jeg har det sådan, at jeg sgu ikke kan få det ordnet, før jeg får overskud til det.

Stine 17 år, 1.g.

# Fikspunktet

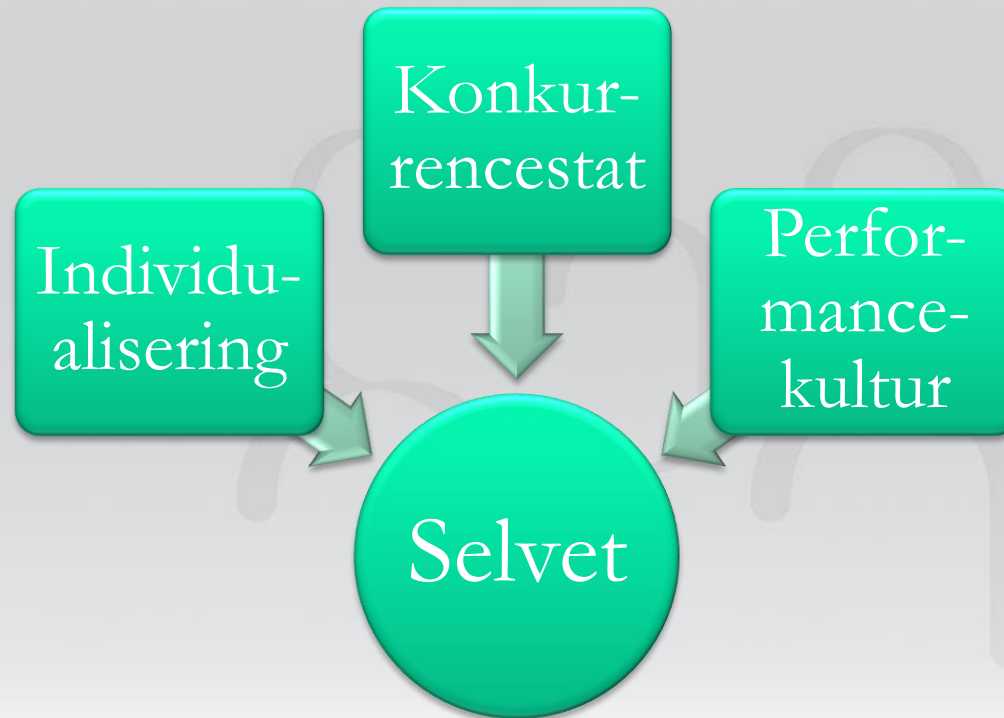


# I skyggen af perfektion



# Hvorfor?

## Tre samfundskræfter



# Kig efter alternativer: Et alternativ

Jeg var sådan en pige, der prøvede at være perfekt i gymnasiet. Nu er jeg blevet meget gladere, fordi jeg ikke hele tiden prøver at være perfekt, og så har jeg også bare fået noget ud af en hel masse om... poesi og tid og univers (griner), og hvordan man møder et menneske, og hvor meget det betyder.

Kamma, 19, student