

# Individualismens lömska fägring

- en kvalitativ studie av ungdomars olika hantering av individualismens villkor ur ett professionellt perspektiv

Av: Elin Jonasson

---

Lunds Universitet

Socialhögskolan

Vt 2011



Handledare: Lina Ponnert

# Abstract

Author: Elin Jonasson

Title: The individualizations insidious beauty – a qualitative study of adolescent's different ways to handle the individualization from a professional perspective  
(Translated title)

Supervisor: Lina Ponnert

Assessor: Anders Östnäs

This paper aims to highlight the professionals' perspective of adolescent mental health in relation to individualism. The study is based on interviews with professional social workers that work with mental-illness concerning adolescents. Six professional social workers were interviewed and they worked in different municipalities in southern Sweden and one of them in northern Småland. In the analysis it appeared that the professionals thought that the main cause of mental-illness concerning adolescents was the great supply of options that an individualized society creates. It also appeared that the professional social workers tend to normalize the mental-illness that adolescents suffer from. According to the interviewed professionals it lastly appeared a difference between girls and boys ways to handle the individualization. The most successful way to maintain a good mental health according to the professional social workers, that were interviewed, seems to be about keeping a good balance and have the capacity to handle both success and adversity.

Key words: individualization, mental-illness, adolescents, normalization, option and balance.

# Förord

Jag vill tacka de yrkesverksamma som tagit sig tid att ställa upp som intervjupersoner till denna uppsats. Era svar har givit mig ett bra och intressant material att jobba med i uppsatsen och det gav även mig som person mycket att träffa er, tack!

Som handledare har Lina Ponnert agerat och jag vill tacka för hjälpen med tips och råd under uppsatsens framställning.

21 Maj 2011

---

Elin Jonasson

# Innehållsförteckning

1.0 Inledning.....	1
1.1 Problemformulering.....	1
1.2 Syfte.....	2
1.3 Frågeställningar .....	3
1.4 Begreppsdefinitioner.....	3
1.4.1 Ungdomar.....	3
1.4.2 Individualisering.....	3
1.4.3 Psykisk ohälsa .....	4
2. Tidigare forskning.....	6
2.1 Folkhälsorapport 2009.....	6
2.2 Ungdomar, stress och psykisk ohälsa (SOU 2006:77).....	8
2.3 Ungas framtidsvägar.....	10
2.4 Skillnad på tjejer och killars psykiska ohälsa .....	10
2.5 Arbete och självförverkligande .....	12
Sammanfattning tidigare forskning.....	14
3. Teoretiskt perspektiv .....	16
3.1 Individualismens inverkan på samhället och människan.....	16
4. Metod .....	19
4.1 Intervjuer .....	19
4.2 Urval.....	19
4.3 Presentation av intervjupersonerna .....	20
4.4 Svagheter och förtjänster med intervju som metod.....	21
4.5 Tillvägagångsätt vid analysarbetet.....	22
4.6 Etiska överväganden .....	22
5. Resultat och Analys.....	25

5.1 Psykisk ohälsa - ett normalt tillstånd?.....	25
5.1.1 Sammanfattande analys.....	27
5.2 Psykisk ohälsa ur olika perspektiv.....	29
Kunskap och okunskap .....	29
Skillnad i psykisk hälsa .....	30
5.2.1 Sammanfattande analys .....	31
5.3 Oändliga möjligheter med prestationsångest på köpet.....	33
Rimliga och orimliga krav .....	33
Valfrihet på gott och ont.....	36
5.3.1 Sammanfattande analys.....	37
Sammanfattning av resultat och analys.....	41
<b>6. Slutdiskussion .....</b>	<b>42</b>
6.1 Problematisering kring normaliseringen.....	43
6.2 Orsakerna.....	44
6.3 Är ungdomarna trötta på individualiseringen? .....	45
6.4 Hur ska individualismens villkor hanteras?.....	46
6.5 Avslutande reflektioner.....	46
Referenslista.....	48
Bilaga 1.....	51
Bilaga 2.....	53

# 1.0 Inledning

## 1.1 Problemformulering

Enligt Socialstyrelsens Folkhälsorapport 2009 ökar den psykiska ohälsan hos unga (16-24 år) i Sverige. Ökningen har varit konstant sedan slutet av 1980-talet då mätningarna startade. Ungdomar mellan 16 och 24 år har vid ett tillfälle svarat på frågan om de upplevt känslor av oro, ångslan eller ångest någon gång under de senaste två veckorna. Resultaten uppmättes till 9 % hos tjejerna och 4 % hos killarna under åren 1988-1989. Mätningarna från 2004-2005 mätte upp 30 % hos tjejer och 14% hos killar. Den psykiska ohälsan ökar, enligt rapporten (*ibid.*), oberoende av ungdomarnas familjeförhållanden, föräldrarnas socioekonomiska status, födelseland eller ungdomens arbetsmarknadsstatus. I de olika grupperna är ökningen emellertid olika stor och de psykiska besvären av olika art.

I SOU 2006:77 resoneras kring den psykiska ohälsans ökning och dess orsaker. Där nämns World Values Survey som är en världsomspännande organisation av samhällsforskare som bland annat gör kontinuerliga undersökningar om människors värderingar. De har hittills framställt fem stora undersökningar om människors värderingar världen över och deltagandet har varit stort.<sup>1</sup> I SOU 2006:77 hänvisas till en undersökning, som World Value Survey-organisationen gjorde år 1990, om vilket värde människor i olika länder tillsätter graden av att sekulariseras kontra att bevara traditionell auktoritet i samhället samt värdet människor tillsätter graden av självförverkligande kontra överlevnad och materiella förhållanden. Självförverkligande och sekularisering beskrivs i utredningen (SOU 2006:77) som två komponenter som talar för att ett land är individualiserat. Sverige var i World Value Surveys undersökning en extrem i jämförelse med övriga deltagande undersökningsländer i att tillsätta sekularisering och självförverkligande ett högt värde. Något som utifrån denna undersökning alltså kan konstateras är att Sveriges invånare förändras och blir alltmer individualiserade och vill självförverkliga sig i högre grad nu än förr i tiden.

Flera forskare, främst sociologer, nämner individualism då de talar

---

<sup>1</sup> World Value Survey officiella hemsida: <http://www.worldvaluessurvey.org/>

om samhällsutvecklingen på senare tid. En av dem är Bauman (2002) som menar att individer, i och med den individualistiska samhällsutvecklingen, lämnas allt mer ensamma. Det finns inte lika stort hjälp utifrån eller kollektivt. Man ansvarar helt och hållet själv för både sina misstag och även för sina mer lyckosamma val. Denna ensamhet som många individer idag känner skapar, enligt Bauman (*ibid.*), en känsla av *otrygghet*. Idag är begrepp som *flexibilitet*, *frihet*, *valmöjligheter* och *rörlighet* eftersträvnadsvärda och när dessa faktorer blir till skapas samtidigt *otrygghet* (*ibid.*). Giddens, även han sociolog, har forskat kring samhällsutvecklingen på senare tid. I grundboken *Sociologi* (Giddens & Griffiths 2007) omnämns Giddens själv i ett kapitel som en av flera forskare som bidragit till forskningen kring samhällsutvecklingen i modern tid. Giddens (*ibid.*) menar att vi lever i en informationsålder där individer ständigt matas med information och ställs inför olika val. Man tvingas reflektera över de omständigheter man väljer att leva under. Giddens (*ibid.*) menar att med religionernas, traditionernas och sedernas försvinnande försvinner samtidigt etablerade tillvägagångsätt att hantera livet på. Nu mer står du som individ ensam i dina val, du ska också ta beslut om fler saker än förr eftersom det är nödvändigt. Det finns nämligen mer att välja på idag i flera avseenden och i många situationer där det förr bara fanns ett givet sätt att handla finns idag flera tillvägagångsätt (*ibid.*). Giddens använder uttrycken "*social reflexivitet*" och "*en skenande värld*" när han beskriver detta (*ibid.*).

## 1.2 Syfte

Med utgångspunkt i problemformuleringen vill jag redovisa syftet för uppsatsen. Jag har valt att undersöka ungdomars psykiska ohälsa i relation till individualismen och för att få empiri till uppsatsen har jag använt mig av ett professionellt perspektiv genom intervjuer med yrkesverksamma som arbetar med ungdomars psykiska ohälsa. Syftet för uppsatsen lyder:

*Denna uppsats syftar till att belysa professionellas perspektiv av ungdomars psykiska ohälsa i relation till individualismen.*

## 1.3 Frågeställningar

För att kunna uppfylla uppsatsens syfte har jag brutit ner syftet i fyra frågeställningar:

- Hur beskriver professionella den psykiska ohälsan hos unga idag?
- Vilka orsaker ser de professionella till den psykiska ohälsan hos ungdomar?
- Ser de professionella att den individualistiska samhällsutvecklingen har betydelse för de ungas psykiska ohälsa? I så fall, på vilket sätt?
- Ser de professionella att könstillhörighet har någon betydelse för de ungas psykiska ohälsa? I så fall, på vilket sätt?

## 1.4 Begreppsdefinitioner

Några begrepp som används frekvent i uppsatsen kan anses vara vaga och därmed kräver ett förtydligande. Med ungdomar, individualisering och psykiska ohälsa är det detta som avses:

### 1.4.1 Ungdomar

Uppsatsen är inriktad på den åldersgrupp som är i en så kallad brytningsperiod mellan barn- och vuxenvärlden. Till viss del utgår jag från Socialstyrelsens Folkhälsorapport 2009 och de ungdomar som undersöks där är mellan 16-24 år. De jag syftar på då jag i uppsatsen skriver ungdomarna är alltså de som är mellan 16-24 år. De professionella som jag intervjuat arbetar övervägande med åldersgrupper mellan 16-24 år.

### 1.4.2 Individualisering

Det finns inte en gemensam och entydig begreppsförklaring av ordet individualism. Men enligt Svenska Nationalencyklopedins officiella hemsida (2011) betyder individualism:



*”...uppfattning som ser individens frihet och oberoende som ett högsta värde. Oftast förenas individualismen med åsikten att samhället som sådant endast kan förstås och förklaras som en sammanslutning av individer, vilkas handlingar och avsikter ytterst avgör samhällsutvecklingen...”*

I Folkhälsorapport 2009 (Socialstyrelsen) beskrivs ett individualiserat samhälle som ett samhälle där medborgarna prioriterar egna mål högre än traditioner, religion och kollektiva intressen. Begreppet individualism kommer att förklaras mer ingående i avsnittet ”Teoretiskt perspektiv” samt i ”Tidigare forskning”.

### 1.4.3 Psykisk ohälsa

Det var svårt att hitta en begreppsförklaring av psykisk ohälsa och jag har därför tittat på det som kan benämnas som motsatsen, nämligen psykisk hälsa. Ur den begreppsförklaringen kan man bilda sig en uppfattning om vad psykisk ohälsa är. På World Health Organizations officiella hemsida (2011) finner man en förklaring om att psykisk hälsa inte bara är frånvaron av psykisk sjukdom. De menar också att om man mår psykiskt bra kan man som individ utnyttja sin fulla potential, hantera vardagsstressen och jobba med goda resultat och dessutom bidra genom arbete till det land man lever i. Jag tolkar det därefter att psykisk ohälsa är då man inte kan utnyttja sin fulla potential, inte kan bidra till samhället eller inte klarar av vardagsstressen.

I Socialstyrelsens Folkhälsorapport 2009 beskrivs hur den psykiska ohälsan ökat bland unga allt sedan mätningar startade på 1980-talet och i rapporten ges en förklaring av begreppet stress. Stress innebär enligt rapporten att man som människa känner sig oförmögen att hantera uppställda krav. Vidare förklaras att människor förvisso är utrustade att hantera plötslig stress i form av olika faror man kan utsättas för. Men idag är det vanligare att utsättas för psykiska och psykosociala former av långvarig stress. Denna långvariga stress kan sedan utvecklas i besvär som exempelvis försämrad prestationsförmåga, olust, nedstämdhet, trötthet och vidare även depressioner och posttraumatiska stressproblem med mera. Även somatiska besvär av värk, hjärtproblem och diabetes kan utvecklas (Socialstyrelsen 2009). Stress är ett begrepp som här kan

likställas med psykisk ohälsa.

Därmed görs det tydligt att psykisk ohälsa är ett vagt och svårdefinierat begrepp. Det betyder olika i olika situationer och är relativt beroende på vem som säger sig inneha en god eller dålig psykisk hälsa. Jag vill poängtera att jag i min uppsats vill fånga in den psykiska ohälsa som de professionella möter i sitt arbete med de unga. Jag kommer senare i uppsatsen återge de professionellas bild av detta.

## 2. Tidigare forskning

När jag har letat efter tidigare forskning har jag använt mig av de olika sökmotorerna EBSCOhost SOCindex och LIBRIS. Jag har utgått från sökord som ”mental illness”, ”mental health”, ”youth”, ”individualisation”, ”psykisk ohälsa bland unga” samt ”individualism”. Därigenom har jag läst ett antal artiklar och genom dessa i sin tur hittat relevant litteratur i referenslistorna som jag använt mig av. Genom LIBRIS har jag sedan sökt upp två avhandlingar som berör ämnena psykisk ohälsa bland ungdomar samt individualism. Jag har även hittat artiklar på samma vis och därefter letat upp dem i fulltext genom sökmotorn EBSCOhost SOCindex.

Utöver detta har jag använt mig av en offentlig utredning samt en folkhälsorapport. Den offentliga utredningen har skrivits på uppdrag av regeringen i syftet att analysera ungdomars livssituation utifrån stress och dess inverkan på den psykiska hälsan. Tanken med utredningen var att kartlägga och även komma med förslag på åtgärder. I Folkhälsorapport 2009 (Socialstyrelsen) har jag dels använt mig av kapitlet som rör ungdomars hälsa och dels kapitlet som rör psykosociala påfrestningar. Ytterligare en bok om ungdomars framtidsutsikter kopplat till arbete och hälsa har jag använt som tidigare forskning och denna fann jag genom sökning på LIBRIS.

### 2.1 Folkhälsorapport 2009

På uppdrag av regeringen har en sjunde folkhälsorapport framställts av Socialstyrelsen, Folkhälsorapport 2009, vilken ska ligga som underlag dels för regeringens beslut och arbete i hälsopolitiken och dels för organisationer, myndigheter och utbildningar som använder sig av materialet på olika sätt. Rapporten finns även till allmänhetens förfogande. De statistiska uppgifterna som används i rapporten kommer från Statistiska Centralbyrån. I rapporten framställs att folkets hälsa i Sverige har haft en positiv utveckling det senaste decenniet och egentligen under hela efterkrigstiden. I åldersgruppen 16-24 år upplever de allra flesta att de har en god eller mycket god hälsa. Något som dock tydligt framstår som ett problem är den kraftigt ökade psykiska ohälsan som visar sig främst hos

ungdomar. I avsnittet om *Ungdomars hälsa* i Folkhälsorapport 2009 (Socialstyrelsen) är den undersökta målgruppen mellan 16 och 24 år. Det beskrivs som en brytningspunkt då man kliver in i vuxenvärlden och lämnar barndomen bakom sig. De som ingår i undersökningsgruppen är gymnasieungdomar samt ungdomar som jobbar eller studerar på eftergymnasial nivå. Rapporten (Socialstyrelsen 2009) visar på en kraftig ökning av psykiska besvär och ökningen gäller inte bara självrapporterade besvär. Sjukhusvård på grund av depression och ångest har ökat både bland tjejer och killar. Dock är besvären enligt rapporten större överlag bland tjejer. I rapporten framställs att de psykiska besvären verkar öka i takt med åldern och att besvären gör sig synliga något tidigare hos tjejer. Andra besvär som enligt rapporten (*ibid.*) kan kopplas till den psykiska ohälsan är ökade sömnbesvär och värk i nacke och skuldror.

I Folkhälsorapport 2009 (Socialstyrelsen) söks orsaksförklaringar till den psykiska ohälsans ökning bland unga i Sverige. En möjlig orsak är att de unga idag har en större benägenhet att själva söka hjälp då de mår dåligt vilket får som resultat att fler problem uppdragas och får det att se ut som att problemen blivit fler. Detta går dock inte se som den enda orsaken till problemens ökning. I rapporten (*ibid.*) förs vidare resonemang om ökningens orsaker. Eftersom så många ungdomar uppger sig ha en dålig psykisk hälsa så bör förklaringen till detta sökas på en strukturell nivå där många ungdomar berörs av samma problematik exempelvis samhällsförändringar och kulturella förklaringar. Det kan också handla om många små förändringar som rör många olika ungdomar och därför skapar problem för en stor grupp. Det är med andra ord svårt att se vad som påverkar de unga eftersom det förmodligen handlar om strukturella problem, enligt Folkhälsorapport 2009 (*ibid.*)

Något som tas upp i rapporten (Socialstyrelsen 2009) är individualiseringen och dess inverkan på ungdomen. Individualismen förklaras med att ungdomar idag prioriterar sig själva och sina egna livsmål högre än traditioner, religion och kollektiva intressen. Hänvisningar till olika studier, där Sverige ställs som en extrem i att tillsätta ett högt värde i att självförverkliga sig och sekulariseras, framställs i rapporten (*ibid.*). Samtidigt påpekas det att individualiseringen öppnat många möjligheter för människan att påverka sin livssituation och att det förknippas med god psykisk hälsa.

Något annat som, enligt Folkhälsorapport 2009 (Socialstyrelsen), framställs som en eventuell orsak är arbetskrisen som uppstod under 1990-talet i Sverige som verkar ha slagit hårt mot ungdomen. Antalet heltidsanställningar har sedan dess minskat drastiskt för ungdomar. I och med detta har i stort sett alla 16-19 åringar börjat gå gymnasiet och de som är 20-24 år har i större utsträckning börjat studera på eftergymnasialnivå. Kvalifikationskraven på flera områden på arbetsmarknaden har ökat och i stora drag har arbetsmarknaden blivit hårdare. Enligt rapporten (*ibid.*) finns det två sätt att se detta på. Givetvis har antalet heltidsanställda minskat i åldersgruppen 16-24 år eftersom de istället studerar. Men frågan är varför de studerar. För att kunna få jobb eller för att de inte får jobb och därmed tvingas till att studera? De ungdomar som arbetar har visserligen en bättre psykisk hälsa än de som står utan jobb, men även i denna grupp har besvären ökat. Kanske beror det på oro för att mista jobbet. En högre tolerans för jäktiga och krävande jobb finns eftersom ungdomen vet att arbetsmarknaden hårdnar och det är svårt att få ett jobb idag.

Enligt undersökningarna som presenteras i rapporten (Socialstyrelsen 2009) sysselsätter sig ungdomar allt mer idag. Då i form av att titta på TV, data- och Internetanvändning men även fysisk aktivitet, träffa släkten och umgås med vänner, vilket innebär ett rikare liv på flera sätt för de unga. Innebär detta positiva eller negativa konsekvenser? Hur påverkas till exempel sömnen och indirekt den psykiska hälsan av detta? Vidare resonerar man kring de stora könsskillnaderna och finner igen klar orsak till varför tjejer i större utsträckning mår dåligt än killar. Skolprestation och utseendefixering tas dock upp som eventuella orsaker till att tjejer mår sämre än killar eftersom de verkar lägga mer press på sig själva (*ibid.*).

## 2.2 Ungdomar, stress och psykisk ohälsa (SOU 2006:77)

SOU 2006:77 är en offentlig utredning som framställts på uppdrag av Sveriges regering. Syftet med utredningen var att analysera ungdomars livsvillkor kopplat till stress och vilken inverkan det har på den psykiska hälsan. De resultat som framställs grundas delvis på en undersökning gjord på cirka 700 ungdomar i

grund- och gymnasieskolan samt studenter på universitet. Dessa ungdomar bor i en liten, en mellan och en stor ort i Sverige. Jag ska här kort redogöra för en del av resultaten från utredningen och även återge analyser som gjorts.

I utredningen (SOU 2006:77) har orsaker till psykisk ohälsa framställts och ungdomarnas svar på varför de mår dåligt och känner sig stressade var till största del skolan och dess krav på goda prestationer. Något som nämndes ofta av ungdomarna själva var att de levde i ett prestationssamhälle med stora valmöjligheter. De ville visserligen inte ha det annorlunda men upplevde det som svårt att hantera utan att känna stress. Media och reklam var ytterligare en faktor som påverkade. För de äldre ungdomarna var det svårigheter i att få jobb som var en stor orosfaktor och bland studenter på universitet var det ekonomin.

Enligt SOU 2006:77 anses individualismens utveckling kunna vara en orsak till utvecklingen som sker bland de unga. Den lyfts fram delvis som något positivt med fler möjligheter men samtidigt leder det till en viss oförutsägbarhet och ovisshet om framtiden, där fler krav ställs på varje enskild individ. Förväntningarna som unga idag har på sina liv och sig själva har sprungit före utvecklingen av människors levnadsvillkor. I utredningen (*ibid.*) görs en bedömning om att fenomen kopplade till individualisering och differentiering kan öka risken för psykisk ohälsa. I en sammanfattande analys framställs utvecklingen paradoxal. Trots att den tillvaro unga idag lever i blir allt bättre (Sverige anses i utredningen vara ett av de länder som har den mest utvecklade välfärden, elevvården och skolan i världen) så kvarstår den ökande psykiska ohälsan.

I utredningens (SOU 2006:77) analys tas ytterligare faktorer upp som till viss del är kopplade till individualiseringen. I och med individualiseringen börjar människor ifrågasätta saker som hittills varit självklara. Detta innebär att till exempel strukturer som familj, religion och skola ifrågasätts och inte längre ses som självklara i sin form. När ifrågasättandet ökar, ökar också problemen och därför kan den psykiska ohälsans ökning, enligt SOU 2006:77, till viss del bero på att individer idag har en annan bild av vad psykisk ohälsa är för något. Inställningen och hur människor väljer att framställa psykisk ohälsa har förmodligen förändrats. Även här har gränserna suddats ut och det är mer oklart vad som räknas som en psykisk ohälsa. Detta tas i utredningen (*ibid.*) upp som en viktig aspekt att ta hänsyn till då problemet diskuteras.

## 2.3 Ungas framtidsvägar

Bremberg (2007) konstaterar det som många andra forskare redan gjort, nämligen att den psykiska ohälsan ökar hos ungdomar i Sverige. Han tar upp sex olika svenska studier som alla på liknande sätt har mätt den psykiska ohälsan hos unga i åldrarna 15-24 år (Danielsson 2003; Forsell & Dalman 2004; Grufman et al. 1999; Hagquist, Starrin & Sund 2004; Rahmquist och Carstensen 1998; Statistiska Centralbyrån 2006). Samtliga undersökningar visar på en ökning av den psykiska ohälsan och då i form av bland annat oro, ångslan, sömnbesvär och värk kopplad till de psykiska besvären. Bremberg (2007) anser det vara lämpligast att leta efter orsakerna till ungdomars psykiska ohälsa i deras eventuellt förändrade levnadförhållanden. Några faktorer tas upp som lämpliga att kartlägga ungdomars livsvillkor med och dessa är arbetsmiljö, boende, fritid, ekonomi, hälsa, materiella tillgångar, sociala relationer, medborgerliga aktiviteter, sysselsättning, transporter, trygghet och utbildning. Bland dessa faktorer är ett stort konstaterat problem att arbetsmarknaden kraftigt försämrats för unga och därigenom även ekonomin. Detta har med största sannolikhet påverkat de ungas psykiska hälsa (*ibid.*). Individualiseringen tas upp som ett annat problem som påverkar den psykiska hälsan. Ungdomar anser att det finns många motstridiga krav de måste leva upp till. Mångfald och därmed större möjligheter för de unga upplevs inte som något positivt utan skapar istället påfrestning som i sin tur leder till stress och psykisk ohälsa. Bremberg (*ibid.*) hänvisar till flera olika studier som visar på en ökad risk för dålig psykisk hälsa i och med individualiseringen.

## 2.4 Skillnad på tjejer och killars psykiska ohälsa

I en avhandling skriven av Landstedt (2010) avhandlas ungas psykiska ohälsa kopplat till deras livsomständigheter med en genus- och klassanalys. Där framkommer att det finns en skillnad mellan tjejers och killars upplevda psykiska ohälsa. Undersökningsgruppen bestod av 16-19 åriga gymnasieelever i Sverige som fått delta i gruppdiskussioner och även besvara en enkät. Resultaten visar att den psykiska ohälsan, stress och även självskadebeteende förekommer i dubbel utsträckning hos tjejer jämfört med killar. Landstedt (*ibid.*) menar att de psykiska besvären bland annat är kopplade till sociala relationer, livsvillkor, krav och

ansvarstagande samt utsatthet för våld och trakasserier. Oavsett socioekonomisk bakgrund kände tjejerna en stress inför de krav som ställs på dem när det gäller skolarbete, utseende, framtidsplaner, sociala relationer och ekonomi.

I sin slutsats menar Landstedt (2010) bland annat att genus- och klassmekanismer kan bidra till en skev fördelning av riskfaktorer till psykiska problem mellan tjejer och killar. Detta skulle i så fall kunna vara en förklaring till varför det är relativt stora skillnader i upplevd psykisk ohälsa hos killar och tjejer på flera olika sätt. Några av resultaten är att tjejer bland annat upplevde större stress och psykisk ohälsa vid kravsituationer. De lade större press på sig själva när det gällde skolarbete, sociala relationer och utseende. Pojkar i sin tur kunde också koppla psykisk ohälsa till press och krav men de verkade hantera kraven och pressen annorlunda.

Ytterligare forskning har gjorts med ett genusperspektiv på ungas psykiska ohälsa. I en artikel skriven av Wiklund et al. (2010) beskrivs en undersökning gjord i norra Sverige kring unga kvinnors upplevelse av stress. Undersökningen är gjord genom intervjuer med 40 tjejer i åldern 16-25 år som alla har sökt hjälp på ett hälsocenter i Umeå på grund stressrelaterade problem. Studien är genomförd med specifikt fokus på genusordningen och den sociala kontext tjejerna lever i. I artikeln beskrivs tre teman som utkristaliserades i undersökningen och dessa är stressorer kopplade till moderniteten, genusordningen och ungdomen. Under dessa tre teman finns underrubriker.

När det gäller stress kopplat till moderniteten handlar det om att tjejerna dels känner en ständig strävan efter att vara så effektiva och rationella som möjligt och dels att de känner en prestationsångest och en press om att uppnå perfektion. Att de befinner sig i ett ständigt kämpande efter att uppnå en god social status och till sist att de känner sig stressade över att det finns så mycket valmöjligheter och möjlighet till att förändra saker.

Stressorer kopplade till genusordning innebär att tjejerna har en känsla av att de ska finnas till hands för andra och bry sig om andra. De känner en press av att de ska vara ansvarsfulla och ansvarstagande. De upplever att de har andra krav och skyldigheter på sig jämfört med killar och de har större fokus på sina kroppar när det gäller vikt, utseende och hur de framstår. Kvinnopositionen i sig anser vissa tjejer vara jobbig att befinna sig i och de menar att de känner sig



begränsade av normer och förväntningar om hur man som kvinna bör bete sig eller leva.

Till sist handlar det om stress kopplad till ungdomen där tjejerna på olika sätt beskriver att de tycker att brytningspunkten mellan att vara barn till att bli vuxen är jobbig med allt vad det innebär. Negativa händelser i form av social utestängning men även sådana händelser som skett tidigare som mobbing, jobbiga skilsmässor eller nära anhörigas död är en anledning till att tjejerna känner stress. Om de sen inte kommer in på arbetsmarknaden och därmed inte kommer in i vuxenvärlden kan det också vara en anledning till att bli stressad och må dåligt.

I sin slutsats skriver Wiklund et al. (2010) att den kontext unga tjejer lever i spelar en stor roll för hur de mår. Sociala konstruktioner och genusordningen är viktigt att ta med i beräkningarna när man kollar på orsaker till unga tjejers ohälsa. Många tjejer känner nämligen mycket tvång och vanda inför att leva upp till de normer och förväntningar som de ställs inför.

## 2.5 Arbete och självförverkligande

Gillberg (2010) har i sin avhandling *”Individualiseringens villkor - unga vuxnas föreställningar om arbete och självförverkligande”* som syfte att undersöka individualiseringstesen samt att undersöka unga vuxnas föreställningar om självförverkligande och arbete, samt analysera vilken roll ungdomens levnadsvillkor och bakgrund spelar i sammanhanget. Han har i sin avhandling intervjuat tjugotvå ungdomar i åldern 21-29 år, där tolv av dem arbetar på en monteringsfabrik och tio av dem är så kallade kaospiloter som ingår i en projektutbildning för entreprenörer. Det vill säga två ytterligheter. Gillberg (*ibid.*) har kodat och analyserat dessa intervjuer och sedan använt sig av olika strukturinriktade teorier för att nå fram till sin slutsats och diskussion. Han menar att individualiseringen påverkar de villkor som unga idag möter. En slutsats han drar är att unga måste förhålla sig till denna individualiseringsprocess och att de tvingas hålla sig reflexiva till sig själva och sin omvärld. Hur ungdomen hanterar denna reflexivitet beror på de resurser han eller hon bär med sig och inom vilken kontext han eller hon lever. Något filosofiskt uttryckt menar Gillberg (*ibid.*) att det är på det sätt som de unga hanterar den tvingande reflexiviteten som individualiseringens inverkan gör sig synlig på gott och ont. Därför menar

Gillberg (*ibid.*) att det är viktigt att se individualismen som en effekt och inte en orsak till bland annat ohälsa hos unga.

En övervägande del av ungdomarna i Gillbergs (2010) studie känner sig påverkade av den rådande samhällsandan som säger att det är helt upp till dig själv om du ska lyckas komma någonstans, du är din egen lyckas smed. De båda intervjugrupperna i studien ser möjlighetshorisonterna som vida. Alltså föreställningarna som de intervjuade har om vad som är möjligt att åstadkomma är mycket breda. De är medvetna om att det kan krävas mycket av dem själva för att de ska kunna uppfylla dessa mål men ser inga omöjligheter i att kunna klara det. De beskriver detta som en ständigt närvarande medvetenhet om att livet skulle kunna se annorlunda ut. Det som skiljer de båda grupperna åt är hur de ser på realiserbarheten i dessa möjligheter. Självförtroendet hos de som jobbar på monteringsfabriken är inte detsamma som hos kaospiloterna. Kaospiloterna är övertygade om att de kan lyckas men de är rädda för överbelastning och att de inte kommer orka med allt de vill åstadkomma. Monteringsarbetarna i sin tur ser brister i sin egna förmåga och dålig motivation som ett hinder.

I sin avhandling kommer Gillberg (2010) fram till tre olika reflexiva förhållningssätt som ungdomar idag intar nämligen *det ambivalenta förhållningssättet, det autonoma förhållningssättet och motstånd*. Det ambivalenta förhållningssättet innebär en medvetenhet om förändrade villkor men på grund av resursbrist uppstår en jobbig skillnad i vad man anser sig borde göra och vad som görs i verkligheten. Vissa kan inte förverkliga sig på grund av resursbrist och osäkerhet, där den mest framträdande resursbristen är självförtoende och ekonomi. Detta menar Gillberg (*ibid.*) har en stark koppling till klasstillhörighet, han menar att beroende på vilken klass (och även vilket kön) du tillhör så har du bättre eller sämre förutsättningar till att hantera individualismens effekter. Han ställer tryggheten i att behålla sin nuvarande livssituation mot den ständiga känslan av att man borde göra något annat.

Det andra förhållningssättet, det autonoma, berör möjligheten som öppnar sig i och med individualismens effekt. Möjligheten till att lyckas. Det finns en baksida som handlar om prestationsångest och utmattning på grund av just strävan efter att lyckas. Detta sammankopplar Gillberg (2010) med förhållandet mellan prestation, självkänsla och personliga drömmar. De intervjuade i

avhandlingen menar att kraven ställs både av dem själva, av föräldrar och av samhället. De ser en nödvändighet i att alltid prestera med toppresultat och ser prestation som ett måste för en god självkänsla. Även här finns en viss ambivalens när det kommer till valsituationer. Gillberg (*ibid.*) menar att många av de val som ungdomar gör sägs vara fria men är i själva verket tvingade. När en ungdom står inför valet att till exempel läsa vidare på eftergymnasial nivå vägs olika aspekter in. Chansen till arbete ökar, men det finns inga garantier för det. Därför blir ungdomen ambivalent i sitt val. Vissa av de intervjuade verkar till och med skjuta på dessa val just för att de inte kan ta ställning till om det är ett fruktsamt val eller inte. Vissa löser problemet genom att ha många vägar öppna och har istället ”många bollar i luften” för att inte missa något alternativ. Risken med detta menar Gillberg (*ibid.*), är utbrändhet.

Det sista förhållningssättet namnges som motstånd av Gillberg (2010) och med det menar han det motstånd som uppstår när de omnämnda kraven ställs på de unga idag. Istället för att inrätta sig i leden och tvingas välja så går de unga istället emot normerna och bestämmer allt mer själva hur de vill leva sina liv. Exemplevis hur och när de väljer att arbeta eller vilken ålder de skaffar barn i.

Sammanfattningsvis menar Gillberg (2010) att det är beroende på individens resurser iform av bland annat självförtroende, kontaktnät och erfarenheter som spelar roll för hur personen i fråga hanterar den reflexiva omvärlden. Något han menar bör undersökas vidare är hur denna slutsats kan generaliseras på övriga grupper i samhället. Han menar att välfärdssamhället succesivt monteras ner och något som därför bör undersökas, enligt honom, är hur detta påverkar oss individer med tanke på samhällsutvecklingen och dess nya villkor.

## Sammanfattning tidigare forskning

Jag kommer här göra en kort sammanfattning av den tidigare forskning jag valt att använda för uppsatsen. Att den psykiska ohälsan ökar hos unga i Sverige idag verkar vara ett konstaterat faktum som de flesta forskare är överens om. När det senare kommer till orsakerna till ökningen skapas ovisshet. Ingen kan säkert säga vad som står som orsak till ökningen. Rimligtvis kan inte heller denna orsak hittas

i en enda förklaring då det är ett så stort antal som problemen rör och problemen är också av olika karaktär och grad i olika grupper. Orsaker som framställs enligt de nämnda källorna är bland andra skolans krav på goda prestationer, arbetskrisen från 1990-talet och även individualiseringsutvecklingen. I tidigare forskning framställs skillnader i hur olika grupper hanterar den psykiska ohälsan, prestationskraven och individualismens villkor. Det verkar som att det finns en könsskillnad i den psykiska ohälsan och att tjejer är de som har svårast att tackla problemen. Anledningarna till att det är på så vis att tjejer mår sämre än killar har också flera förklaringsmodeller men ingen vet säkert varför det förhåller sig på detta vis. Dock pekar man på skeva genusordningar och högre prestationskrav hos tjejerna, av tjejerna själva. En annan eventuell orsak som framställs handlar om de förutsättningar och förhållningssätt som ungdomen har som i sin tur avgör hur det psykiska välmåendet förhåller sig. En sammanfattande reflektion kring avsnittet om tidigare forskning är att området på sätt och vis är välutforskat men att det å andra sidan inte finns några klara forskningsresultat kring orsaker till varför så många ungdomar mår sämre. Frågan är om det är möjligt att finna orsakerna eftersom problemet är så omfattande och dessutom varierar grupper i mellan och även mellan unika individer.

## 3. Teoretiskt perspektiv

Zygmunt Bauman är en polsk professor och sociolog som skrivit flera böcker som blivit klassiker inom sociologin. Jag kommer här redogöra för några av hans begrepp och uttryck kring individualisering.

### 3.1 Individualismens inverkan på samhället och människan

Samhällen är skapade för att individerna som lever i det ska kunna leva ett meningsfullt liv och samhället livnär sig på människors ständiga letande efter meningen med livet (Bauman 2002). Bauman (*ibid.*) använder ordet *transcendens* när han talar om vad människor ständigt söker efter. Nationalencyklopedin (2011) beskriver det ordet som följer: ”...*det som ligger utanför det mänskliga medvetandet och fattningsförmågan.*”. Bauman (2002) säger att det är just *transcendensenergin* som håller samhället vid liv och att den är absolut nödvändig för att samhället ska kvarstå. Sällan kommer någon i närheten av fullständig tillfredställelse med livet och en livsmening är inte lik någon annans. Detta gör, enligt Bauman (*ibid.*), att ”utbudet” av tillvägagångssätt att söka livsmeningar ständigt utökas. Nya kulturer växer fram och törsten efter livsmening kommer aldrig att släckas hos människorna. Han uttrycker det som att vi människor ständigt söker nya *transcendensstrategier*. Ingen livsmening är heller fel eller rätt men de kan dock vara mer eller mindre värda. Alla människor kan finna sin livsmening men människor har inte alltid samma möjligheter, förutsättningarna är olika.

Bauman (2002) säger att *frihet* är lycka och menar att när en människa är lycklig handlar hon efter sin plötsliga ingivelse och följer begär och instinkter. Samtidigt påpekar han att om man lever på det viset blir tryggheten lidande. Det är som en balansvåg som aldrig kan väga helt jämnt mellan *trygghet* och *frihet*. Det som skapar trygghet är ordning, alltså att man har rutiner i livet (*ibid.*). Obeslutsamhet beskriver Bauman (*ibid.*) som ett obehag och han menar därför att det är anledningen till att människan till viss del vill känna trygghet och därmed skapa ordning i sitt liv. Balansen mellan trygghet och frihet är en ständigt

pågående process. Avvägningen mellan de två komponenterna är inte att välja mellan bra eller dåligt utan det är själva avvägningen i sig som skapar ambivalens. Bauman (2002 sid.56) uttrycker det på följande vis:

*”Frihet utan trygghet framkallar inte mindre olycka än trygghet utan frihet. Men en kompromiss mellan dem är inte heller någon garanti för lycka, eftersom den ofrånkomlingen är förbunden med vissa uppoffringar. Människor behöver både frihet och trygghet – och offrandet av endera är en orsak till lidande.”*

Vägningen mellan frihet och trygghet som är en ständigt pågående process är, enligt Bauman (2002), nödvändig för att samhället ska vara dynamiskt, utvecklas och vara drägligt att leva i för många olika människor med många olika sätt att söka sin livsmening på. I sökandet efter livsmeningen jämför vi oss människor med varandra och söker efter ett ideal. Bauman (*ibid.*) menar dock att det inte längre finns något specifikt tryck från idealen som berättar för människor hur de bör leva. Tvärtom har dessa ideal försvunnit, det finns inte längre något att jämföra sig med. Du ska själv komma på dina egna levnadssätt och hur du på ett rationellt sätt ska välja att handla för att anpassa dig till samhället men på grund av individualiseringsprocessen i samhället finns det inga gränser eller stadiga kurser att gå efter. Detta beskriver Bauman (2005) i sin bok *”Liquid life”*. *Flytande liv* och *flytande modernitet* är två uttryck som förekommer i denna bok och som målande beskriver situationen som människor idag befinner sig i, enligt Bauman (*ibid.*). Detta betyder att det inte längre finns klara gränser att leva efter.

Bauman (2002) ställer denna situation i jämförelse med våra förfäders som istället levde i rädsla över att överträda de stela normer som då efterlevdes. De i sin tur drömde om friheten. Bauman (*ibid.*) menar att vi idag har övergått till total frihet och därmed har vågskålen tippat över rejält. Med denna frihet kommer som sagt otryggheten. När vi då ställs inför allt fler val av olika slag, som påverkar oss och våra liv, blir resultatet att ensamheten växer och dessa val blir jobbigare att besluta om. Ovissheten om hur valen ska påverka framtiden är så pass stor att vi vändas i många av de val vi gör. Vi söker ändå tröst hos varandra i vår ensamhet och förvirring. Genom att få veta att många andra känner likadant så lugnas vi (*ibid.*). Men det som präglar individualismen i detta fall, menar Bauman (*ibid.*), är att när alla fått det lugnande beskedet om att man inte är

ensam om sina känslor, går man sedan tillbaka och kämpar på med sina problem i sin ensamhet. Det enda vi gör är att dels lära sig av andras misstag och inte göra likadant och dels att vi får bekräftelse om att vi inte är udda med våra känslor av ensamhet och vända inför alla val vi tvingas göra.

## 4. Metod

### 4.1 Intervjuer

Denna uppsats är gjord utifrån en kvalitativ metod. Jag har valt att samla in mitt empiriska material genom att intervjua verksamma professionella som jobbar med ungdomars psykiska ohälsa. Aspers (2007) skriver att det är av vikt att forskaren trivs i sin roll och känner sig trygg med metoden för att resultatet sedan ska bli bra. Intervju som metod blev därför mitt val. Aspers (2007) beskriver hur en intervju kan te sig i olika former och hur det på olika sätt kan passa bättre eller sämre för just det tänkta ändamålet med intervjun. Han menar att det finns olika grad av strukturering och ju mer strukturerad intervjun är desto mer styrda blir intervjupersonens svar. Jag vill beskriva min form av intervju som semistrukturerad. Mina frågor jag ställt vid intervjuerna har haft en öppen karaktär och jag har alltid avslutat varje intervju med en möjlighet för den intervjuade att tillägga något som de tycker att jag har missat. Frågorna har beroende av situationen ställts i olika ordning. Intervjuerna har varierat i längd men var i snitt 50 minuter långa (Intervjuguide, se Bilaga 2).

### 4.2 Urval

May (2001) beskriver vikten av att det urval man väljer ska vara representativt och ha kunskapen att svara på frågorna man har för avsikt att ställa, samtidigt som de ska ha en förståelse för vad som efterfrågas i intervjun för att det ska bli en tillförlitlig empiri till arbetet. De professionella är de som näst efter ungdomarna själva kan svara på intervjufrågorna bäst. Ur ett perspektiv kanske de till och med är bättre lämpade eftersom de har en mer samlad bild av hur problematiken ser ut jämfört med vad en enskild ungdom har då hon eller han bara kan berätta om sina individuella erfarenheter. Syftet för uppsatsen är att belysa professionellas perspektiv av ungdomars psykiska ohälsa i relation till individualismen. Mina krav på intervjupersonerna var att de på något sätt arbetade med psykisk ohälsa bland unga. Min intention var att få en god spridning på de professionella när det gäller arbetsplats, kön och ålder. Enligt Eriksson-Zetterquist och Ahrne (2011) är



det något som styrker tillförlitligheten i urvalet. Jag har genomfört sex intervjuer med olika yrkesverksamma som arbetar med ungdomars psykiska ohälsa och mitt urval består av fyra gymnasiekuratorer, en studentpräst och en kurator vid en ungdomsmottagning. Möjliga brister är att endast en av personerna är man och i och med det övervägande antalet gymnasiekuratorerna betyder det att ungdomsgruppen fokuseras till 16-19 åringar. Spridningen på arbetsorter är relativt god då intervjuerna är genomförda på fyra orter i nordvästra Skåne samt en ort i norra Småland. Vid min sista intervju kände jag att mitt material var *mättat*, alltså att jag hade tillräckligt med information att göra en bra analys utifrån (jmf. Eriksson-Zetterquist och Ahrne 2011). Dessutom menar Eriksson-Zetterquist och Ahrne (2011) att tillförlitligheten i datamaterialet ökar redan då man intervjuar sex till åtta personer från en särskild grupp. Risken de pekar på om man har ett för litet antal intervjuer är att starka personliga åsikter som just rör personens individuella arbetsplats kan komma att lysa igenom och ge en snedvriden bild.

### 4.3 Presentation av intervjupersonerna

Till att börja med vill jag tydliggöra att de personer jag intervjuat har fiktiva namn i uppsatsen. Samtliga arbetar med ungdomar med psykisk ohälsa och de flesta har en gedigen erfarenhet inom yrket. Jag har intervjuat fyra gymnasiekuratorer, en studentpräst och en kurator som arbetar på en ungdomsmottagning. Nedan följer en kort presentation av de personer jag intervjuat. Jag har valt att redogöra för de olika skolornas storlek och programinriktningar eftersom det visat sig vara av intresse i analysen av mina resultat:

- Ankie arbetar som kurator på en gymnasieskola med cirka 900 elever och många olika programinriktningar. Hon har varit verksam på skolan i 16 år och har sammanlagt arbetat som socionom i 23 år.
- Maj arbetar som kurator på en gymnasieskola med cirka 320 elever där det uteslutande finns praktiska program samt gymnasiesärskola. Hon har arbetat som kurator sedan examen 2007.

- Rut är gymnasiekurator och arbetar på en skola med cirka 900 elever och med en stor blandning på program. Hon tog sin socionomexamen 1997 och sedan 2003 har Rut jobbat som kurator dels på sjukhus och dels inom skola.
- Dan är kurator på en gymnasieskola med blandade program. Han har jobbat som socionom i 30 år och har mestadels varit kurator på grundskolor, högstadium och gymnasium.
- Maria jobbar som kurator på en ungdomsmottagning. Hon tog socionomexamen 1997 och har sedan dess arbetat med ungdomar. Sin nuvarande tjänst har hon haft i drygt ett år.
- Vera jobbar som studentpräst och har gjort det sedan ett halvår tillbaka. Innan dess har hon varit verksam som präst i drygt 16 år och därigenom kommit i kontakt med ungdomar och studenter.

## 4.4 Svagheter och förtjänster med intervju som metod

Att en uppsats har god validitet innebär att den har mätt/undersökt det man hade för avsikt att undersöka och en god reliabilitet uppnås genom precisa mätinstrument eller metoder (Jönson 2010). För att uppnå detta i uppsatsen har jag valt intervju som metod. Det jag hade för avsikt att undersöka handlar om det perspektiv intervjupersonerna får av ungas psykiska ohälsa genom sitt arbete. Därmed blir intervju ett precist verktyg att använda för att få en så sann bild som möjligt av det aktuella fenomenet. En svårighet i kvalitativ forskning är att uppnå en god reliabilitet, alltså att en annan forskare skulle få samma resultat som jag om han eller hon gjorde samma arbete. Givetvis går inte det. Hur jag är som person när jag intervjuar spelar roll. De intervjuade personerna svarar, förmodligen omedvetet, på olika sätt beroende på vem som intervjuar och även utifrån vilket kontext han eller hon blir intervjuad. För att försöka uppnå så god reliabilitet som möjligt har jag försökt hålla mig kritisk till mitt eget material då jag intervjuat ett fåtal professionella om ett problem som är utbrett över hela Sverige. Det jag var ute efter i mitt insamlade av material var erfarenheter som

de professionella fått genom sina jobb. Mitt syfte med uppsatsen är att belysa professionellas bild av ungdomars psykiska ohälsa i relation till individualismen. Detta är ett fenomen som lättast fångas genom kvalitativ intervju där chansen till följdfrågor och utvecklande av svar är möjligt.

## 4.5 Tillvägagångsätt vid analysarbetet

Vid intervjuerna använde jag en diktafon för att spela in samtalen. Det som är bra med att spela in intervjun är att tillförlitligheten på materialet höjs. Samtidigt flyter samtalet på ett mer naturligt sätt jämfört med om jag skulle tagit anteckningar för hand. Både jag och den intervjuade känner oss mer avslappnade och möjlighet att fördjupa sig mer i vissa frågor är lättare. Dessa inspelningar har sedan transkriberats och kodats i teman som anknöts till mina intervjufrågor. De teman som analysen utgår från är:

- *Psykisk ohälsa – ett normalt tillstånd?*
- *Psykisk ohälsa ur olika perspektiv.*
- *Oändliga möjligheter med stor prestationsångest på köpet.*

Att transkribera sitt material höjer tillförlitligheten i materialet då risken för att något viktigt faller bort minimeras. Själva kodningen genomförde jag genom att skriva ut allt intervjumaterial och stryka under de olika temana med olika färgpennor. När jag sedan strukit under klippte jag ihop de gemensamma temans resultat med hjälp av dataprogrammet Word. I mitt analysarbete har jag analyserat resultaten utifrån mitt teoretiska perspektiv och jämfört resultaten med tidigare forskning.

## 4.6 Etiska överväganden

Humanistiska samhällsvetenskapliga forskningsrådet har antagit ett antal forskningsetiska principer. Dessa ska utgöra en vägledning för forskare och ge underlag för etiska reflektioner och antaganden när det gäller den aktuella forskningen. Man talar om fyra olika huvudkrav och dessa är informationskravet, samtyckeskravet, konfidentialitetskravet och nyttjandekravet. (Vetenskapsrådet

2011)

När det gäller informationskravet föll det sig naturligt att ge information om min uppsats då jag tog min första kontakt med de professionella om deras intresse av att bli intervjuade. Jag mejlade med min förfrågan ut ett informationsbrev som innehöll dels information om uppsatsen syfte men också information om de etiska överväganden jag gjort (se Bilaga 1). Vetenskapsrådet (2011) menar att man ska informera om eventuella obehag eller risker med att delta i studien och där känner jag mig säker på att dessa risker är små. Ämnet jag intervjuar de professionella kring är något som berör deras arbete och inte dem personligen. Genom att förbereda och förklara de enklaste sakerna har man mycket vunnit enligt Aspers (2007). Därför var jag noga med att redan i informationsbrevet skriva att jag ville banda intervjun. Detta har dock inte varit något problem då ingen av de intervjuade nekade att bli inspelad.

Samtycke för att bli intervjuad kommer automatiskt då den professionella tackar ja på min förfrågan. I informationsbrevet gjorde jag intervjupersonen uppmärksam på att hon eller han hade rätt att avbryta sin medverkan när helst hon eller han ville, vilket är ytterligare en regel som Vetenskapsrådet (2011) ställer upp. Även om jag anser att intervjumaterialet inte innehåller några etiskt känsliga uppgifter har jag ändå valt att anonymisera deltagarnas namn. Detta rör konfidentialitetskravet där även krav på god hantering av det insamlade materialet krävs (*ibid.*). Det fjärde och sista kravet gäller nyttjandet av de data jag har samlat in. Jag kommer att efter avslutad opponering och godkännande av uppsatsen förstöra mitt intervjumaterial och därmed förhindra att det används i något annat syfte än vad det är avsett för (*ibid.*). Vid varje intervjutillfälle har jag upplyst den intervjuade om att han eller hon får höra av sig när som helst om det uppstår någon form av oklarheter eller missförstånd. Dessutom informerade jag om var och när de kommer att få ta del av det färdiga resultatet.

När det gäller etiska överväganden i övrigt så är det av stor vikt att förhålla sig öppen för de olika data som samlas in och inse att det finns olika verkligheter eller perspektiv av verkligheten (Andersson & Swärd 2008). Som uppsatsskrivare har jag makten att tolka mina data och kategorisera intervjusvaren. Att ständigt vara självkritisk är svårt eftersom vi, oavsett om vi vill

det eller inte, styrs av inlärd kognitiva mallar som vi applicerar på vår omvärld för att förstå den (*ibid.*). Det jag har kunnat göra för att få min uppsats trovärdig är att föra ett kritiskt och medvetet resonemang om just svårigheten att tolka rättvist.

## 5. Resultat och Analys

I detta avsnitt kommer jag att redogöra för mina intervjuresultat samt analysera dessa. Upplägget på detta avsnitt kommer att se ut på följande sätt. Först redogör jag för de teman som framträtt under kodningsarbetet. Därefter redogör jag för resultaten inom varje tema. Efter varje avhandlat tema kommer en sammanfattande analys. Jag varvar alltså resultat och analys med varandra. Från följande teman utgår min redovisning av resultaten:

- *Psykisk ohälsa – ett normalt tillstånd?*
- *Psykisk ohälsa ur olika perspektiv.*
- *Oändliga möjligheter med stor prestationsångest på köpet.*

### 5.1 Psykisk ohälsa - ett normalt tillstånd?

Inledningsvis bad jag de intervjuade att fritt definiera vad de ansåg vara psykisk hälsa och psykisk ohälsa. Sammanfattningsvis tyckte de att det var svårt att med några få ord beskriva vad det är att må bra och att må dåligt. De menade att det är högst individuellt och att varje person för sig endast kan definiera vad som är psykisk hälsa för dem. Breda och allmänna beskrivningar förekom som till exempel:

*”...någon form av välbefinnandebegrepp.”(Ankie)*

*”Då tänker jag att man mår bra.”(Maj)*

*”...när man känner att man kan balansera tillvaron.”(Rut)*

Något annat som återkom i definitionerna av psykisk hälsa och ohälsa var uttryck om att det handlar om att hitta en balans i sin tillvaro. När det gäller målgruppen ungdomar pratar intervjupersonerna om att det i deras fall handlar om att klara av skolgången, ha ett bra umgänge, en bra fritid och goda relationer när det gäller vänner och familj. Alla pusselbitar ska fungera. Men en viktig synpunkt här är att dessa bitar ofta är en naturlig del av livet för de flesta ungdomar och intervjupersonerna menar inte att alla dessa områden kan vara på topp konstant.

Det handlar istället om att kunna hantera med- och motgångar. Att ha rätt verktyg att hantera obalans i tillvaron. De intervjuade konstaterar på flera ställen att livet inte går på en rak linje med medgångar och vind i ryggen utan innehåller både upp- och nedgångar. Det är det som är livet. Dessutom ser flera av intervjupersonerna det som en sund eller naturlig reaktion att personen ifråga mår dåligt om "livet drabbar en". Vera uttrycker psykisk ohälsa så här:

*"Psykisk ohälsa är väl ändå när det tar överhanden i livet. Att man inte kan hantera motgångar..."*(Vera)

Dan och Vera talar om att kunna hantera medgångar och ta vara på möjligheter. Att kunna skaka av sig det negativa och suga åt sig av det positiva. Dan säger:

*"En del människor tar ju till sig det negativa på ett väldigt starkt, jag menar även om det är tio positiva saker och en negativ så är det det negativa som tillåts dominera dig."*(Dan)

Å ena sidan säger flera av de intervjuade att det är mer accepterat att må psykiskt dåligt idag, både utifrån vad de själva tycker men även hur de upplever ungdomarnas känslor inför att de mår dåligt. Det är inte skambelagt som det förr anses ha varit och de unga är duktigare på att söka hjälp:

*"Det är mycket mer okej att ta hjälp. Att gå till en psykiater eller psykolog eller kurator eller så."* (Vera)

Men å andra sidan får de professionella arbeta med att normalisera de ungas känslor. De menar nämligen att de unga tenderar att må dåligt över saker som de professionella anser vara delar av livet. Att livet ska gå uppåt och ständigt vara på topp är en föreställning som flera av de intervjuade tycker sig se hos de unga. Maria på ungdomsmottagningen säger att hon med jämna mellanrum får förklara för en del ungdomar som mår dåligt att livet är en berg- och dalbana. Dan menar att han tycker att ungdomar mår dåligt över saker som är livet. Han jämför med hur det var förr och tycker att vissa saker som unga mår dåligt över idag är banalt och något som man förr i tiden aldrig skulle söka hjälp för. Han tar ett drastiskt exempel:

*”Jag tror att tidigare har man inte haft, alltså man har ju mått dåligt men det har varit en del av livet.(...)Tar det slut med kärleken så är man ledsen som fan och förtvivlad och allt vad det är för någonting. Men idag lägger ju folk in sig på psyk! Skräckexemplaret då: 'Nä, jag klarar inte av det här, min relation är slut, jag tar livet av mig!'.”(Dan)*

Även om de flesta jag intervjuat medger att det ofta handlar om en naturlig reaktion när en ungdom mår dåligt så vill de också säga att det är av stor vikt att man som professionell ändå tar oron på allvar. Att nonchalera och vifta bort problemen genom att bara säga att allt är naturligt och normalt, menar de, skulle vara att kränka ungdomen. För även om allt är relativt när det gäller former av problem så är det upplevda problemet hos var och en av individerna ett problem som personen ifråga mår dåligt av. Det verkar dock vara många ungdomar som lugnas av att få höra att de inte är onormala. Då flera av intervjupersonerna säger att de ibland räcker med ett kort samtal hos vissa ungdomar som är oroliga för att få dem att inse att de inte är konstiga eller onormala:

*”Så ibland behöver dom bara ett samtal om att, eller några samtal om att, alltså, vad är en oro. Och vad kan jag göra åt den själv, hur kan jag bemästra detta, hur kan jag lära mig av mina missatg. Att man reflekterar över, och det brukar lugna väldigt många.”(Ankie)*

### 5.1.1 Sammanfattande analys

I likhet med intervjupersonerna har flera andra svårt att hitta en enkel förklaring av psykisk hälsa. World Health organizations (2011) definition som jag tidigare refererat till är allmän och bred i sin form. WHO beskriver psykisk hälsa som bland annat frånvaro av psykisk sjukdom samt att ha förmåga att utnyttja sin fulla potential och förmåga att hantera vardagsstress. Något de båda beskrivningarna har gemensamt är att båda tar upp just hanteringen av livet som en viktig punkt i att må psykisk bra. Flera av intervjupersonerna nämner att det är av vikt att hitta verktyg att hantera livets motgångar med på ett bra sätt. Att hitta en balans i tillvaron. I Folkhälsorapport 2009 (Socialstyrelsen 2009) finns förklaringar på vad psykisk ohälsa innebär. Allt från oro, ångslan och ångest till allvarigare



depressioner och självmord tas upp som exempel på en dålig psykisk ohälsa i rapporten, alltså en bred skala av olika symtom. I SOU 2006:77 förs ett resonemang om att sättet som människor framställer psykisk ohälsa på har förändrats och blivit mer oklar i och med den individualistiska samhällsutvecklingen. saker som förr varit självklara har börjat ifrågasättas och genom ifrågasättandet skapas en mångfasetterad bild. Inställningen och begreppsförklaringen till psykisk ohälsa har enligt utredningen därför med största sannolikhet börjat ifrågasättas mer och därför blivit svårare att förklara. Var och en har en egen bild av vad psykisk ohälsa är för dem. Därmed kan de professionellas svårigheter med att ge en enkel definition av psykisk ohälsa och hälsa delvis förklaras. Samtidigt som var och en får möjlighet att själva definiera psykisk ohälsa så gör det också att det inte längre finns någon fast ram att utgå från.

Uttrycket *flytande modernitet* eller *flytande liv* som Bauman (2005) myntat ger uttryck för samma sak. Han uttrycker som sagt att ungdomar idag tenderar att må dåligt av saker som hör till livet. Det är å ena sidan mer okej att må dåligt idag, enligt de professionella, men det är också så att fler problem inryms i begreppet psykisk ohälsa på grund av de *flytande* gränserna. Samtidigt talar Giddens, i Giddens och Griffiths (2007), om den *sociala reflexiviteten* som individer idag ständigt tvingas till, som han menar gör att individer reflekterar mer över sina livsomständigheter. På samma sätt tar Gillberg (2010) upp olika reflexiva förhållningssätt som ungdomar idag intar för att hantera omvärlden. Detta kan i sin tur ge upphov till att ungdomarna reflekterar mer över sitt psykiska välbefinnande och därav blir känsligare och kanske mer medvetna om sina känslor. Detta tillsammans resulterar i att de professionella till viss del får jobba med att normalisera de ungas känslor av att de mår dåligt. Eftersom de unga både har svårt att definiera sina känslor och ständigt breddar skalan av psykisk ohälsa kan det göra att de känner sig onormala och ensamma om sin problematik. När de sedan får det lugnande beskedet om att de inte är ensamma om sina känslor känns det ofta bättre menar de professionella. Detta talar Bauman (2002) om som ett vanligt förekommande handlingsätt i det förvirrande individualistiska samhället, att man söker tröst i att andra känner likadant för att sedan återgå till att kämpa på i sin ensamhet.

## 5.2 Psykisk ohälsa ur olika perspektiv

Vid intervjuerna fick jag en blandad problembild som de professionella arbetar med. Mycket av problemen återkom i intervjuerna men en hel del skiljde sig också åt. De olika arbetsplatserna som de professionella har skiljer sig också åt dels i form av olika skolor med olika program. På de skolor där det fanns en större blandning av teoretiska och praktiska program var också blandningen av problem större. Rut beskriver till exempel sin skola som en spegling av samhället där alla grupper är representerade.

För att ge en bild av vilka problem de intervjuade arbetar med så nämner jag här några exempel som framkom under intervjuerna. Bland annat pratades det om depressioner, ätstörningar, våld inom familjen, ångest, oro, dålig motivation, oro inför framtiden, sömnproblem, frånvaro från skolan, kriminalitet, ekonomiska problem, relationsproblem, självskadeproblematik, oro för felval, dåliga matvanor, diagnoser, panikångest och fobier. Med andra ord en uppsjö av problem. Viktigt att poängtera här är att de olika problemen finns i olika omfattning och nämndes i olika grad hos de intervjuade. Problem som exempelvis ätstörningar, hedersproblematik och djupa depressioner menar alla intervjupersoner är ganska sällsynt men det finns alltid enstaka fall. Så här uttrycker sig exempelvis Rut om tjejer med ätstörningar:

*”De säger jag! Det låter som att det är varannan, så är det ju tack och lov inte! Men det finns ju de som gör det.”(Rut)*

### Kunskap och okunskap

Allmän oro och ångest är vanligt förekommande som problem hos de unga enligt de intervjuade. Ångesten kan vara av olika grad och ta sig olika uttryck. Dan säger att det mest utbredda problemet hos hans elever är de allmänt låga förhoppningarna:

*”Och sen annars det allvarliga är väl just det här att en hel del är ganska låga alltså ser inte framtiden speciellt positivt, trivs inte speciellt med skolan, har inga alternativ, har liksom inget...”(Dan)*

Även Ankie tycker sig, med sin långa erfarenhet inom yrket, se en ökning av oro och ångest hos de unga. Rut tar upp åkomman panikångest och menar att hon tycker sig se att detta blivit vanligare. Hon resonerar också med sig själv om anledningen till dess ökning:

*”Och sen en annan grej det här med panikångest, det hör jag ganska ofta nu också. Alltså då i form av någon fobi eller panikångestattacker, att man beskriver det. Sen om det har ökat nu jämfört med förr eller om det bara är så att nu vet man vad det heter och vad det kallas men det har alltid funnits. Det vet jag inte. (...) Men det kan jag höra rätt så ofta, panikångest.” (Rut)*

Ankie i sin tur pratar om ordet ångest och menar att det används alltmer och i sammanhang där det kanske inte behållit sin ursprungliga betydelse. Liknande resonemang för både Maj och Maria om ordet depression:

*”...alltså det går lite inflation i det här. Ibland är det inne att vara deprimerad. Och det är så många som kan komma och säga: 'Åhh jag känner mig så deprimerad.' Men alltså det är okej. Då får man ju förklara för dem att det är okej att vara ledsen och nedstämd. Det kan alla vara. Men att vara deprimerad är något helt annat än att vara ledsen och nere för någonting.”(Maj)*

## Skillnad i psykisk hälsa

När jag frågade vilken typ av psykisk ohälsa de professionella kommer i kontakt med i sitt arbete fick jag delvis skilda svar. Ankie som jobbar på en skola för 900 elever och blandade program menade att det mest omfattande problemet var de högpresterande flickorna. Det finns en grupp tjejer på hennes skola som lever med mycket stress, press och krav på sig. Ankie menar att detta är ett problem där oftast bara personen själv blir drabbad eftersom det är flickan som ställer kraven på sig själv. Bland annat finns det tjejer som vill läsa närmare 3000 poäng istället för de 2500 som är gränsen för en godkänd gymnasieutbildning. Liknande problem finns på den skola där Rut arbetar, hon har liksom Ankie en skola med 900 elever och blandade program. Hon säger att problemet är mest framträdande hos de elever som går teoretiskt inriktade program samt idrottprogrammet. Men

Rut säger samtidigt att hon tror att det i denna grupp finns ett stort mörkertal med ungdomar som inte mår bra. Just denna grupp av ungdomar, tror hon, inte anser sig ha problem eller vara lika benägna att söka hjälp. Hos Maria som jobbar på ungdomsmottagning, där det till stor del kommer tjejer och söker hjälp, är pressen också det största problemet. Hon menar att pressen kan komma både från tjejerna själva men också från media, skola, vänner och familj. En press om att prestera med så goda resultat som möjligt så ofta som möjligt.

På skolan där Maj arbetar som kurator och där det bara finns praktiska program ser bilden annorlunda ut. Hon menar att de högpresterande flickorna knappt finns på hennes skola. Det mest framträdande problemet för hennes del är dålig motivation hos eleverna. Hon talar om hög frånvaro, ekonomiska problem och i vissa fall kriminalitet vilket gör att just hennes svar skiljer sig från de andra som jag intervjuat. Maj menar att det överlag inte finns särskilt mycket tung problematik och att det mest framträdande problemen är just dålig motivation när det gäller skolarbetet vilket hon tror sig höra samman med omognad och dålig självinsikt hos eleverna.

*”Det är nog mer ibland att elever har dålig självinsikt. För ibland så säger de ’Ja men jag är på lektionerna men jag får ändå inget betyg!’, ’Nä men vad gör du på lektionerna?’. Nä då kanske de bara sitter där med sin mobil. De har ingen insikt i vad de själv gör, sin egen del.”(Maj)*

### 5.2.1 Sammanfattande analys

I mina intervjuresultat framträder alltså en uppsjö av problemtyper som de professionella möter i sitt arbete. Problemen finns i olika stor omfattning och några är mer framträdande än andra. I Folkhälsorapport 2009 (Socialstyrelsen) visar det sig att den psykiska ohälsan ökar i alla grupper oavsett socioekonomiska förhållanden, arbetsmarknadsstatus, familjeförhållanden och födelseland. Detta kan ge en förklaring till den mångfacetterade bild som de professionella återger. I rapporten (Socialstyrelsen 2009) står det att problemen är av olika art i de olika nämnda grupperna. På Ruts skola, där blandningen på elever är stor när det gäller både programutbudet på skolan men även elevernas härkomst och

socioekonomiska status, märks också den mångfacetterade problembilden av på ett annat sätt. Hon uttrycker det som att hennes skola avspeglar samhället och därmed kan en analys vara att problemen därför också blir mer blandade utifrån det som skrivs i Folkhälsorapporten 2009 (Socialstyrelsen).

Intervjupersonerna som har en något längre erfarenhet av att arbeta med ungdomar menar att de ser en ökning av oro och ångest. Detta har de troligtvis belegg för att tro då flera källor ger indikationer på detta (Socialstyrelsen 2009; SOU 2006:77). Även Bremberg (2007) gör hänvisningar till flera olika studier som visar på en ökning av den psykiska ohälsan bland unga (Danielson 2003; Forsell & Dalman 2004; Grufman et al. 1999; Hagquist et al. 2004; Rahmqvist & Carstensen 1998; Statistiska Centralbyrån 2006). Vad som står som orsak bakom ökningen är dock mer oklart enligt de intervjuade. Ett återkommande resonemang bland flera av intervjuerna finns dock. Detta resonemang handlar om att orsakarna till ökningen är både ökad kunskap och, motsägelsefullt nog, okunskap kring psykisk ohälsa och olika symtom. Alltså ökad kunskap om vad ångest, panikattacker och depressioner är för något kan påverka upplevelsen av att dessa problem ökar eftersom allt fler därmed kan sätta ord på det de känner. Men de professionella menar samtidigt att vissa använder begreppen slentrianmässigt och inte tänker eller förstår ordets egentliga innebörd. Båda dessa resonemang talar för att problembilden därför ökar men i själva verket har kanske problemen alltid funnits. I Folkhälsorapport 2009 (Socialstyrelsen) dras en slutsats som berör detta. Faktum är att både de självrapporterade psykiska besvären och besvär som kräver sjukhusvård och slutna psykiatrisk vård har ökat. Därmed dras slutsatsen, i rapporten (Socialstyrelsen 2009), att orsaken till ökningen inte endast kan förklaras med att ungdomar förhåller sig annorlunda och därför uttrycker sig på ett annorlunda sätt som får det att se ut som att besvären ökat. I stället anses det att orsakerna till ökningen bör sökas på en strukturell nivå där många ungdomar berörs av samma problematik. Till exempel samhällsförändringar eller kulturella aspekter.

Den intressanta skillnaden som upptäcktes mellan de elever som går på praktiska program jämfört med teoretiska kan analyseras med hjälp av Landstedts (2010) avhandling kring genus- och klasskillnader i psykisk ohälsa. Dels för att det går övervägande killar på de program som Majs skola erbjuder och

dels för att Maj ger uttryck för att vissa av hennes elever har ekonomiska problem som ingen av de andra intervjuade har gett lika mycket uttryck för. Procentuellt sett är skillnaderna relativt stora mellan de olika könen när det gäller uppmätning av psykiska besvär (Socialstyrelsen 2009). Men vad som sen ligger till orsak till besvären och hur de yttrar sig skiljer sig också enligt de professionella. Landstedt (2010) menar att både tjejer och killar ser prestationer i skolan som ett jobbigt krav kopplat till stress, men att killar verkar hantera stressen annorlunda än tjejer. Dessutom känner tjejer mer press när det gäller utseende, vikt och sociala relationer. Även Wiklund et al. (2010) har i en studie kommit fram till att tjejer har en annorlunda press på sig än killar. Hon kommer i sin artikel fram till tre olika stressorer som verkar vara väsentliga i sammanhanget. Den första av dessa tre stressorer ger Ankie, Maria och Rut uttryck för när de beskriver ”prestationstjejerna”. Den första faktorn är kopplad till moderniteten och innebär att tjejer känner stress över att ständigt handla så rationellt och effektivt som möjligt. Ankie nämner exempelvis tjejerna som vill läsa mer poäng än vad som behövs för en godkänd gymnasieutbildning. Maria säger att hon ofta får säga till tjejer att livet inte kan vara på topp ständigt och att prestationerna inte alltid kan vara de bästa. De andra två stressorerna är kopplade till genusordningen och hanteringen av brytningspunkten mellan barn- och vuxenvärlden. Dessa två faktorer har inte intervjupersonerna givit lika starka indikationer på som orsaker till psykisk ohälsa hos ”prestationstjejerna”.

## 5.3 Oändliga möjligheter med prestationsångest på köpet

### Rimliga och orimliga krav

På flera sätt har alla intervjuade pratat om prestation och press som de unga lever under och att detta påverkar till en dålig psykisk hälsa. Pressen och kraven kommer från flera olika håll. Skolan är en komponent, ungdomarna själva en annan samt media och internet en tredje.

Dan och Vera tar upp det faktum att svensk skola för tillfället befinner sig i blåsväder. Eleverna tappar i studieresultat och motivation. Maj tar

upp problemet med att hennes elever inte finner någon motivation och halkar efter i studierna och därmed mår dåligt. Men å andra sidan är de nöjda med ett godkänt betyg och är inte alls lika stressade som Ankies ”prestationstjejer” verkar vara. Ankie tycker dock att skolan aldrig ställer några orimliga krav. När det gäller dessa tjejer handlar det om deras egna orimliga krav på sig själva. Hon är trött på att skolan alltid ska pekas ut som det svarta fåret när det kommer till ohälsan hos unga. Hon menar att skolan till skillnad från annat är väldigt förutsägbar och inte ställer några orimliga krav. Dan resonerar också kring kraven som ställs på eleverna från skolans håll:

*”Men den skola jag gick i, jag säger inte att den var bättre på något sätt, vi gick alltid från åtta till halv fyra i princip. Varenda jävla dag. Vi hade alltid tre, fyra läxor i olika språk, matte, fysik. Och man satt ju på helgerna och pluggade och framförallt sista året...(…) Och det var ju aldrig någon som pratade om stress och att det var orimliga krav. Och idag, tittar jag krasst på det, så har man betydligt mindre av de kraven på sig idag. Men ändå upplever man att det är så jobbigt och man måste underlätta. Det är en obalans i det...”* (Dan)

När det kommer till de ungas förväntningar på sig själva anser de professionella att tjejer tenderar att må sämre än killar eftersom de inte anser sig leva upp till sina krav på ett bra sätt. Det kan handla om både skolprestationer, viljan att passa in, utseendet och att i största allmänhet vara en lyckad människa. Både Ankie, Rut och Vera säger att ungdomar idag jämför sig med varandra och lägger mycket tid på sitt utseende och hur de uppfattas av andra och därmed triggas varandra till en psykisk ohälsa. De har konstiga och helt omöjliga förväntningar på sig själva som de tycker att de ska leva upp till, speciellt tjejerna. Även Vera tar upp problemet bland de studenter hon möter:

*”Man har ju kanske också någon föreställning av hur ens studietid ska vara. ’Jag ska plugga och det ska gå skitbra’, ’Jag ska ha massor med vänner och vi ska vara ute och festa, jag ska vara aktiv i nationer, jag ska vara aktiv i massa föreningar och så ska jag hitta*

*mannen eller kvinnan i mitt liv'. Och sen så då när ingenting funkar. Plugget funkar inte, för det var inte alls vad du hade tänkt dig. Du hade en bild av hur det är att läsa på universitetet som inte stämmer överens med verkligheten. Att hitta de där rätta sammanhangen var inte så himla enkelt som man hade tänkt sig.”(Vera)*

Det är upplagt för ett misslyckande! Både Maria och Vera ger uttryck för att det finns en slags prestationsångest i att vara lyckad och lycklig. Jag frågar Maria på vilket sätt samhället kan påverka de unga idag och hon svarar bland annat:

*”Det är ju både media och överallt som den bilden finns. Att man ska vara så himla perfekt på alla områden!”(Maria)*

När jag frågar Vera om hur hon anser att ungdomar mår generellt sett idag så säger hon såhär:

*”Väldigt mycket en fixering kring lycka, att man ska vara lycklig och att man ska lyckas. Att det finns ett väldigt stort prestationskrav idag kan jag tycka. Det har funnits tidigare också men det har befunnit sig på en annan nivå. Det har inte varit så genomsyrat liksom. Det kan jag nog tycka är...Det här med prestationen och att lyckas.”(Vera)*

Något som ytterligare ökar på stressen och prestationsångesten hos de unga är olika former av uppkoppling, via nätet eller mobiltelefoner och dylikt. Det är något som alla intervjupersoner tar upp som en stressfaktor hos unga. Genom en ständig matning av information om hur andra lever och hanterar livet blir de unga stressade för att de ständigt jämför med varandra. De bli också matade med information om olika valmöjligheter de har. De tar ställning till saker, stora som små, hela tiden. De känner en stress över att riskera att ”missa något” om de inte håller sig uppkopplade:

*”Det här med att hela tiden vara tillgänglig. Man ska både vara uppkopplad på facebook och liksom mobilen på dygnet runt. Det tror jag påverkar jätte mycket!”(Maria)*



*”...och det här att man ska inte missa saker. Man ska vara på alla fester och man måste vara överallt för annars kan man missa någonting!”(Maria)*

*”...att man ska vara uppkopplad hela tiden. Jag menar när man sitter med många ungdomar så sitter ju många med sin mobil och nästan flipprar med den hela tiden. Det är ju som en tröstnalle eller napp eller vad du vill och de är jätteororliga för att inte bli nådda.”(Dan)*

Maria brukar ibland be de ungdomar som känner stress inför detta att testa att stänga av mobilen och testa att inte gå in på Facebook under en period. De flesta menar hon, känner sig då ganska befriade.

## Valfrihet på gott och ont

När jag ställt frågor om hur det är att vara ung idag, hur unga överlag mår idag och hur olika samhällsfaktorer påverkar de ungas psykiska hälsa så har en gemensam nämnare varit att de intervjuade anser att unga ställs inför alldeles för många val vilket skapar förvirring och frustration. Det handlar om allt från att välja kläder på morgonen, välja umgängeskrets, välja gymnasieprogram, välja politiska åsikter, välja mobiltelfon, välja statusrad på facebook till att välja vad du ska bli när du blir stor. Det finns två olika sätt som unga hanterar detta på, enligt de professionella, antingen blir de jättestressade eller så blir de helt likgiltiga och bryr sig inte. Inget av alternativen är bra för den psykiska hälsan.

Dessutom finns delvis en rädsla för att göra felval. Där svarar intervjupersonerna lite olika. Maj menar att hennes elever inte känner så stor oro inför dessa felval. Eleverna tänker istället att det är lätt att åtgärda i efterhand och välja om. Medan flera andra intervjupersoner menar att, i synnerhet de prestationsinriktade eleverna, är rädda för att göra felval eftersom de vill att vägen mot målen ska vara spikrak. De studenter som kommer till Vera står i en något annorlunda situation än vad gymnasieeleverna gör, eftersom det studerar under andra förutsättningar. De betalar för att studera och gör en investering som de vill ska bli lönsam. När jag frågar Vera om hon träffar många studenter som känner oro inför att göra felval säger hon såhär:

*”Allting tickar ju också va. Tiden tickar, studiemedlen tickar, relationerna tickar.” (Vera)*

En av anledningarna till att unga känner oro för att välja fel tror en del intervjupersoner är att ungdomar försöker välja så smart som möjligt, de väljer det alternativ som är mest gynnsamt för framtiden. Ankie och Rut menar att de gärna skulle vilja att vissa ungdomar valde lite roliga kurser istället för att bara läsa det de kan ha nytta av i framtiden. Att emellanåt slappna av och ha roligt är det en del ungdomar som glömmer, just för att de är prestationsinriktade konstant. Ankie säger så här:

*”Och ibland skulle jag önska att en del inte tog det där tunga ämnet som är jättebra att de läser. 'Varför tog du inte bollspel eller matlagning?' Att få lov att göra skolan till en plats där man får lov att bara må bra. Men det gör ju inte vissa, de tar ju alltid de där duktigkurserna.” (Ankie)*

Dan och Vera pratar om att många av de val unga, och människor i allmänhet, gör idag är så kallade *falska val*. Det är val som egentligen inte är så viktiga men som ändå anses vara viktiga att ta ställning till. Dan tycker att fokus ligger på fel saker och att valen ofta tenderar att handla om yta och mindre innehåll:

*”Du har väldigt många val att göra. Alldeles för många skulle jag vilja säga. Men egentligen är dom ganska ointressanta, det läggs massa energi och kraft på saker som egentligen inte skulle behöva grunna på. Det blir någon sorts våt filt över tankar och du tar bort väldigt mycket av det som är viktigare att ägna sig åt.”(Dan)*

Vera säger att vi aldrig får chans att vila från det stora informationsflödet som vi matas med dagligen. Ett flöde som matar oss med massor av information som vi måste ta ställning till om det är viktigt för oss eller inte. Hon tror att många skulle må bra av att stanna upp och tänka efter vad som egentligen är viktigt i livet.

### 5.3.1 Sammanfattande analys

Till att börja med visar det sig på olika sätt att skolan är en källa till att många unga känner sig stressade på olika sätt. Det finns en skillnad i hur Majas elever

upplever stressen av att prestera i skolan kontra ”prestationstjejerna”. Även om Ankie poängterar att hon inte tycker att det är skolans krav i sig som gör att hennes elever blir stressade så upplever tjejerna själva en stress över att prestera. När Majs elever inte finner motivation till att prestera är ”prestationstjejerna” stressade över att resultaten inte blir tillräckligt bra. Precis som Wiklund et al. (2010) också kommer fram till i sin artikel så finns det skillnader i hur killar och tjejer hanterar press. Tjejer tenderar att må sämre då de inte känner sig nöjda med en prestation och de tenderar också att ha högre krav på sig själva vilket resulterar i fler misslyckanden, enligt dem själva, än killar.

I SOU 2006:77 framställs en bild som stämmer överens med de intervjuades, av att ungdomarna själva säger att skolan och dess krav om goda prestationer är en stor anledning till varför de känner sig stressade. Utredningen (*ibid.*) och även Bremberg (2007) tar upp det faktum att ungdomar överlag tycker att de lever i ett slags prestationssamhälle och de känner press från flera håll. Detta ger även de intervjuade uttryck för, de menar att unga känner ett överhängande krav om att vara lyckade människor. Därmed finns det kanske en poäng i det Ankie säger om att skolan får ta för mycket av ansvaret när det gäller ungdomarnas ohälsa. I själva verket handlar det kanske om en prestationspress utanför skolan och inte i själva skolarbetet i sig. I utredningen (SOU 2006:77) har det kommit fram att ungdomar känner mer stress än frihet över de många valmöjligheterna som finns idag, vilket talar för att det i ”prestationstjejernas” fall kanske inte handlar om orimliga krav från skolan utan deras egen press på sig själva. Samtidigt som ungdomarna i SOU 2006:77 menar att de inte vill ha en annorlunda situation så menar de att de har svårt att hantera den stora frihet i alla möjligheter som står till buds.

Detta resonemang går att applicera till Baumans (2002) teori om den evigt pågående balansvågen mellan *frihet* och *trygghet*. En lycklig individ är en fri individ enligt Bauman. Att vara fri innebär i sin tur att en människa kan ”handla på sin plötsliga ingivelse”. De unga tjejerna som strävar efter att vara så lyckliga och lyckade som möjligt försöker kanske, genom att läsa så många poäng som möjligt, att hålla alla vägar öppna för att ha möjlighet till att ”handla på sin plötsliga ingivelse”. De försöker dra nytta av individualismens faktiska möjligheter men istället tippas vågskålen över åt andra hållet, vilket resulterar i att

tjejerna känner sig otrygga och förvirrade. Bauman (*ibid.*) menar att ju mer frihet vi vill uppnå desto längre bort från tryggheten kommer vi. Lever man ett liv efter alla normers regler och på de redan nedtrampade vägarna är risken mindre för att du ska känna denna förvirring men du drivs sannolikt till tristess. Bauman (*ibid.*) hävdar därför att denna balansgång mellan frihet och trygghet kommer att fortgå i all evighet. För att hantera situationen på ett adekvat sätt bör du istället lära dig hantera balansgången. Han säger också att denna balansgång bidrar till att samhället aldrig stelnar utan håller sig dynamiskt och därmed är nödvändig.

Något annat som tas upp i SOU 2006:77 som en källa till stress, som också går att koppla till just valmöjligheter, är den individualistiska samhällsprocess som ungdomarna lever i. Detta kan förklara de båda gruppernas olika reaktioner på stress. I Gillbergs (2010) avhandling genomförs en studie med hjälp av intervjuer med dels ungdomar som jobbar på en monteringsfabrik och dels ungdomar som är antagna till ett entreprenörsprojekt. Han ser att dessa två grupper hanterar de individualistiska villkoren, som de lever under, på helt olika vis. Gillberg (*ibid.*) skriver också om de oändliga möjlighetshorisonterna och hur de olika grupperna hanterar dessa. En skillnad som kan appliceras på den skillnad som uppstått i mitt empiriska material mellan ”prestationstjejerna” och de omotiverade eleverna som går på Maj:s skola. Detta illustrerar två olika förhållningssätt som ungdomar idag intar för att hantera individualismens villkor. ”Prestationstjejerna” ser möjligheterna som enorma och har självförtroende nog att också utnyttja dem. Men i gengäld blir de utmattade och lever under ständig prestationsångest för de vet med sig att de ständigt kan göra mer och göra bättre.

De omotiverade eleverna på Maj:s skola kanske i likhet med Gillbergs (2010) intervjupersoner känner att den breda möjlighetshorisonten finns men på grund av dåligt självförtroende och den dåliga motivationen orkar och vågar de inte försöka att ta sig an möjligheterna. Precis som ”prestationstjejerna” lever de i den ständigt närvarande medvetenheten om vad de kan göra och vad de egentligen gör. Där skapas en ångest för båda grupperna men på olika sätt.

De sätt varpå de olika grupperna hanterar individualismens villkor beror, enligt Gillberg (2010), på vilka resurser de innehar och, i likhet med Landstedt (2010), vilken kontext de lever i. Det som skiljer sig mellan Maj och Ankies skolor är att det på Ankies skola är en blandning av teoretiska och

praktiska program medan det endast finns praktiska på Majs skola. Maj nämner också att dålig ekonomi kan vara ett problem för vissa av de elever som söker hjälp hos henne. Detta betyder att eleverna förmodligen har olika livskontext och olika resurser att tillgå när det gäller att dra nytta av den breda möjlighetshorizonten som existerar i och med den individualistiska samhällsutvecklingen.

Det som Bauman (2002) anser individualiseringsutvecklingen står för är att människor blir mer fria. I och med de stora valmöjligheterna blir det fritt fram att själv välja hur du vill leva ditt liv eller uppnå ditt livs *transcendens* eller mening. Gillberg (2010) gör ett resonemang om att de val som för ungdomar idag framställs som fria i själva verket är tvingande. Ungdomar känner sig ambivalenta inför valen om exempelvis utbildning. Aspekter om lönsamhet vägs in och ungdomen har inga garantier på om detta kommer bli ett fruktsamt val eller inte eftersom samhället snabbt kan förändras. Detta hanteras, enligt Gillberg (*ibid.*), på olika sätt. Antingen gör ungdomen ett försök till att hålla så många vägar som möjligt öppna och väljer breda utbildningar eller håller så många bollar i luften samtidigt som det är möjligt. Bakslaget med detta är utmattning menar Gillberg (*ibid.*) och det verkar vara just denna utmattning ”prestationstjejerna” råkat ut för. Det andra alternativet är att de blir likgiltiga och istället skjuter valen på framtiden. Giddens gör, i Giddens och Griffiths (2007), ett intressant påstående som kan bidra med ytterligare ett perspektiv på saken, nämligen att det faktiskt är nödvändigt att ta fler beslut idag än vad som tidigare gjorts. Giddens (*ibid.*) myntade begreppet *social reflexivitet* och menar med detta att individer ständigt måste väga sina val idag. I och med att utbudet och möjligheterna ökar krävs det mer av var och en när de ska välja tillvägagångsätt. När religion, tradition och seder försvinner följer även de utstakade vägarna med. Det finns inget givet sätt att hantera en situation på och därför krävs det mer av varje enskild individ. Dans och Veras resonemang om *falska val* blir i det här fallet intressant. De anser att det läggs för mycket tid på onödiga val och för mycket tid på att överväga om saker som är ganska oviktiga. Dan uttrycker det som att det i större utsträckning handlar om yta mer än innehåll vilket skulle kunna ses som en naturlig följd då ungdomar, som de till och med själva uttrycker det, känner sig stressade och förvirrade när det gäller de stora valmöjligheterna som finns. Giddens (*ibid.*) menar att vi lever i

en informationstid där vi ständigt matas med information. Att sedan lära sig att rensa bland informationen och hitta det som har något egentligt värde att ta beslut om är kanske därför svårt för de unga. Baumans (2002) begrepp *transcendensstrategier* kan ge ytterligare perspektiv. Han menar att varje individ ständigt söker *transcendens* eller annorlunda uttryckt, substans eller mening i livet. Alla individer har olika strategier och olika förutsättningar för att lyckas finna mening i livet. Om unga i detta sökande samtidigt matas med allt mer information och ett allt större utbud av valmöjligheter kan det tyckas vara upplagt för ett misslyckande eller åtminstone stora svårigheter att lyckas. Dessutom menar Bauman (*ibid.*) att individer står allt mer ensamma i sökandet och ramar bli allt mer *flytande* (Bauman 2005) för hur sökandet ska gå till på grund av individualismens framfart.

## Sammanfattning av resultat och analys

På flera sätt har jag kunnat jämföra mina intervjuresultat med tidigare forskning, bilden jag fått av de professionella stämmer på flera sätt överens med den bild tidigare forskning återger. Att psykisk ohälsa är ett svårdefinierat begrepp verkar de allra flesta överens om och i min analys reflekterar jag över om det inte blir än mer svårdefinierat när de flytande gränserna breder ut sig och de reflexiva förhållningssätten gör sig mer aktuella. Att den psykiska ohälsan finns i olika grupper på olika vis gör sig också synligt i intervjuresultaten och stämmer väl överens med tidigare forskning. Den psykiska ohälsans ökning och utbredning gör problemet stort och svårhanterligt och därmed är orsakerna svåra att fastställa. Ett intressant resultat från intervjumaterialet är att de flesta intervjupersonerna tenderar att normalisera den psykiska ohälsan. Detta resonemang har jag inte funnit i tidigare forskning men kan ändå se rimliga förklaringar till varför det förhåller sig på detta vis. I analysen förs resonemanget om att denna normaliseringstendens kan ses som en naturlig följd av att psykisk ohälsa som begrepp vidgas och allt mer räknas in under psykisk ohälsa. Det som kan ses som mest centralt i resultaten är intervjupersonernas fokusering kring valmöjligheter som en orsak till psykisk ohälsa hos de unga. Enligt tidigare forskning verkar framgångsreceptet för en god psykisk hälsa vara att ha rätt verktyg eller förutsättningar för att hantera de valmöjligheter som finns på ett adekvat sätt.

## 6. Slutdiskussion

Denna uppsats har skapat många funderingar och väckt intressanta resonemang för mig både i mötet med de professionella men också genom läsning av litteratur och tidigare forskning. Jag kommer i slutdiskussionen ta upp några av dessa intressanta tankar som uppsatsen gett upphov till hos mig. Jag vill dock börja med att återanknyta till mina frågeställningar för att kort tydliggöra hur dessa har besvarats i uppsatsen i samband med detta redogör jag för de slutsatser som kan dras efter avslutad uppsats.

Min första frågeställning löd: *Hur beskriver professionella den psykiska ohälsan hos unga idag?* På denna fråga har jag fått blandade svar från de professionella och problemen är av olika karaktär och skiljer sig mellan olika grupper. Ett intressant resultat på denna fråga var att de professionella tenderade att normalisera den psykiska ohälsan när de beskrev den. Min andra frågeställning var: *Vilka orsaker ser de professionella till den psykiska ohälsan hos ungdomar?* Ingen klar orsak kunde fastställas från de professionellas sida vilket stämmer väl överens med den tidigare forskning som presenteras i uppsatsen. Dock lyftes kraven om att prestera fram som en eventuell orsak. Dessa krav menade de professionella kom både från omvärlden och från ungdomarna själva. Den tredje frågeställningen löd: *Ser de professionella att den individualistiska samhällsutvecklingen har någon betydelse för de ungas psykiska ohälsa? Iså fall, på vilket sätt?* Föregående frågeställning verkar kunna kopplas till denna eftersom valmöjligheterna tas upp som en central orsak till följd av den individualistiskasamhällsutvecklingen. *Ser de professionella att kön har någon betydelse för de ungas psykiska ohälsa? I så fall på vilket sätt?* Överlag verkar tjejer må sämre än vad killar gör. Flera av intervjupersonerna ger uttryck för att det är fler tjejer som söker hjälp än killar. Vad detta sen har för orsaker har inte kunnat tydliggöras i denna uppsats. Resonemang kring genusordning förs i tidigare forskning men det är inget som kan fastställas i min empiri. Den enda skillnad jag eventuellt kan redogöra för är ”prestationstjejerna” och de omotiverade eleverna som går på Majs skola där det bara finns praktiska programinriktningar. Men detta behöver inte visa på skillnad i kön även om det går övervägande killar på Majs skola.

## 6.1 Problematisering kring normaliseringen

När det kommer till hur de professionella beskriver den psykiska ohälsan hos unga så visade sig en uppsjö av olika problem av olika grad. Det verkar som att begreppet psykisk ohälsa är brett och att många olika symtom ryms på skalan. Anledningen till att det är på detta vis verkar också vara intimt förknippat med de andra frågeställningarna jag utgick från i uppsatsen. Som jag kom fram till i min analys av resultaten verkar det som att begreppet psykisk ohälsa breddats just på grund av den individualistiska utvecklingen. De professionella och även tidigare forskning (ex SOU 2006:77) resonerar om att begreppet breddats på grund av att människor själva bestämmer vad som är psykisk ohälsa för dem. Ifrågasättandet har ökat och därmed kan psykisk ohälsas begreppsram också ifrågasättas och breddas. Dessutom tror jag, med visst medhåll av intervjupersonerna, att det idag är mer okej att må dåligt psykiskt. Tabun som tidigare funnits har lättat något och människor vågar säga att de faktiskt inte mår bra. Detta är på så sätt en positiv utveckling att fler vågar be om hjälp.

Att intervjupersonerna hela tiden normaliserar den psykiska ohälsan hos de unga kan samtidigt bli riskabelt. Givetvis anser de det vara viktigt att inte nonchalera och förminska de ungas känslor men samtidigt känner de att de måste prioritera sitt arbete där det behövs som mest, vilket är förståeligt då det är många som söker hjälp och tiden ofta är knapp. Svårigheten i att göra en rättvist bedömning av individens problem är kanske inte det lättaste och det finns en risk i normaliseringen av problemen. I och med att den var så omfattande hos samtliga intervjuade finns kanske en risk för att vissa problem faktiskt förminskas och inte tas på tillräckligt stort allvar.

I takt med att begreppet breddas och blir allt mer accepterat skapas kanske också ett behov av normalisering. I och med att varje individ själv definierar vad som är psykisk ohälsa för dem så skapas det en ensamhet med problemen. I och med den individualistiska utvecklingen finns det inte längre någon grupp att definiera sig med eller få bekräftelse från. Många unga verkar också känna sig ensamma med sina problem och de har en tendens att tro att det är bara de själva som känner som de gör. Flera professionella menar att de unga känner sig lättade då de får höra att det är många fler som känner likadant.



## 6.2 Orsakerna

När det kommer till orsakerna som ligger bakom den psykiska ohälsan hos ungdomar finns det flera förklaringsmodeller. Det är för mig en självklarhet att ett problem som är så omfattande inte kan förklaras i en enskild orsak och givetvis är omständigheterna olika för varje enskild individ som lider av psykisk ohälsa. Precis som det resoneras i Folkhälsorapport 2009 (Socialstyrelsen) tror jag att ett så omfattande problem bör söka sina orsaker i strukturer och i system som många unga berörs av. Jag anser att individualismens utveckling kan ställas som en av orsakerna till problemet. På flera sätt ger intervjupersonerna uttryck för detta. Det som verkar vara den största boven i dramat, enligt de professionella och tidigare forskning, är de stora valmöjligheterna. Har du inte rätt verktyg eller rätt förutsättningar så är möjligheterna svårhanterliga. Både när det kommer till definitionen av en psykisk god hälsa och när det kommer till att dra nytta av individualiseringen så uppkommer ordet balans och ”rätt verktyg”. Istället för att dra nytta av det som låter tämligen positivt, nämligen att varje enskild individ har möjlighet att lyckas med precis vad de vill oavsett bakgrund, så drunkar många ungdomar i möjligheterna och i känslor av att de inte räcker till. Antingen har de inte självförtroende nog att ens försöka eller så försöker de så mycket att de blir totalt utmattade och slutkörda.

Om jag återanknyter till Giddens begrepp *social reflexivitet*, i Giddens och Griffiths (2007) och Baumans begrepp *flytande modernitet/liv* (Bauman 2005) så kan situationen göras ännu tydligare. För mig är det inte säskilt konstigt att ungdomar drunknar i möjligheterna eftersom de överöses med information som de ständigt måste ta ställning till. Det finns inga klara gränser eller upptrampade vägar att gå. Du ska själv hitta din egen väg att ta dig fram på i livet. Det är baksidan av den egentligen så positiva individualiseringen. Att bli fri och inte behöva *fackas in*, som Vera uttrycker det, låter för de allra flesta som positivt men för med sig att individer känner sig ensamma och utelämnade.

Skillnanden som uppstod i mitt intervjumaterial mellan de så kallade ”prestationstjejerna” och de omotiverade, praktiskt lagda killarna är svårt att förklara. Jag vill ändå diskutera vad som möjligen kan ligga bakom skillnaderna. Dels tror jag att det kan ha att göra med just skillnader i kön. I tidigare forskning

framgår det att tjejer har en större press på sig. De känner pressen både av sig själva och av samhället runt omkring. Detta tror jag har att göra med de starkt inrutade genusmönster som faktiskt finns. Trots att Sverige är ett relativt jämställt land finns det mycket kvar att göra. Inte bara i det avseendet att tjejer ska få kliva fram mer utan något jag också tror är av vikt för att lösa denna problematik är att släppa fram killarna. Att de ska få möjlighet att visa mer känslor och bli mer ”feminima” vilket exempelvis Ankie tog upp under sin intervju som en viktig komponent att arbeta med.

En annan orsak till skillnaderna mellan dess två grupper kan möjligtvis ha med klass att göra. Maj gav en bild av att vissa elever på skolan hade ekonomiska problem och även om detta inte verkade vara ett omfattande problem så var det ingen annan av intervjupersonerna som tog upp samma sak. Detta kan därför tolkas som att det finns en klasskillnad mellan Majs elever och exempelvis Ankies. Ankie i sin tur gjorde tydligt att hennes skola hade elever som var mycket engagerade och höll en hög nivå på betygen. Jag anser mig dock inte ha tillräckligt på fötterna för en sådan slutsats och ber därför läsaren att se detta som en reflektion.

## 6.3 Är ungdomarna trötta på individualiseringen?

Med utgångspunkt i ovanstående dystra spegling av individualismen vill jag referera till en intressant tidningsartikel. I tidningen *Kupé* skriver Engvall artikeln ”Lyckliga familjen” (2011 Nr.4). Hon pekar på en utveckling som innebär att unga människor (20-24 år) gifter sig allt oftare nu jämfört med för bara några år sedan. Det verkar som att det nu mera handlar om att brölloppet är en viktig del för just bröllopparet och handlar mindre utsträckning om yta. Det verkar enligt artikeln som att unga människor är trötta på den individualistiska singelern och söker stabilitet och trygghet vilket de finner i familjen. I samma artikel skrivs det dock att unga förvisso skaffar barn tidigt och värdesätter familjen men att de är så ambitiösa i sina föräldraroller att de får prestationsångest. Även här gör sig det stora valmöjlighetsutbudet synligt. Vilket av alla sätt ska du välja att uppfostra dina barn på? Är du verkligen en tillräckligt bra förälder? Detta skulle alltså delvis kunna betyda att ungdomar är så utmattade av valmöjligheterna och pressen att prestera på topp att de inte längre orkar och därför säger ifrån. Men samtidigt

återges en bild av att prestationsångesten till och med krypt sig så långt in som i familjen, det allra heligaste där vi tankar trygghet. En smått skrämmande bild. Frågan är alltså om individualismen är på väg att försvinna på grund av uttröttade ungdomar som börjar inse att tryggheten i familjen är viktigare. Eller om den bara fortsätter att krypa längre innanför skinnet på de unga?

## 6.4 Hur ska individualismens villkor hanteras?

Dans och Veras resonemang om *falska val* är intressant. De anser att det läggs för mycket tid på onödiga val och för mycket tid på att överväga om saker som är ganska oviktiga. Dan uttrycker det som att det i större utsträckning handlar om yta mer än innehåll vilket kanske är en naturlig följd då ungdomar förvirrade söker efter det bästa alternativet och ständigt matas med information om vad de bör välja. Information som många gånger inte alls har de ungas bästa i åtanke. En slutsats som jag själv drar utifrån uppsatsens resultat är att en framgångsrik hantering av individualismens villkor verkar vara att inte ta livet på allt för stort allvar. Att se till de saker som egentligen är av vikt för ett gott liv känns som en sund tanke. Och att ta vara på det budskap som flera av de intervjuade framförde nämligen att se på livet med sina med- och motgångar utan att avskräckas och att istället försöka uppnå balans. Bauman (2002) talar om att balansen mellan frihet och trygghet är en ständigt pågående och nödvändig process som får samhället att bli dynamiskt. Men att ambivalensen som skapas just i valet mellan dessa två komponenter måste kunna hanteras för att man ska må bra som individ. Det verkar handla om att anpassa sig och lära sig hantera sina villkor och sitt liv för att kunna erhålla en god psykisk hälsa i det individualiserade samhället. För själva individualismen verkar vi ändå inte rå på.

## 6.5 Avslutande reflektioner

Uppsatsens syfte löd: *Denna uppsats syftar till att belysa professionellas perspektiv av ungdomars psykiska ohälsa i relation till individualismen.* Därmed tydliggörs att den bild jag utgår ifrån är de professionellas. Jag vill därför göra läsaren uppmärksam på att ta detta i beaktning. Detta är ett av flera perspektiv på problemet jag skriver kring och därmed får uppsatsen en viss utformning. Något

som gjort sig tydligt, enligt mig, är att eftersom de professionella som jag intervjuat arbetar med psykiska problem av olika slag tenderar de också att ge en ensidig bild av situationen. De träffar i större utsträckning de ungdomar som tacklat individualismen på ett negativt sätt och som lider av psykisk ohälsa än de som tvärtom dragit nytta av den och mår bra psykiskt. Men även om bilden tenderar att vara övervägande negativ anser jag att de professionella kan återge ett perspektiv av situationen och att det är av intresse att belysa.

Ytterligare en reflektion är att andra påverkansfaktorer visserligen gjort sig synliga. De dåliga arbetsmarknadsförhållandena ställs upp som en eventuell bidragande orsak till ungdomars psykiska ohälsa. Detta har både intervjupersonerna och tidigare forskning visat tendenser på. Det är inget jag valt att resonera kring i min slutdiskussion eftersom jag ansåg att det för mig fanns andra mer intressanta resonemang att ta upp. Jag vill härigenom visa att jag är medveten om att arbetsmarknadens förhållanden kan vara av betydelse när det gäller ungas psykiska ohälsa.

# Referenslista

Andersson, G. & Swärd, H. (2008) ”Etiska reflektioner”. I Meeuwisse, A. Swärd, H. Eliasson-Lappalainen, R. & Jacobsson, K. (red.): *Forskningsmetodik för socialvetare*. Stockholm: Natur och Kultur.

Aspers, P. (2007) *Etnografiska metoder: att förstå och förklara samtiden*. 1. uppl. Malmö: Liber.

Bauman, Z. (2002) *Det individualiserade samhället*. Göteborg: Daidalos.

Bauman, Z. (2005) *Liquid life*. Cambridge: Polity Press.

Bremberg, S. (2007) ”Ökade kunskapskrav och tilltagande individualisering-Ohälsomönster bland unga i det nya informationssamhället”. I Olofsson, J. & Thoursie, A. (red.): *Ungas Framtidsvägar – möjligheter och utmaningar*. Stockholm: Agora.

Danielson, M. (2003) *Svenska barns hälsovanor 2001/02*. Stockholm: Statens folkhälsoinstitut.

Englund, C. (2011) ”Lyckliga familjen” *Kupé* 2011, 4, 41-43.

Eriksson-Zetterquist, U. & Ahrne, G. (2011) ”Intervjuer” I Ahrne, G. & Svensson, P. (red.): *Handbok i kvalitativa metoder*. Malmö: Liber AB.

Forsell, Y. & Dalman, C. (2004) *Psykisk ohälsa hos unga*. Stockholm: Epidemiologiska enheten, Stockholms läns landsting.

Giddens, A. & Griffiths, S. (2007) *Sociologi*. 4. omarb. uppl. Lund: Studentlitteratur.

Gillberg, G. (2010) *Induividualismens villkor-Unga vuxnas föreställningar om arbete och självförverkligande*. Göteborg: GöteborgsUniversitet.

Grufman, M., Carlsten, C., Krabbe, M. & Berg-Kelly, K. (1999) ”Health and health behaviours among Swedish adolescents during a period of social change” *Acta Paediatrica*, 1999, 12, 1380-1384.

Hagquist, C., Starrin, B. & Sund, M (2004) *Ung i Värmland 1988-2002*. Karlstad: Karlstad university studies.

Jönson, H. (2010) *Sociala problem som perspektiv – en ansats för forskning och socialt arbete*. Malmö: Liber AB.

Landstedt, E. (2010) *Life Circumstances and Adolescent Mental health – Perceptions, associations and a gender analysis*. Sundsvall: Department of Health Science, Mittuniversitetet.

May, T. (2001) *Samhällsvetenskaplig forskning*. Lund: Studentlitteratur.

Rahmqvist, M. & Carstensen, J. (1998) "Trends of psychological distress in a swedish population from 1989 to 1995" *Scandinavian Journal of Social medicine*, 1998, 3, 214-22.

SOU 2006:77 *Ungdomar, stress och psykisk ohälsa. Analyser och förslag på åtgärder*. Stockholm: Edita Sverige AB.

Wiklund, M., Bengs, C., Malmgren-Olsson, EB. & Öhman, A. (2010) "Young women facing multiple and intersecting stressors of modernity, gender orders and youth" *Social Science & Medicine* 2010, 71, 1567-1575.

## Internetkällor

Nationalencyklopedin (2011) "individualism" (elektronisk)

*Nationalencyklopedins officiella hemsida:*

<<http://www.ne.se.ludwig.lub.lu.se/lang/individualism>> (2011-03-30).

Nationalencyklopedin (2011) "transcendent" (elektronisk) *Nationalencyklopedins*

*officiella hemsida:* <<http://www.ne.se.ludwig.lub.lu.se/kort/transcendent>> (2011-05-20).

Socialstyrelsen (2009) "Folkhälsorapport 2009" (elektronisk) *Socialstyrelsens*

*officiella hemsida:* <<http://www.socialstyrelsen.se/publikationer2009/2009-126-71>> (2011-03-31).

Statistiska Centralbyrån (2006) ”Undersökningar av levnadsförhållanden-ULF 2006.” (elektronisk) *SCB officiella hemsida:*

<[http://www.scb.se/Pages/GsaSearch\\_287280.aspx?QueryTerm=Unders%C3%B6kning%20av%20levnadsf%C3%B6rh%C3%A5llanden%202006&PageIndex=1&hl=sy](http://www.scb.se/Pages/GsaSearch_287280.aspx?QueryTerm=Unders%C3%B6kning%20av%20levnadsf%C3%B6rh%C3%A5llanden%202006&PageIndex=1&hl=sy)> (2011-05-19).

Vetenskapsrådet (2011) ”Forskningsetiska principer inom humanistisk-samhällsvetenskaplig forskning.” (elektronisk) *Vetenskapstådets officiella hemsida:* <<http://www.codex.vr.se/texts/HSFR.pdf>>(2011-03-23).

World Health Organization (2011) ”What is mental health?” (elektronisk) *World Health Organizations officiella hemsida:*

<<http://www.who.int/features/qa/62/en/>> (2011-03-31).

World Values Survey (2011) “Learn more about the WVS” (elektronisk) *World Values Surveys officiella hemsida:* <<http://www.worldvaluessurvey.org/>> (2011-03-31).

# Bilaga 1

## *Informationsbrev till intervjupersonerna*

Mitt namn är Elin Jonasson och jag studerar till socionom på Lunds Universitet Campus Helsingborg. Nu går jag sjätte terminen och har kommit fram till kursen då jag ska skriva min C-uppsats. Min tanke är att skriva en uppsats som belyser professionellas perspektiv på ungdomars ökande psykiska ohälsa i dagens samhälle. Detta vill jag ställa mot den ökande individualiseringen som samtidigt sker i samhället och se om det finns ett samband. För att få material till uppsatsen vill jag intervjua professionella som arbetar med ungas psykiska hälsa och därför vänder jag mig nu till dig och undrar om du är intresserad av att bli intervjuad.

Kortfattat kommer jag att utgå från några olika teman vid intervjun och dessa kommer vara:

- Hur du som professionell ser på och upplever den ökade psykiska ohälsan.
- Individualistiskt tänkande och dess inverkan på den psykiska ohälsan.
- Valfriheten och informationstillgänglighetens inverkan på den psykiska ohälsan.
- Övriga frågor/Utvecklande av intressanta svar.

Vid intervjun vill jag gärna kunna spela in det som sägs för att höja trovärdigheten i mitt insamlade material. Jag har för avsikt att sedan skriva ut materialet på dator och analysera det för att se om jag hittar likheter och olikheter i de olika intervjuerna. Den ungefärliga tiden för intervjun kommer att vara 45-60 minuter och min uppsats ska vara färdig 23 maj och ser gärna att intervjuerna sker så snart som möjligt.

I mitt uppsatsskrivande utgår jag från de etiska råd som Vetenskapsrådet ställt upp (<http://www.codex.vr.se/texts/HSFR.pdf>). Jag kommer att, oavsett om det framkommer etiskt känsliga uppgifter eller inte, anonymisera alla intervjuer och ta bort information som kan vara avslöjande för dig som intervjuad. Efter avslutad och godkänd uppsats kommer jag förstöra materialet så att det inte kan användas i annat syfte än till just uppsatsskrivandet. Dessutom har du rätt att avtacka dig



deltagandet precis när du vill oavsett om vi gjort en överenskommelse om intervjutid. Även efter avklarad intervju har du möjlighet att meddela att du inte längre vill att materialet används. Under uppsatsskrivandet får du gärna höra av dig om något blir oklart eller om du anser att jag förstått dig fel vid intervjun. Du kommer också att kunna ta del av det färdiga resultatet av uppsatsen och kommer få information om var vid intervjutillfället.

Hör gärna av dig så snart du kan om du är intresserad!

# Bilaga 2

## *Intervjuguide*

### *Korta faktauppgifter*

- Kön?
- Ålder?
- Yrkestitel?
- Yrkeserfarenhet?
  - Hur länge har du jobbat på nuvarande arbetsplatsen?
  - Var har du arbetat innan?
- Utbildning?

### *Psykisk ohälsa bland unga*

- Hur vill du definiera psykisk ohälsa? Hur skulle du definiera psykisk hälsa?
- Vilken slags psykisk ohälsa kommer du i kontakt med i ditt arbete som professionell?
- Hur mår unga idag? Vilken är den, enligt dig som professionell, vanligaste orsaken till psykisk ohälsa bland unga idag?
- Hur ser unga som mår dåligt på sin psykiska ohälsa idag?

### *Psykisk ohälsa och samhälle*

- Hur tror du det är att leva i brytningspunkten mellan att vara barn och vuxen i dagens samhälle? Vilka förväntningar och krav ställs på unga idag?

- Vilka samhällsfenomen tror du kan öka psykisk ohälsa bland unga i Sverige idag? Vilka samhällsfenomen tror du kan minska psykisk ohälsa bland unga i Sverige idag?
- Vilka risker respektive fördelar ser du med en ökad individualisering?
- Ser du som professionell några kopplingar mellan psykisk ohälsa och den ökande individualiseringen i samhället? I så fall på vilket sätt? Hur anser du att unga hanterar dagens individualisering?
- Hur anser du att dagens unga påverkas av allt större valmöjligheter och ökade möjligheter att påverka sin utbildning och framtid? Hur upplever du att unga påverkas av informationsutbudet idag?

### *Övrigt*

- Har du något övrigt att tillägga som rör psykisk ohälsa bland unga i dagens samhälle?