



UNIVERSITETET I  
NORDLAND

# MASTEROPPGAVE

## **Jeg velger meg....**

**Hvilke valg tar gutter på 9.trinn ved en skole når de har behov for sosial støtte og hva avgjør valgene?**

SO330S Masteroppgave i samfunnsvitenskap med fordypning i sosialt arbeid

**Grethe M. Borgerød**

November 2015



# **Jeg velger meg...**

**Hvilke valg tar gutter på 9.trinn ved en skole  
når de har behov for sosial støtte og hva avgjør  
valgene?**

SO330S Master i samfunnsvitenskap med fordypning i sosialt arbeid  
Universitet i Nordland

Grethe M. Borgerød

November 2015

Forord	s. 1
1.0 Innledning	s. 2
2.0 Psykisk helse i et internasjonalt og nasjonalt perspektiv	s. 5
2.1 Internasjonalt	s. 7
2.2 Nasjonalt	s. 8
2.2.1 Ungdata - lokale ungdomsundersøkelser	s. 11
2.3 Oppsummering	s. 15
3.0 Teori ”Å være noe for noen”	s. 16
3.1 Samfunnsvitenskapelig perspektiv	s. 17
3.1.1 Wadel og Wadel sine forklaringstyper (egenskaps-, system- og relasjonsforklaringer	s. 19
3.2 Kulturpsykologisk forståelse	s. 24
3.3 Ungdom	s. 27
3.3.1 Relasjonens betydning	s. 32
3.3.2 Sosial støtte	s. 34
3.3.3 Signifikante andre	s. 36
3.4 Oppsummering	s. 38
4.0 Metode	s. 39
4.1 Valg av metode	s. 39
4.2 Utforming av temaene, spørsmålene og endring av problemstilling	s. 42
4.3 Veien til informantene	s. 44
4.4 Gjennomføringen	s. 44
4.5 Analyse og tolkning – prosessen med koding og kategorisering	s. 46
4.6 Reliabilitet og validitet	s. 47
4.7 Etske refleksjoner	s. 49
4.8 Metodekritikk	s. 52
5.0 Presentasjon av data	s. 55
5.1 I hvilke situasjoner trenger gutter sosial støtte?	s. 55
5.2 Når gutter har det vanskelig så pleier de å .....(fullfør setningen)	s. 57
5.3 Når jeg har behov for å snakke med noen om noe som er vanskelig, så vil jeg velge.....(person) fordi.....(begrunnelse)	s. 59
5.4 I fremtiden skulle jeg ønske at.....	s. 60
5.5 Oppsummering	s. 62
6.0 Drøfting	s. 64
6.1 Emosjonell sosial støtte i et relasjonsperspektiv	s. 65
6.2 Fremtiden med fokus på helsefremmende arbeid	s. 73
7.0 Oppsummering og veien videre	s. 77
Litteraturliste	s. 79
Vedlegg	s. 82

## FORORD

Etter flere år som barnevernspedagog både i første- og andrelinjetjenesten i barnevernet, økte min nysgjerrighet omkring hvorfor noen relasjoner tilsynelatende ser ut til å være helsefremmende, mens andre ser ut til å gå motsatt vei. Hvilke faktorer kunne være med på å påvirke dette? For å finne ut av dette begynte jeg på Master i samfunnsvitenskap med fordypning sosialt arbeid.

Tiden som mastergradstudent har vært meget lærerik og utviklende. Jeg har fått muligheten til å gå nærmere i dybden på temaer som interesserer meg. Studentperioden har også vært en lang og kronglete vei å gå, hvor tiden til å studere, i tillegg til familie og jobb, aldri så ut til å strekke til.

Veien er ikke gått alene, heldigvis. Jeg vil takke for god veiledning, inspirasjon, støtte og mye oppmuntring fra min veileder, Reidun Follesø. Du er et varmt og inkluderende menneske. Jeg vil også takke mine barn og min mann for å ha støttet meg fullt ut i disse årene. Det har ikke alltid vært enkelt. Skriveprosessen hadde ikke kunne fungert uten god tilrettelegging fra min arbeidsgiver, Høgskolen i Harstad, og mine flotte kollegaer på Barnevernpedagoglinjen.

Takk til skolen som åpnet sine dører for meg og til guttene på 9.trinn som svarte på mine spørsmål. Uten dere ville ikke oppgaven blitt akkurat slik den er blitt.

## 1.0 Innledning

*Jeg skal snakke med Andreas. Han er 15 år gammel. Jeg kjenner at jeg gruer meg litt, fordi jeg synes ikke at de tidligere samtaleene har gått så bra. Det har stort sett gått i enstavelserord fra Andreas sin side og samtalen har gått i stå. Gjennom andre som står Andreas nær, vet jeg at han ikke alltid har hatt det så lett. Han er vokst opp i en familie med intense og langvarige foreldrekonflikter. Det som er bra er at han har gått på samme skole hele tiden. Andreas har en god venn, og de deler den samme store interessen for ulike typer spill. Skolen har forsøkt å hjelpe han både med det faglige og det sosiale, og de har lagt ned mye arbeid i skole-hjem samarbeidet uten at det har nyttet noe særlig. For til Andreas har flere ganger sagt til meg at han føler seg misforstått av skolen og derfor har ikke dette samarbeidet fungert slik det burde av hensyn til Andreas sin utvikling. Den siste gangen jeg snakket med Andreas, så han sliten ut. Han hadde hetten over hodet og så for det meste ned i bordet. Hvorfor får jeg ikke til samtaleene? Hvorfor vil han ikke snakke med meg? Hvorfor vil han ikke fortelle om sitt liv, slik at jeg kan hjelpe han? Det er alt jeg vil....hjelp Andreas.*

Historien illustrere en av mange samtaler jeg har hatt med ungdom og spesielt gutter i tenårene i min tidligere jobber på institusjon og barneverntjenester. Ut fra disse mange samtaleene har det opp gjennom årene utviklet seg en nysgjerrighet omkring hvilke metoder som vil være nyttige i kontakten med ungdom. For å kunne definere metoder trengte jeg kunnskap om hvilke situasjoner det er som utløser behov for sosial støtte blant ungdom rundt 14-15 år, og videre hvilke løsningsstrategier som utløses av dette behovet? Jeg ble også nysgjerrig på hvilke tanker gutter har om mulige fremtidige behov.

For å få stilnet noe av min nysgjerrighet gjennomførte jeg en kvalitativ undersøkelse med 35 gutter ved en ungdomsskole i Norge. De svarte på fire spørsmål som var knyttet til problemstillingen *Hvilke valg tar gutter på 9.trinn ved en skole når de har behov for sosial støtte og hva avgjør valgene?* Begrunnelsen for å velge gutter var først og fremst å få frem perspektivet til en ensartet gruppe i forhold til kjønn, i tillegg er det mitt inntrykk at det er lite fokus på gutter.

Norge rangeres fremst i internasjonale sammenligninger av trivsel og velferd, men som Helse- og omsorgsdepartementet (HOD) sier i sin siste folkehelsemelding *Mestring og muligheter* at «psykiske plager og lidelser midlertidig er en stor folkehelseutfordring» (2015, s.14). For Norge og resten av verden utgjør denne folkehelseutfordringen en økende andel av mennesker (ibid, s.14). For aldersgruppen 15 til 19 år har det i perioden 2004 til 2013 vært en sterk økning i antallet som bruker antidepressiva (FHI, 2014, s.161). Økende antall brukere av antidepressiva kan være en naturlig konsekvens av at behandlingstilbudet for unge er bygget ut, samt at det har vært en sterk økning i antallet unge som får behandling for psykiske lidelser. Denne økte andelen av psykiske plager og lidelser blir tydeliggjort som en folkehelseutfordring gjennom forskningsfunn og undersøkelser.

God helse og god psykisk helse gir muligheter for at hver enkelt kan mestre sine liv. Dagens nasjonale politikk vil gi psykisk helse en større og likeverdig plass i folkehelsearbeidet, blant annet gjennom å ”etablere et program for folkehelsearbeidet i kommunene med vekt på psykisk helse og rusforebyggende arbeid rettet mot barn og unge” (HOD, 2015, s.16).

Folkehelsemeldingen for 2014-2015 sier også at god helse handler om å mestre livets utfordringer og at god helse er en av våre viktigste ressurser.

Vi vil skape et samfunn som i større grad fremmer psykisk helse gjennom å legge mer vekt på forhold i omgivelsene som fremmer mestring, tilhørighet og opplevelse av mening. Tiltak for å fremme psykisk helse og forebygge ensomhet er derfor en viktig del av folkehelsepolitikken. Sosial støtte er det motsatte av ensomhet (HOD, 2015, s.9).

Sosial støtte er en viktig helsefremmende faktor i livet, og denne støtten kan hjelpe ungdom å få og opprettholde en god psykisk helse. Sosial støtte, sosial kapital og sosial kompetanse kan være nettopp de faktorene som fremmer mestring, tilhørighet og opplevelse av mening, slik det fremkommer i folkehelsemeldingen.

Det er ungdommen som står midt i situasjonen, som vet ”hvor skoen trykker” og det er gjennom deres tilbakemeldinger at vi kan utvikle innsikt og forståelse for deres muligheter. Hensikten med avhandlingen er å øke kunnskapen slik at voksne og profesjonelle yrkesutøvere skal kunne være bedre forberedt til å møte ungdommer på en god og helsefremmende måte. Gjennom en økt kunnskap på dette feltet kan programmene og

tiltakene mot ungdom spisses og tilpasses bedre, og derigjennom bli et ressursbesparende og samfunnsøkonomisk gode både for individene og for samfunnet generelt.

For å belyse temaet psykisk helse vil jeg i kapittel 2 gi en kort innføring i psykisk helse, hvor jeg presenterer noen internasjonale og nasjonale tall. Der hvor det er relevant vil jeg presentere statistikk og forskning som eksplisitt omhandler gutter. I kapittel 3 gir jeg en kort innføring i et samfunnsvitenskapelig perspektiv med fokus på Wadel og Wadel sine forklaringstyper. Videre i kapittel 3 gir jeg et innblikk i en kulturpsykologisk forståelse og tilslutt i kapitlet skriver jeg om ungdom ut i fra en historisk og kulturelt syn og videre med fokus på identitet, selvet og mentalisering. Dernest vil jeg skrive om relasjonens betydning, sosial støtte og signifikante andre. Kapittel 4 omhandler det metodiske bakteppet for undersøkelsen. Som skrevet tidligere så handler denne oppgaven om hvilke situasjoner gutter vurderer å være situasjoner som krever sosial støtte. Hvilke valg tar gutter midt i ungdomsskolen når de har det vanskelig og har behov for sosial støtte. Hvem oppsøker guttene når de har behov for noen å snakke med og hvorfor nettopp disse personene? Hva er viktig for dem i fremtiden? I kapittel 5 vil jeg presentere empirien og gjennom denne presentasjonen gi noen svar på disse spørsmålene. Kapittel 6 inneholder en drøfting av dataene, hvor jeg deler inn kapitlet i sosial støtte i et relasjonsperspektiv og fremtiden med fokus på helsefremmende arbeid. Tilslutt, i kapittel 7, vil jeg gi en kort oppsummering, før jeg kommer med noen tanker for veien videre.

## 2.0 Psykisk helse i et internasjonalt og nasjonalt perspektiv

I denne delen vil jeg gi en kort innføring i temaet psykisk helse, før jeg presenterer noen internasjonale og nasjonale tall. En stor del av kapitlet er viet til Ungdataundersøkelsen, som er den siste jeg kjenner til som presenterer nyeste tall omkring ungdom, deres helse og utvikling.

God psykisk helse kan være en beskyttelsesfaktor mot stress og hverdagslivets utfordringer. Ungdom i dag har det i all hovedsak bra, men det er flere som sliter med dårlig selvbilde og som opplever stress i hverdagen (NOVA, 2015). En økende individualisering og et sterkere press for å lykkes, kan utvikle seg til psykiske plager som depresjon og angst. En beskyttelsesfaktor mot dette jaget kan være sosial støtte og et prososialt nettverk. Helse- og omsorgsdepartementet viser i sin melding at «Sosial støtte og sosialt nettverk virker positivt på den psykiske helsen, mens ensomhet, stress og utenforskap har negativ effekt» (2015, s.23).

Evnen til å mestre kravene og utfordringene i hverdagslivet, har stor betydning for den psykiske helsen. Helse- og omsorgsdepartementet sier videre at «ensomhet og mangel på sosial støtte er en folkehelseutfordring» (2015, s.24). Det kan være både ressursbesparende og samfunnsøkonomisk å intervensere tidlig. Både tidlig i alder, men også tidlig i utviklingen av problemene. Øyvind Kvello refererer blant annet til Belsky & Pluess (2013) og sier at «utvikling av psykiske lidelser er kombinasjoner av risikofaktorer» (2015, s.160). Dette synet støttes av flere, blant andre Andvik og Gustavsen. De skriver i sin forskningsrapport *Ikke slipp meg ! Unge, psykiske helseproblemer, utdanning og arbeid* at psykiske helseproblemer ofte henger sammen med forhold tilbake i barndommen, oppvekst og grunnskole, hvor spesielt mobbing og ensomhet går igjen. De understreker også behovet for tidlig innsats og forebygging, samt at et samlet hjelpeapparat som evner å gi koordinert og individuell oppfølging (2012, introduksjonen).

Både Kvello, Andvik og Gustavsen understreker at det er flere faktorer som påvirker den psykiske helsen. Helse- og omsorgsdepartementet skriver også at den «psykiske helsen er et resultat av komplisert samspill mellom samfunnsmessige faktorer, sosialt miljø, psykologiske, biologiske og genetiske faktorer» (2015, s.155). Oppvekstvilkår, blant annet foreldrenes sensitivitet og sosiale støtte, er med på å fremme barnets psykiske helse. Barnets kapasitet til



å regulere følelser, korrigere egen atferd, lære, utvikle og håndtere utfordringer påvirkes og utvikles gjennom hele livet (Kvello, 2015).

Vi har behov for å håndtere og mestre hverdagslivet, og det gjør vi gjennom å skape forståelse og sammenheng (Antonovsky, 2012). Denne mestringen, forståelsen og opplevelsen av sammenheng kan være med på å utvikle en god psykisk helse.

Ordene psykisk velvære, psykiske plager og psykiske sykdommer/lidelser går ofte igjen når vi snakker om psykisk helse. Folkehelseinstituttet (FHI), som er et statlig forvaltningsorgan underlagt helse- og omsorgsdepartementet, har i sin rapport (2007, s.17) delt psykisk helse inn i psykisk velvære, psykiske plager og psykiske sykdommer eller lidelser. De refererer til *psykisk velvære* som en «følelse av tilfredshet, mening og lykke» (ibid, s.17), og skriver videre at alle mennesker uansett grad av psykisk (u)helse vil tilstrebe seg psykisk velvære. Videre skriver de at *psykiske plager* refererer til «forekomst av symptomer som angst, fortvilelse, følelse av meningsløshet, søvnavansker, spiseproblemer, konsentrasjonsvansker, uro med mer. Psykiske plager kan måles med spørreskjema» (ibid, s.17). I forhold til *psykiske sykdommer eller lidelser* er dette sykdommer eller lidelser” som er så alvorlige at det kan stilles en sykdomsdiagnose” (ibid, s.17).

Kvello utdyper dette noe videre og refererer blant annet til Boylan m fl. (2010) og sier at psykiske vansker (problemer) kan deles inn i internaliserende og eksternaliserende vansker. Internaliserende vansker omhandler ofte blant annet engstelighet og tristhet. «Engstelighet i omfattende form kalles angstlidelser, mens nedstemthet og tristhet i alvorlige former benevnes som depresjon» (Kvello, 2015, s. 157). Eksternaliserende vansker omfatter blant annet atferdsvansker og rusmiddelmisbruk (Kvello, 2015). Folkehelseinstituttet kaller det ikke psykiske vansker, men psykiske plager og refererer i sin rapport til at det er enighet blant forskere flest om at psykiske plager kan deles inn i to hovedtyper; emosjonelle plager og utagerende plager. Emosjonelle plager er ”depresjon, angst og spiseproblemer” (FHI, 2007, s.21), ”typiske kjennetegn kan være opplevelse av tristhet, bekymring, engstelse og uro” (ibid, s.22). Utagerende plager er ”problemer med selvregulering, konsentrasjonsvansker, aggresjon og ulydighet” representert (ibid, s.21). Som vi ser så virker essensen til å være den samme, men med andre betegnelser.

Det kan være strevsomt å finne sin plass i vennegruppa, og det meste kan oppleves vanskelig til tider. Selv om det ikke finnes ingen tydelige skiller mellom emosjonelle plager og alderstypiske trekk hos ungdommer, øker normale symptomer på angst og depresjon sterkt i ungdomsalderen. Den er ofte nært knyttet til hormonelle forandringer ved puberteten (Wichstrøm, referert i FHI, 2007). Slike symptomer ser ut til å ramme jenter mer enn gutter. ”Etter puberteten er to av tre ungdommer med betydelige plager jenter, og angstlidelser, depresjon og spiseforstyrrelser dominerer (ibid, s.18). Forskningen gir ingen entydige svar på at psykiske problemer blant ungdom øker, men det er studier som tyder på en økning av depressive symptomer hos jenter (NOVA, 2015). Jeg vil komme tilbake til dette i de neste underkapitlene.

Jeg vil første kort presentere noen internasjonale tall og fakta. Deretter vender jeg blikket hjem og gir en innføring i det nasjonale fokuset på psykiske helse, hvor jeg viser til noen tall fra siste undersøkelser og forskning. Jeg avslutter dette kapitlet med å presentere relevante tall fra den siste Ungdatarapporten.

## **2.1 Internasjonalt bilde**

Det ser ut til at startskuddet for et globalt forskningsfokus på psykisk helse gikk etter Lancet sin utgivelse av et spesialnummer om global psykisk helse i 2007. I denne utgivelsen lanserte Martin Prince et al. slagordet «There is no health without mental health» (Ulland et al., 2015, s. 252), og knyttet dermed psykisk og fysisk helse sammen.

Etter denne utgivelsen som satt fokus på den psykiske helsen i helseperspektivet, ser det ut til at flere av de internasjonale organisasjonene har inkorporert psykisk helse i sine planer og forslag. Jeg nevner noen av dem, for å vise at psykisk helse har fått et internasjonalt fokus. De Forente Nasjoner (FN) sitt forslag til bærekraftige utviklingsmål for 2015 – 2030 omfatter blant annet psykisk helse (HOD, 2015, s.25). Handlingsplanen til verdens helseorganisasjons (WHO) Mental Health Action Plan for perioden 2013 – 2020, inneholder seks globale mål for arbeidet med psykisk helse (ibid, s.25). Europa unionen (EU) sitt Joint Action on Mental Health and Wellbeing program skal legge grunnlaget for utviklingen av psykisk helsepolitikk i Europa (ibid, s.25). I World Economic Forum ble psykisk helse satt på dagsorden i 2014 (ibid, s.25). Det vi ser ut i fra disse planer og dokumenter, er at psykisk helse ble satt på dagsorden fra rundt 2013.

Det er mange barn og unge som sliter med sin psykiske helse, og internasjonale studier fokuserer mye rundt dette. Costello et al. sier blant annet i sin undersøkelse at mellom 10-16 prosent av barn og unge mellom halvannet til 16 år ”har så mye symptomer på angst, depresjon eller spiseproblemer at dette går ut over deres forhold til foreldre, venner og skole” (referert i FHI, 2007, s.17). Slike symptomer medfører en reduksjon av livskvaliteten til disse barna og ungdommene, og derigjennom en reduksjon av deltakelsen i samfunnet på lik linje med jevnaldrende. Om vi ser på de langsiktige konsekvenser, så kan slike symptomer bety at barn og ungdom som sliter med slike symptomer, blir plassert på siden av samfunnet.

Norge har forpliktet seg til å følge opp World Health Organization (WHO) globale handlingsplan for psykisk helse. Som tidligere skrevet har denne planen seks globale mål i arbeidet med psykisk helse. Disse globale målene er knyttet til ”planer og politikk, lovverk, helsetjenester, helsefremmende og forebyggende programmer, forebygging av selvmord, og informasjonssystemer og kunnskap” (HOD, 2015, s.15). Fokuset på de globale målene skal ifølge planen ha en varighet frem til 2020.

Jeg har i dette underkapitlet gitt et lite innblikk i det internasjonale fokuset på psykisk helse, og som vi ser så har fokuset økt de siste årene. I neste underkapittel vil jeg presentere det nasjonale fokuset på psykisk helse, gjennom å referere til hva jeg vurderer er sentrale og aktuelle dokumenter på feltet.

## **2.2 Nasjonalt bilde**

Regjeringen gir årlig ut en melding om den nasjonale folkehelsen, hvor de gir et innblikk i dagens situasjon, både nasjonalt og internasjonalt, samt at det gis retningslinjer for det videre arbeidet. Den gjeldende folkehelsemeldingen *Mestring og muligheter* (2014 – 2015) bygger blant annet på tidligere arbeid og planer innen folkehelsearbeidet. I *Mestring og muligheter* har psykisk helse blitt tilegnet et eget kapittel, som vitner om at også den norske regjeringen utviser et økt fokus på psykisk helse. Dagens regjeringen vil både styrke det forebyggende arbeidet, samt inkludere psykisk helse som en likeverdig del av folkehelsearbeidet (HOD, 2015).

Internasjonalt rangeres Norge fremst i sammenlikninger av trivsel og velferd, samtidig er psykiske plager og lidelser en stor nasjonal folkehelseutfordring. I Folkehelseinstituttet sin rapport 2007:5 *Trivsel og oppvekst – barndom og ungdomstid* hevdes det at 10-16% av barn

og unge fra 1,5 år til 16 år sliter med sin psykiske helse. Tallene i Norge er på linje med og kanskje noe lavere enn resten av de nordeuropeiske landene (ibid, s.17). Depresjon er den psykiske lidelsen som gir flest tapte leveår, da depresjon gir økt risiko ”for tidlig død som følge av hjerte- og karsykdommer og infeksjonssykdommer (HOD, 2015, s.14).

I den gjeldende folkehelsemeldingen fremkommer det at tiltak for folkehelsen er vektlagt i de fleste departementene. Jeg går ikke videre inn i de ulike tiltakene, men oppsummerer med å si at målet for folkehelsearbeidet er både å bedre gjennomsnittshelsen og redusere de sosiale forskjellene innen helse (HOD, 2015). For å få dette til vil regjeringen legge til rette for mer tverrfaglig samarbeid i kommunene, økt kompetanse, god kvalitet og tidlig hjelp. Regjeringen vil legge til rette for, men det er kommunene selv som har ansvar for å iverksette og utøve tilbudene og tiltakene (ibid, 2015).

Helse- og omsorgsdepartementet hevder i folkehelsemelding at ”15-20 prosent av alle barn og unge i Norge i alderen 3-18 år har nedsatt funksjon på grunn av psykiske plager som angst, depresjon og atferdsproblemer” (2015, s.155). Videre skriver de at av disse 15-20 prosentene har ca. åtte prosent en diagnostiserbar psykisk lidelse (ibid, s.155). Før puberteten dominerer nevroutviklingsforstyrrelser som ADHD og lærevansker, og to av tre som får diagnosen er gutter. Etter pubertet dominerer angst, depresjon og spiseforstyrrelser, og to av tre som får diagnosen er jenter (ibid, s.155). 15-20 prosent er et betydelig antall barn og ungdom som får nedsatt livsfunksjon, og dermed en forringelse av livet.

I studien til Anvik og Gustavsen henviser de til en rapport fra SINTEF (Stiftelsen for industriell og teknisk forskning ved Norges Tekniske Høgskole) som viste at kjønnsfordelingen blant klienter i psykisk helsevern i Norge er skjev (SINTEF referert i Anvik og Gustavsen, 2012, s.68), og at fra 13 års alderen er det en overvekt av jenter som er registrert som mottakere av tilbudene innenfor psykisk helsevern. Dette kan tyde på at det er flere jenter enn gutter som søker hjelp, og ikke nødvendigvis at det er flere jenter enn gutter med psykiske helseproblemer (ibid, 2012, s.68).

Folkehelseinstituttet gjennomfører kontinuerlige befolkningsundersøkelser i landet. I en undersøkelse utgitt i 2007, tar de for seg ungdom i alderen 14-15 år i dagens samfunn. Når det gjelder emosjonelle plager viste rapporten at majoriteten av ungdommene (N:459) i undersøkelsen ikke hadde symptomer på depresjon og angst, men at «i snitt hadde om lag

hver fjerde ungdom de siste to ukene opplevd tristhet, ensomhet, lav selvfølelse, trøtthet og uro» (FHI, 2007, s.12). Tallene økte når det gjaldt perioder hvor de blant annet hadde følt seg lite verdt eller var lite glad eller ensomme. Når det gjelder sosiale ferdigheter, viste rapporten at hver tredje 14-15 åring syntes det var vanskelig å få seg venner (ibid, s.12).

Tall fra Reseptregisteret viser at for aldersgruppen 15-19 år var det «en sterk økning i antallet som brukte antidepressiva i perioden fra 2004 til 2013» (FHI, 2014, s.161). Blant unge gutter økte antallet fra ca. 1300 til 1800 brukere (44 prosent økning) og blant unge jenter fra ca. 2800 til 4100 brukere (48 prosent økning) (ibid, s.161). Folkehelseinstituttet søkte å se om en økning i registrerte depresjonsplager i kombinasjon med tallene fra Reseptregisteret var en utviklingstrend eller om det var enkeltstående tilfeller. I støtte fra den norske levekårsundersøkelsen samt tall fra Reseptregisteret, konkluderte Folkehelseinstituttet med at utviklingen av psykiske helseplager kan tyde på en utviklingstrend (FHI, 2014, s.161).

Den økningen i psykiske plager som er vist gjennom økt antall som brukte antidepressiva og ulike helseundersøkelser, kan skyldes ulike feilkilder. Dette kan være synkende deltagelse i helseundersøkelser, økt rapporteringsvillighet om psykiske plager eller at leger i økende grad skriver ut resepter på antidepressiva til unge. På den andre siden er det ikke urimelig at deler av den økningen vi ser, rapporterer at en oppgang i psykiske plager er reell (FHI, 2014, s.60).

Andre forskere og undersøkelser viser til en annen utvikling når det kommer til om det er flest gutter eller jenter som sliter mest. Øyvind Kvello viser i sin bok *Barn i risiko* at flere jenter enn gutter har internaliserte vansker, men at disse nedtones i ungdomsalderen. Han viser til Nøvik og Jezefiak (2014) når han skriver videre at det er større forekomst av psykiske vansker blant norske gutter enn jenter, og at det i flere år har vært konkludert slik i vestlig forskning på temaet (2015, s.157).

En viktig del av folkehelsepolitikken er å utvikle tiltak for å fremme psykiske helse og blant annet forebygge ensomhet. Gjennom samarbeid med frivillig sektor vil regjeringen mobilisere til innsats for å forebygge ensomhet gjennom å bidra til sosial støtte (HOD, 2015). Helse- og omsorgsdepartementet har varslet at de vil igangsette en egen ungdomshelsestrategi for ungdom mellom 13 og 25 år. Den skal belyse virkemidler for å sikre god tilgjengelighet, bedre kapasitet og godt koordinerte tjenester til ungdom (HOD, 2015, s. 44). I skrivende stund er denne ikke kommet. Denne kommende ungdomshelsestrategien er muligens en av de

målene Norge har forpliktet seg til gjennom oppfølgingen av WHO sin globale handlingsplan for psykisk helse.

For å få bedre oversikt over befolkningens psykiske helse, trengs det gode data om livskvalitet og trivsel og forekomst av psykiske lidelser. Dette er nødvendig for å utforme og evaluere effekter av tiltak og som grunnlag for helseanalyser og forskning (HOD, 2015). Norsk institutt for forskning om oppvekst, velferd og aldring (NOVA) har gjennom sine Ungdataundersøkelser blant annet kartlagt livskvalitet, trivsel og forekomst av psykiske lidelser for ungdom i ungdomsskole og videregående skole, og jeg skal videre si noe om disse temaene.

### **2.2.1 Ungdata – lokale ungdomsundersøkelser**

Jeg har valgt å ta for meg Ungdata som kilde til dagens tall vedørende områdene i en ungdoms liv. Den 02.12.15 lanser organisasjonen Voksne for barn den siste *Barn i Norge* rapporten som omhandler ungdom og psykisk helse, men de tallene blir ikke med i denne masteravhandlingen.

Av de ungdomsundersøkelsene som er gjennomført siden 1980-tallet, har alle hatt en komponent knyttet til ungdoms bruk av rusmidler og tobakk, og til ulike former for kriminell- og antisosial atferd som vold og mobbing. I tillegg har undersøkelsene i varierende grad dekket ulike sider ved de unges livsstil og livssituasjon. Disse ulike sidene handler om forholdet til mor og far, familiens økonomi, levekår, nærmiljø, trivsel og mistriivsel, og skole og utdanning (Ungdata.no, 2015). Andre temaer som fritid, organisasjonsdeltakelse og vennskap har også vært berørt. I og med at det har vært ulike aktører som har gjennomført ungdomsundersøkelsene, så har det også vært benyttet ulike typer skjema. På grunn av ulike skjemaer er det vanskelig å sammenligne tallene. Ut i fra konsekvensene for manglende mulige sammenligninger, ble Ungdata utviklet. Spørreundersøkelsene som gjennomføres er et faglig samarbeid mellom NOVA, de syv regionale kompetansesentrene innen rusfeltet og Kommunesektorens organisasjon (KS).

Det er publisert tre nasjonale rapporter. Deltakerantallet i både kommuner og elever har økt fra 101 kommuner og 40.473 elever i 2012 (NOVA, 2013), 150 kommuner og 63.201 elever i 2013 (NOVA, 2014) til nær 110.00 ungdommer og nær 46.000 videregående elever fra 260 kommuner (NOVA, 2015). I følge Ungdata.no (tall hentet 17.10.15) består databasen av en

populasjon på 233 709 personer hvorav 190 752 individer har svart og det gir en svarprosent på 82. Fra 2015 finansieres Ungdataundersøkelsene over Statsbudsjettet (Ungdata.no).

Spørreskjemaet i Ungdata består av seks hovedtemaer; nære relasjoner, skole og utdanning, fritidsaktiviteter, helse og trivsel, rusmiddelbruk, og risikoatferd og vold (NOVA, 2015). I min masteravhandling har jeg valgt å ta utgangspunkt tall vedrørende ungdommer ved 9. trinn og jeg vil i størst grad fokusere på temaene nære relasjoner, fritidsaktiviteter og helse og trivsel. Jeg konsentrerer meg om den siste utgitte Ungdatarapporten, NOVA rapport 7/15, og vil trekke inn tall fra de foregående rapportene der jeg finner det relevant. I de tallene som viser kjønns spesifisering vil jeg kommentere tall som gjelder for gutter, da min oppgave har fokus på gutter.

I temaet nære relasjoner som omhandler foreldre, venner og lokalmiljø, kan vi se at hovedandelen av norsk ungdom, i alle fall de som er med i Ungdataundersøkelsen, har det godt sammen med foreldrene, har minst en nær venn og at de trives i sitt lokalmiljø. Tallene viser også at når det gjelder emosjonell nærhet til foreldrene, så rapporterte 15 prosent av guttene og 18 prosent av jentene på 9.trinn, satt på spissen, at de ikke er fornøyd med sine foreldre og at de gjennom det kanskje ikke har en emosjonell nærhet til dem. Når det gjelder venner og vi vet at samspill med venner har betydning for utvikling av blant annet sosial kompetanse og selvbilde, viser tallene fra Ungdata at 11 prosent av guttene og 9 prosent av jentene på 9.trinn ikke har en fortrolig venn. Kvaliteten på lokalmiljøet kan ha stor betydning for ungdommens trivsel og utvikling, og det kan igjen gi ulike anledninger for sosialt samvær og nye muligheter. I Ungdataundersøkelsen rapporterte 26 prosent av guttene og 35 prosent av jentene at de ikke er fornøyd med sitt lokalmiljø. Hva dette skyldes er det sikkert ulike teorier om, men nedleggelse av arenaer som ville være naturlig for ungdom å oppsøke slik som fritidsklubber og ungdomskafeer i nærmiljøet, kan være en forklaring. På den andre siden skal vi se at ungdommer i dag tilbringer mer og mer tid hjemme, og har kanskje ikke behov for fellesarenaer som fritidsklubber.

Temaet fritidsaktiviteter omhandler organisert fritid, hjemme, ute med venner og mediebruk. Ungdatatallene viser også for temaet fritidsaktiviteter at hovedandelen av norsk ungdom er aktive i en fritidsorganisasjon. Organisert fritid er viktige arenaer for sosialt samvær, hvor ungdommens egne meninger, ferdigheter og sosial kompetanse utvikles i sosial samhandling med jevnaldrende. 35 prosent av guttene og 34 prosent av jentene i Ungdata er ikke med i en

organisert fritidsaktivitet, og er dermed ikke på arenaer hvor de kan få øvd på sin sosiale kompetanse i et organisert fellesskap. På den andre siden så gjør den nye kommunikasjonsteknologien det mulig å være hjemme og samtidig ha kontakt med sine venner via internett. Ca halvparten av ungdommene (både gutter og jenter) på 9.trinn bruker minst tre timer hver dag foran en skjerm. Gutter er langt mer opptatt av spill og jentene er mest opptatt av sosiale medier (NOVA, 2015). 71 prosent av guttene og 74 prosent av jentene i 9.trinn rapporterte å være mye hjemme om kvelden (to ganger eller mer). Ser vi på tallene fra den andre siden viser de at 29 prosent av guttene og 26 prosent av jentene har vært mindre enn to ganger i uka hjemme. Ca 1/3 av både guttene og jentene på 9.trinn er ute med venner mer enn to kvelder i uka. Kan det være at behovet for kontakt med jevnaldrende blir tilfredsstilt gjennom internett?

I det siste teamet jeg vil trekke frem, helse og trivsel, så er faktorene helse, trening, fysiske plager, psykiske plager og selvbilde tatt med. Egenomsorg og egen vurdering av helsen er viktig for om man oppsøker helsehjelp eller ikke. Hovedandelen av informantene på 9. trinn i Ungdata er fornøyd med sin helse, og flertallet trener ukentlig. Mens hovedandelen er fornøyd med egen helse, er 24 prosent av guttene og 34 prosent av jentene på 9.trinn ikke fornøyd med helsen sin. Det generelle bildet viser at de aller fleste trener, og at ungdom med mest psykiske helseplager trener minst (selv om det også i denne gruppen viser at tre av fire trener på ukentlig basis) (NOVA, 2015, s.65). Åtte prosent av guttene og 18 prosent av jentene på 9.trinn rapporterer i Ungdataundersøkelsen at de har daglige fysiske plager. De mest utbredte plagene som Ungdata viser til er hodepine, magevondt og smerter i nakke, skulder, ledd og muskulatur (ibid, s. 69). Når det gjelder psykiske plager viser NOVA (2015) til at konfliktfylte forhold i hjemmet og liten grad av sosial støtte, øker risikoen for depresjon og angst. Seks prosent av guttene og 18 prosent av jentene i 9.trinn rapporterer at de har depressive symptomer. De mest utbredte psykiske plagene er ”typiske stress-symptomer” (NOVA, 2015, s. 73), slik som ”alt er et slit” og ”bekymrer meg for mye om ting”. Tallene i Ungdataundersøkelsen viser at jentene oppsøker oftere hjelp enn guttene. Når det gjelder selvbilde, er dette «en viktig del av identiteten og handler om hvordan vi ser oss selv» (ibid, s. 76). 11 prosent av guttene og 32 prosent av jentene på 9.trinn rapporterer at de ikke er fornøyd med seg selv. ”Ungdom som sliter med psykiske helseplager har et spesielt negativt selvbilde” (NOVA, 2015, s. 77). Tankene og selvsnakket kan føre til automatiske negative tanker som en nedadgående spiral. Det er viktig å hjelpe ungdommene til å ta tak i slike negative tankemønstre. Handlinger, følelser og tanker henger sammen og de påvirker og



samspiller med hverandre. Oppsummert sier NOVA i denne rapporten at ”Uavhengig av kjønn er det slik at de som har flest psykiske plager, har dårligere relasjoner til foreldrene sine, de har færre venner, blir oftere mobbet og de liker seg dårligere i lokalmiljøet og på skolen enn de med god psykisk helse” (NOVA, 2015, s.4).

Tallene fra Ungdata (NOVA, 2015) viser at det er systematiske kjønnsforskjeller i ungdoms helse. Guttene er gjennomgående mer fornøyd med helsa si, og de opplever færre helseplager enn jentene (ibid, s.3). Utviklingen av depressive plager har over tid økt hos jenter, men tallene viser en nedgang hos gutter. Dersom de rapporterte tallene for gutter og jenter ses sammen, vil omfanget av depressive plager omtrent være uendret siden begynnelsen på 2010-tallet (ibid).

Funnene i Ungdata viser at det ikke nødvendigvis er de med høyest prestasjonsjag som sliter mest, ”tvert imot understreker rapporten at det først og fremst er de ungdommene som ikke er spesielt godt tilpasset på skole-, familie- og fritidsarenaene, som i størst grad rammes av dårlig psykisk helse” (NOVA, 2015, s.4).

Nå kan en sammenfatning at disse tallene jeg har presentert, vise et noe negativt bilde av ungdom på 9.trinn. Ungdatarapporten viser også til andre tall, blant annet at for gutter på 9.trinn som er veldig mye plaget med psykiske helseplager, så rapporterte 59 prosent at de var fornøyd med sine foreldre, 78 prosent hadde en fortrolig venn, 59 prosent var aktive i en fritidsorganisasjon, 44 prosent var fornøyd med helsen sin og 48 prosent var fornøyd med seg selv (utvalg av noen tall) (NOVA, 2015, ss.11 – 77). Disse tallene er tatt med for å gi et noe annet bilde enn det som er presentert tidligere.

Kort oppsummert så viser Ungdataundersøkelsene (NOVA, 2015) en tendens til at ungdom i Norge har det bra. Det ser ut til at landet har en veltilpasset og hjemmekjær ungdomsgenerasjon, som i økende grad tilbringer fritiden sin hjemme. De aller fleste ungdommene opplever foreldrene som viktige støttespillere i hverdagen. Majoriteten av deltakerne i Ungdataundersøkelsene har nære venner de kan stole på. De fleste uttrykker også å være fornøyd med lokalmiljøet de vokser opp i. Ungdommene rapporterer at de trives på skolen og de færreste er involvert i konflikter. Få har erfaring med rus og kriminalitet. ”Generelt er ungdom optimistisk med tanke på fremtiden” (ibid, s.2).

På den andre siden vekker ungdommens psykiske helse bekymring og andelen som rapporterer om psykiske plager i ungdomsårene er økende. Tallene Ungdata viser til er tall som viser til typiske symptomer på stress (NOVA, 2015), og det kan knyttes til forventningspress og karrierejag. Disse tallene utviser kjønnsforskjeller, og det er særlig jentene som rapporterer på disse punktene. Dette er i tråd med rapporten til Folkehelseinstituttet og Andvik og Gustavsen sin forskning, men ikke til undersøkelsen og tallene Kvello refererer til.

### **2.3 Oppsummering**

Jeg har i dette kapitlet gitt et innblikk i utviklingen av fokuset på psykisk helse, både internasjonalt og nasjonalt, gjennom å vise til relevante og aktuelle dokumenter og forskningsresultater. Der hvor jeg henviser til befolkningsundersøkelser, har jeg forsøkt å dra ut tall som er relevante for min oppgave. Som vi har sett så er fokuset på den psykiske helsen økende.

Vi har alle en psykisk helse, og den blir påvirket av flere faktorer. Det blir derfor viktig å løfte blikket mot et tverrfaglig samarbeid om vi skal kunne hjelpe de som har det vanskelig. Min oppgave handler om ungdom, og særlig gutter, ved 9.trinn på en ungdomsskole. Med det fokuset vil det være relevant å si noe om ungdomstiden, vennskap og relasjoner, sosial støtte og signifikante andre.

Det er en stor helseutfordring at flere og flere sliter med sin psykiske helse, og jeg skal i det neste kapitlet fokusere på teori som kan belyse noe av faktorene i helsefremmende arbeid.

### **3.0 Teori ”Å VÆRE NOE FOR NOEN”**

Ungdomstiden er preget av flere overganger, overgangen fra barneskole til ungdomsskole, overgangen fra barn til ungdom og til ung voksen. Ungdomstiden er også preget av utvikling, utvikling av nære og for noen varige relasjoner, utvikling kroppslig og hormonelt og utvikling av ikke minst holdninger til livet. Denne tiden kan også være en særlig sårbar periode, hvor det skjer store endringer både med og rundt ungdommene. Den kan i tillegg være en sårbar periode for noen, da det ser ut til at flere rammes av psykiske helseproblemer, slik jeg viste i forrige kapittel. Jeg vil komme nærmere tilbake til ungdomstiden i 3.3.

Faktorer som ensomhet og stress virker negativt på den psykiske helsen, og ensomhet og mangel på sosial støtte kan dermed bli en helseutfordring. En persons evne til å mestre hverdagslivets krav og utfordringer har stor betydning for den psykiske helsen. Denne evnen kan dermed fungere som beskyttelsesfaktor mot å utvikle psykisk uhelse. Det å oppleve å ha betydningsfulle mennesker rundt seg, som har som mål å «være noe for noen» kan også utgjøre en stor forskjell for mennesker. Opplevelsen av å få sosial støtte og det å være en del av et sosialt nettverk virker positivt på den psykiske helsen og kan i det lange løp gi en helsegevinst til mennesker.

Jeg vil i dette kapitlet først gi en kort introduksjon på et samfunnsvitenskapelig perspektiv med fokus på Wadell og Wadell sine forklaringstyper på menneskelig atferd og fenomener. Deretter vil jeg gi et innblikk i den kulturpsykologiske forståelsen omkring samspillet mellom gjensidig påvirkning og gjensidig avhengighet. I delemne 3.3 vil jeg først gi en innføring i det historiske synet på ungdom, og jeg vil berøre relevante emner som identitet, selvet og autonomi og mentalisering. I 3.3.1 vil jeg trekke inn temaet som relasjon og belyse ut ifra et ungdomsperspektiv. I 3.3.2 vil jeg si noe om sosial støtte og gi en kort innføring i de ulike variasjonene av sosial støtte og dets påvirkning i menneskelige relasjoner og interaksjoner. Jeg vil si noe om at sosial støtte kan virke positivt på den psykiske helsen og på personens livskvalitet.

Tilslutt vil jeg i 3.3.3 gjøre rede for signifikante andre/betydningsfulle andre og dets betydning for utviklingen av god psykisk helse, før jeg avslutter kapitlet med en oppsummering.

### 3.1 Samfunnsvitenskapelig perspektiv

Samfunnsforskere forsker på individ og samfunn, det vil si deltakere i ulike institusjoner som for eksempel familie, organisasjoner, lokalsamfunn, men de forsker også på økonomi og politikk. I og med at samfunnsforskere forsker på mennesker, blir forskeren konfrontert med sine egne informanter på en helt annen måte enn andre vitenskapsfolk. Wadel og Wadel sier dette i en setning «De som forsker og de som utforskes, er av samme slag» (2007, s.11).

For å forklare det vi ser, og det samfunnsforskere vil kalle teoretiske perspektiver, deles det ofte opp i tre vanlige utgangspunkt. Alle tre utgangspunktene er hentet fra Wadel og Wadel (2007, s.12);

- 1) Alle mennesker er like «på bunnen», og derfor handler de likt.
- 2) Alle mennesker er unike, særegne, og derfor handler de på sin egen (særegne) måte.
- 3) Noen mennesker er mer like enn andre ..., og derfor handler *grupper* og *kategorier* av mennesker likt (kursivering gjort av Wadel og Wadel).

Videre sier i nevnte forfatterene at alle utgangspunktene kan være sanne, og det kommer an på hvilket likhetsnivå vi tar utgangspunkt i når vi snakker om dem (ibid, s.13).

Den mest grunnleggende sosiale konstruksjonen er grupperinger av ting. Noen viktige grupperinger i et samfunn kan vi sammenligne med institusjoner, hvor «slike grupperinger gir en befolkning et permanent rammeverk, uavhengig av det enkelte individ, som individuell handling finner sted (Gellner 1970, referert i Wadel og Wadel, 2007, s.57), som for eksempel i en skole. I denne grupperingen er vi villig til å overse noen forskjeller, fordi likhetene er større (ibid, s.57). Cato Wadel og Carl C. Wadel skriver i sin bok *Den samfunnsvitenskapelige konstruksjon av virkeligheten* at om vi forklarer ut ifra et relasjonelt utgangspunkt, så er vi på nivå tre. Et relasjonelt utgangspunkt kan også beskrives som å ha et sosialt eller relasjonelt perspektiv. Wadel og Wadel belyser at samfunnsvitenskapelige forklaringer er relasjonelle/sosiale og at dette perspektivet går ut på at «noen mennesker blir mer lik hverandre ved at de *gjensidig påvirker hverandre gjennom sine handlinger*» (2007, s.15). Videre hevder de at når vi forklarer relasjonelt på en indirekte måte, som for eksempel at en person handler slik fordi den har handlet på den måten før, så har vi med «mer eller mindre bevisst for oss «noe» vi kan kalle samfunn eller kultur» (ibid, s.15). De utdyper dette nærmere og sier at «Samfunnsforskere vil si at *alle* mennesker lever *med, av og i* kultur og samfunn» (ibid, s.16).

Når det kommer til utvikling av psykiske helseproblemer og med fokus på hva som møter ungdom i skole og arbeidsliv, og i overgangene mellom skoler og arbeidsliv, sier Andvik og Gustavsen at det er nyttig med et samfunnsvitenskapelig blikk (2012, s.9). Dette fordi det ser ut til at det er flere med psykiske helseproblemer som faller ut av utdanningssystemet og arbeidslivet (ibid, s.9). Ved å falle utenfor utdanningssystemet og arbeidslivet, faller ungdommen dermed ut fra samfunnets rammer. Helseutfordringer påfører samfunnet store økonomiske kostnader. Der hvor vi kanskje tenker at det i lavinntektslandene må være høy grad av depresjon og andre psykiske lidelser og dermed store helseutgifter på grunn av slike belastninger i hverdagslivet, viser tallene til WHO at «0,5% av de totale helseutgiftene i lavinntektsland går til psykisk helse, mens tall i høyinntektsland er det 5,1%» (referert i Ulland et al, 2015, s.253). Disse tallene kan analyseres forskjellig. Det kan bety at det er liten grad av psykiske lidelser og derigjennom minimale helseutgifter i lavinntektsland, eller at det er lite fokus på psykiske helseproblemer i slike land. På den andre siden kan tallene vise at i høyinntektsland oppleves det større forventninger mot å lykkes på flere områder og dermed er fallhøyden større dersom man mislykkes, eller at det i høyinntektsland så tas psykisk helse på alvor og derigjennom medfører dette fokuset høye helseutgifter.

Andvik og Gustavsen er opptatt av at vi må se utfordringene til ungdommene i sammenheng med hverdagslivet og komplekse livssituasjoner, og vi må se hele mennesket i den konteksten han/hun er i (2012, s.9). Videre sier de at det er kostnadsbesparende både for individet og samfunnet å følge opp ungdommene, spesielt i disse overgangene, og gi veiledning som har fokus på «hele mennesket» (ibid).

Denne sammenhengen mellom individ og samfunn som Andvik og Gustavsen snakker om, er også Berger og Luckmann opptatt av. De skriver i sin bok *Den samfunnsskapte virkelighet* at det er en gjensidig påvirkning mellom individ og samfunn, det vil si at påvirkningen er dialektisk (1966). Den samfunnsskapte virkelighet endres kontinuerlig i takt med denne gjensidige påvirkningen. Den kulturpsykologiske forståelsen går litt lenger og sier at det både er en gjensidig påvirkning og en gjensidig avhengighet mellom individ og samfunn. Jeg kommer tilbake til dette i 3.2.

Jeg skal videre gi en innføring i Cato og Carl C. Wadel sine forklaringstyper på menneskelig atferd og fenomener.

### 3.1.1 Wadel og Wadel sine forklaringstyper (egenskaps-, system- og relasjonsforklaringer)

Jeg vil i denne delen gi en innføring i Cato Wadel og Carl C. Wadel sine forklaringstyper på menneskelig atferd og fenomener. Jeg vil kort si noe om egenskapsforklaringer og systemforklaringer, og så vil jeg ha størst fokus på relasjonsforklaringer da jeg vurderer at den er mest relevant for min masteravhandling.

I folkelige tale går egenskapsforklaringer, systemforklaringer og relasjonsforklaringer over i hverandre og brukes om hverandre. Når de skilles ut i samfunnsvitenskapen, så gjøres det fordi det er viktig å kunne skille dem ut og forklare dem ut i fra en samfunnsvitenskapelig perspektiv. Samfunnsforskerne Wadel og Wadel hevder at den eneste fullgode forklaringen på menneskelig atferd er ut i fra et relasjonelt eller sosialt perspektiv, da i dette perspektivet tas det utgangspunkt i at noen mennesker «blir mer like hverandre ved at de *gjensidig påvirker hverandre gjennom sine handlinger*» (2007, s.14).

A. *Egenskapsforklaringer* er forklaringer ut i fra egenskap, og den forklarer atferd ut i fra en indre egenskap hos personen, for eksempel personens moral, personlighet, karakter, natur. Et eksempel på dette kan være at «sønnen hjelper til hjemme, fordi han er snill».

Egenskapsforklaringer er tautologiske, det vil si at de er sirkulære (Wadel og Wadel, 2007, s.29). At de er tautologiske vil si at atferd x forklares ved egenskap x som igjen forklarer atferd x. Egenskapsforklaringer stopper opp, da den ikke forklarer hvordan individet har *ervert seg egenskapen* (ibid, s.29), og Wadel og Wadel sier videre at de fleste egenskapene er ervert gjennom i samhandling med andre og vedlikeholdes i samhandling med andre.

Forfatterne sier videre at egenskapsforklaringer ikke er relasjonelle på atferd, fordi egenskapsforklaringer ikke refererer ikke til andre individer/gruppers atferd i forklaringen på atferd. Vi kan gjøre egenskapsforklaringer relasjonelle ved å for eksempel å definere atferden «å hjelpe til» = «å være snill» kan vi tenke oss at sønnen hjelper til fordi hun/han blir belønnet med ros for det. Det blir, slik Wadel og Wadel forklarer det, en middel – mål situasjon. At det kan kalles relasjonell, er fordi den påviser en samhandling mellom individene, «den refererer til samhandling hvor den ene handlingen forstås med referanse til en annen handling, utført av et annet individ enn det som utførte den første handlingen» (Wadel og Wadel, 2007, s.33).

Når vi anvender egenskapsforklaringer i forhold til grupper, bruker vi de samme betegnelse

som egenskapsforklaringer på individer. I følge Wadel og Wadel blir vi gjennom media kjent med en rekke grupper av mennesker, men som vi ikke kjenner videre i noe særlig grad (2007, s.38). Ved å vite om disse gruppene (og ikke kjenne dem), gjør til at vi blir forenklet i forklaringen av dem, og vi tilskriver dem egenskaper/moralske kvaliteter som igjen plasserer dem sosialt i forhold til andre grupper (ibid). Hvilket verdsett bruker vi når vi skal beskrive atferden til en gruppe ut i fra egenskapsforklaringer? For eksempel når vi skal beskrive gruppen ungdom. Voksnes forklaring og ungdommens forklaring om gruppen ungdom kan nok utarte seg noe forskjellig. Dette kommer jeg mer tilbake til i 3.3.

Dersom vi skal gjøre egenskapsforklaringer overfor sosiale grupper om til relasjonelle og samfunnsmessige forklaringer, må vi utvide den sosiale konteksten (ibid, s.40). Den vil så fall gjelde store deler av samfunnet. Jeg går ikke videre inn i dette.

B. *Systemforklaringer* er forklaringer ut i fra ytre forhold, for eksempel systemet, strukturen samfunnet. Med dette perspektivet forklares folks handling og atferd ut i fra ytre forhold, for eksempel at systemet er slik og det er ingenting vi kan gjøre noe med (Wadel og Wadel, 2007, s.41). Folk som forklarer atferd ut i fra system, ser sin egne og andres problemer i en større sammenheng, og individforklaringer er dermed ikke tilstrekkelig. Et eksempel på det er at «det politiske systemet som gjør at det er fattige i Norge». I en systemforklaring så vil det for eksempel i en kommune med 100.000 innbyggere være et individuelt problem om en person er arbeidsledig, men dersom det er 1000 personer som er arbeidsledig, så vil det bli betegnet som et samfunnsproblem.

Systemforklaringer er ikke relasjonelle forklaringer. Relasjonelle forklaringer innebærer en analyse av handling, og vi må kunne skille ut aktører (Wadel og Wadel, 2007, s.46). De sier videre at

Vi må kunne *spesifisere* handling (hva som blir gjort), *situasjonen* eller omstendigheter (når og hvor ting blir gjort), *hvem* som gjør ting og i hvilken kapasitet (dvs. skille ut statuser og statussett), ved hjelp av *hva* (ferdigheter eller ressurser) en gjør ting, og *formål* (hvorfor en gjør ting) (ibid, s.46).

Det kan vi ikke uten videre gjøre med utgangspunkt i systemforklaringer.

Videre må vi spesifisere samhandlingsparter og samhandlingsform (ibid). I samfunnsvitenskapen spesifiseres samhandlingsform ofte inn i fire, a) transaksjoner eller

bytterelasjoner, b) makt-avhengighetsforhold, c) inkorporasjoner eller innlemmelser eller d) «ritualer», det vil si samhandling som først og fremst er kommunikativ (ibid, s.46). Jeg kommer tilbake til samhandlingsformer under relasjonsforklaringer.

Wadel og Wadel refererer til to andre kjente samfunnsvitere, sosiologene Berger og Luckmann, som sier at mennesket består av et dobbelt væren – som både produsent og produkt (referert i Wadel og Wadel, 2007, s.49). Som jeg har vist til tidligere, så sier Berger og Luckmann at samfunn og kultur er et menneskelig produkt, og mennesket er et samfunns- og kulturprodukt. Det vil si at de er i et dialektisk forhold, de er gjensidige produkt (ibid, s.49). Berger og Luckmann lanserte et analytisk perspektiv bestående av tre deler; a) samfunnet er et menneskelig produkt, b) mennesket er en objektiv virkelighet og c) mennesket er et samfunnsmessig produkt (ibid, s.50). Jeg går ikke videre inn i dette.

*C. Relasjonsforklaringer* forklarer atferd til et individ eller gruppe med referanse til andre individers eller gruppers atferd. «Vi blir tvunget til å ta våre egne handlinger med i våre forklaringer» (Wadel og Wadel, 2007, s.26). Relasjonsforklaringer tar i bruk relasjonelle begreper for å kunne gi relasjonelle forklaringer på menneskelig atferd (ibid, s.70), og de refererer til Emirbayer (1997) som sier at «individer ses i sammenheng med de relasjonene de er en del av (ibid, s.70). Samspill mellom mennesker oppstår i relasjonene, slik at bygging og utvikling av relasjoner blir viktig.

Wadel og Wadel skiller mellom ulike typer sosiale relasjoner. Primære relasjoner kan betegnes som stabile, varige og kjennetegnes som regelmessig samhandling. Disse er viktig for vår utvikling og identitet (2007, s.73). En annen type relasjoner er mer sporadiske og ikke så viktige. Disse kan beskrives som sjeldnere kontakt med andre personer og samhandlingen er ofte formell (ibid, s.73). Noen relasjoner er kjennetegnes ved at det er sterke gjensidige bånd mellom personene, for eksempel ektefeller eller venner (ibid, s.74). Enkeltr relasjoner danner samlet, ved at det inngår i et større hele, det vi kaller nettverk (ibid, s.74).

Det er flere forhold innen relasjoner, og tillitsforholdet er en sentral side. Et «tillitsforhold innebærer gjensidig tillitsvekkende og tillitsskapende atferd mellom partene i en relasjon» (Wadel og Wadel, 2007, s.75). Andre forhold kan være læring, motivasjon og følelser, og som utgjør sentrale former ved sosiale relasjoner (ibid, s.75).



Læring er ofte individuelt betegnet, om noe som skjer inni oss, og knyttes da til en «intrapersonlig prosess» (Wadel og Wadel, 2007, s.75). Læringsforhold betegner en læring mellom personer som samhandler og de forholdene mellom menneskene som påvirker læringen, og som skjer i relasjoner. Dette knyttes ofte til «interpersonlige prosesser», og læringen er koblet til at erfaringene til personene blir knyttet sammen (ibid, s.75). Fra et relasjonelt perspektiv må personene både kunne lære fra seg, men de må også kunne lære til seg.

Motivasjon blir ofte ansett som individuelle drivfaktorer (Kaufmann & Kaufmann, 2003, referert i Wadel og Wadel, 2007, s.76). Cato Wadel skrev allerede i 1999 at motivasjon i høy grad blir mobilisert mellom mennesker (Wadel og Wadel, 2007, s.76). Når vi snakker om motivasjonsforhold, så snakker vi om «partene i en relasjon motiverer og lar seg motivere av hverandre» (ibid, s.76). Fra et relasjonelt perspektiv så må vi også være klar over at det krever en innsats hos oss selv å være åpne for å la oss motivere.

Vi tenker ofte at følelser er individuelle. Flere av følelsene våre er midlertidig utenkelig uten å tenke følelser i samhandling med andre mennesker, og Wadel sier at våre følelser til andre er avhengig av hva vi tror andre føler om oss (1996b, referert i Wadel og Wadel, 2007, s.76). Følelsesforhold har en mellommenneskelig forankring og er en gjensidig påvirkning, og et relasjonelt perspektiv på følelser er nettopp denne forankringen (ibid, s.76).

Læringsforhold, motivasjonsforhold og følelsesforhold kan prege ulike relasjoner i ulik grad og med ulik styrke. En relasjon kan være preget av en eller flere av forholdene, eller ingen av dem, og det vil ha betydning for samhandling. Forstyrrelser i ett forhold kan ha påvirkning på andre forhold (ibid, s.77).

Begrepet individ er en sosial konstruksjon og person er en annen sosial konstruksjon (Wadel og Wadel, 2007, s.80). Vi teller antall individer i en klasse, men en klasse består av x antall personer. Vi vender personene mot en sosial identitet, når vi gir dem navn, og de trer tydeligere frem når vi også knytter dem til andre personer, for eksempel med å identifisere dem med etternavn (ibid, s.81). Vi har mange sosiale identiteter gjennom våre ulike roller, og de sosiale identitetene fremstår ulikt alt etter hvilken rolle vi har i en samhandling. Forskjellen mellom individ og person er at et individ kan være særegent, det vil si at alle mennesker er unike, og et individ kan være universell, det vil si at alle mennesker er like. En sosial

konstruksjon av en person, er at noen mennesker er mer lik enn andre og at disse kategoriene av mennesker har noe til felles (ibid, s.82). En person er en sammensatt enhet, og det den er sammensatt av kalles posisjoner eller statuser (ibid, s.82). Vi har statuser på ulike arenaer, og de betegnes ofte som statussett. Noen statussett kan være symmetriske, det vil si at begge har samme status, for eksempel venn – venn, mens andre statussett kan være asymmetriske, det vil si at de har forskjellig status, for eksempel forsker – informant (ibid).

En rolle er aktivisering av statuser i situasjoner, når vi utfører de rettigheter og plikter som vi har ut i fra statusen, for eksempel som forsker. Rolle og status utgjør med dette et begrepspar (Wadel og Wadel, 2007, s.86).

I samfunnsvitenskapen grupperes samhandling inn i tre grupper; a) inkorporasjon (innlemmelse), b) makt-avhengighet og c) bytte (Wadel og Wadel, 2007, s.91). Innlemmelser gjennom et livsløp, for eksempel barn - ungdom – student – arbeidsliv – pensjonist representerer overganger og statusendringer eller statustilegninger. Slik innlemmelser representerer også «grunnleggende endring i vår identitet» (ibid, s.93), hvor vi må «erhverve oss og utøve nye ferdigheter» (ibid, s.93). Den andre gruppen i samhandling er makt – avhengighet. Det første Wadel og Wadel gjør er å definere at makt tilligger sosiale relasjoner og det andre er at en må være i «besittelse av bestemte ting for å ha makt» (2007, s.97). De sier videre at begge disse forholdene får vi frem ved å koble avhengighet til makt, og vi har dermed konstruert et relasjonelt begrep (ibid, s.97). Den siste gruppen i samhandling består av et bytteperspektiv, hvor bytte, slik Wadel og Wadel definerer det, er «en gjensidig strøm og motstrøm av ytelser» (2007, s.98). Et slikt bytte kjennetegnes også ved «den forpliktelse til gjensidighet vi pålegger oss selv og andre (ibid, s.98).

I samfunnsvitenskapen kategoriseres samhandling ved bruk av relasjonelle begreper, det vil si begreper som går direkte på samhandlingen (Wadel og Wadel, 2007, s.101). Når vi ser på og analyserer samhandling, må vi være oss bevisst hvilke begreper/grupperinger vi bruker på samhandlingen, slik at vi kan forstå disse riktig. I en ungdomsgruppe kan alle de overnevnte begrepene anvendes når vi analyserer samhandlingen innad i gruppa.

Gjennom samhandling blir ulike ferdigheter hos personene mobilisert og i en samhandlingsprosess, i den grad det er en gjensidig forståelse av ferdigheter, må vi tenke relasjonelt om ferdigheter Wadel og Wadel, 2007, s.105). Utvikling og mobilisering av

ferdigheter i en ungdomsgruppe må forstås som en gjensidig påvirkning mellom personene i gruppa, dersom vi anvender et relasjonelt perspektiv.

I 3.1 og 3.1.1. har jeg forsøkt å gi et lite innblikk i samfunnsvitenskapen med fokus på Wadel og Wadel sine tre forklaringstyper på menneskelig atferd og fenomener, hvor jeg har hatt et særlig blikk på relasjonelle forklaringer. Slike relasjonelle forklaringer innebærer at det er en gjensidighet mellom personene, og at en er villig til både å gi men også evne å ta imot. Et annet perspektiv på gjensidighet er den kulturpsykologiske forståelsen, og det er den jeg kommer til nå.

### **3.2 Kulturpsykologisk forståelse**

Jeg vil i denne delen gi et innblikk i den kulturpsykologiske forståelsen omkring gjensidig påvirkning og gjensidig avhengighet. Den kulturpsykologiske teorien er godt egnet til å analysere min empiri, da den har fokus på meningskonstruksjon og på den gjensidige avhengigheten mellom individ og samfunn. Jeg har tatt utgangspunkt i boka *Kulturpsykologi. Bevegelser i et livsløp*, redigert av Kirsten Thorsen og Ruth Toverud.

I et kulturpsykologisk perspektiv så vil fokuset være på hvordan utviklingsforløpet formes av dem som deltar i prosessene, og hvordan disse er påvirket av de ”materielle, sosiale og kulturelle forholdene” (Toverud et al. 2002, s.23). Kulturpsykologi er en forståelse av en person og et samfunn som gjensidig konstituerende, hvilket betyr at de er gjensidig etablerende. Dette er fenomener som tenkes avhengig til hverandre. ”Den sosiale strukturen, det vil si omgivelsene individet befinner seg i på et gitt tidspunkt, kan fortelle noe om hvordan individet forstås av andre og seg selv» (ibid, s.23). Slik forstått vil forståelsen av seg selv og andre endres etter hvilke omgivelser individet befinner seg på til enhver tid.

Kulturpsykologi er den norske oversettelsen for «Cultural Psychology», og begrepet er blant annet beskrevet av den amerikanske kulturanthropologen Richard Shweder. I sin programerklæring fra 1990 hevder han at kulturpsykologi innebærer studiet av «hvordan kulturelle tradisjoner og sosial praksis regulerer, uttrykker og omformer den menneskelige psyke» (oversatt i og referert fra Toverud et al.2002, s.17), og som resulterer i variasjon i tro og tenkning.

Videre hevder Shweders definisjon på kulturpsykologi at

Kulturpsykologi er studiet av måter subjekt og objekt, selvet og andre, person og kontekst, figur og grunn, praktiker og praksis, lever sammen, er avhengig av hverandre – og dynamisk, dialektisk og i fellesskap former og skaper hverandre (oversatt i og referert fra Toverud et al. 2002, s. 17).

Definisjonen åpner opp for å se måter mennesker og samfunn lever sammen på, og er avhengig av hverandre på. Dette fellesskapet er i bevegelse og gjennom en dialektisk tilnærming for å søke å forstå, ser vi at dette fellesskapet former og skaper hverandre. Mennesker og samfunn er «gjensidig konstituerende» (Toverud, R. et al, 2002, s.20), hvor det ene kan ikke leve og utvikles uten den andre.

Solheim (1990) definerer kultur som «et bestemt system av meningssammenhenger som ordner og gir form til menneskelig erfaring og virkelighet» (referert i Toverud et al, 2002, s.20). I sin forklaring på dette synet sier Toverud et al. at disse meningssystemene er kulturen og den meningsskapende virksomheten er menneskene som deltar i kulturen. (2002, s.20). Hun argumenterer derfor med at det er to sider av samme sak. Toverud et al. sier videre at disse etablerte meningssystemene «befestes, utfordres og endres gjennom deltakernes handlinger og samhandling» (2002, s.20).

I boken *Kulturpsykologi. Bevegelser i et livsløp*, redigert av Kirsten Thorsen og Ruth Toverud, vises det gjennom flere kapitler skrevet av ulike forfattere, at den personlige endringen og utviklingen skjer gjennom et langt livsløp. Denne endringen og utviklingen vil ikke være forbeholdt en fase av livet, men endres gjennom den gjensidige avhengigheten og påvirkningen som skjer i alle fasene av livet. Sosiale fenomener må forstås ut i fra sin sammenheng, sin kontekst, det vil blant annet si gjennom sin kultur. Mennesker formes av sin kultur og kulturen formes av menneskene. Det er nettopp i dette samspillet at menneskers liv preges av sine omgivelser, og vi preger omgivelsene tilbake. Mennesket og dets handlinger må alltid forstås ut fra sin kulturelle sammenheng (Toverud et al, 2002).

Jeg har valgt ut noen begreper fra kulturpsykologien og vil kort forklare disse. Disse er konstituerende samspill, aktørstatus og meningskonstruksjon.

### *Konstituerende samspill*

Slik jeg har skrevet tidligere så er konstituerende samspill et gjensidig samspill hvor et fellesskap former og skaper hverandre. Utviklingsresultatene er øyeblikksbilder, som er preget av den aktuelle konteksten det utvikles i (Toverud, 2002). Utviklingsmålene i de aktuelle miljøene, hvor noe skapes, opprettholdes og endres, er gitt den sosiokulturelle konteksten. «Verdier utgjør byggesteiner i selvoppfatningen, og verdier forener og skiller mellom generasjonene i deres ulike måter å forme historiene om seg selv om sine liv (Toverud et al, 2002, s.28). For ungdom vil konstituerende samspill gjøre seg gjeldende innad i vennegruppa hvor fellesskapet former og skaper hverandre, men også i forhold til verdiene som utgjør byggesteinene i selvoppfatningen, slik Toverud et al formulerer det. Jeg kommer tilbake til ungdom i 3.3.

### *Aktørstatus:*

Aktørstatus bygger blant annet på aktørforståelse, det vil si hvordan vi oppfatter en person i forhold til sine omgivelser (Toverud, 2002, s.43). Er aktøren et passivt objekt eller et handlende subjekt? Den forståelsen vi har om oss selv som aktiv eller passiv kan noen ganger samsvare med hva omgivelsene forstår oss som, og noen ganger samsvarer det ikke. Denne forståelsen vil være betinget den sosiale og kulturelle konteksten.

Aktørstatus handler om rettighetene og pliktene til en person. Barn og unges aktørstatus har endret seg over tid. Barn og unges status som aktører, og dermed deres rettigheter og plikter, øker i takt med alder og modenhet. I dag er deres rettigheter, og til dels plikter, til deltakelse nedfelt i flere lover. Toverud refererer til Davies og Harrés og ifølge dem handler individets aktørstatus om posisjonering, og gjennom statusen og individets posisjonering åpnes mulighetene individet har for forhandling og påvirkning. (Toverud, 2002, s.43). For ungdom handler aktørstatus og posisjonering hovedsakelig om rettigheter og plikter innad i vennegruppa, men også i forhold til andre systemer og institusjoner slik som kulturen de er i, samfunnet de bor i og skolen de oppholder seg på. Jeg kommer tilbake til ungdom i 3.3

### *Meningskonstruksjon:*

Hvordan skaper mennesket mening i sitt liv? Mennesket er meningssøkende og vi strever etter å skape mening og forståelse av oss selv og for våre omgivelser (Toverud et al, 2002). Meninger og oppfatninger oppstår og endres gjennom forhandlinger, det vil si gjennom

relasjonsforhandlinger. For å konstruere mening i sitt liv, kan man anvende såkalte kulturelle redskaper og relasjonsforhandlinger. Kulturelle redskaper vil blant annet si, kunnskap som gjerne er overført i generasjoner, men også kunnskap som er formet av den aktuelle og gjeldende kulturen og av menneskene som deltar. Kultur er et bestemt system av meningssammenhenger (Solheim, 1990, referert i Toverud et al, 2002, s.20) og gjennom deltakelse i kulturen gir menneskene mening til den skapende virksomheten (Toverud et al, 2002, s.20). For ungdom handler meningskonstruksjon om å skape mening med livet, her og nå.

Jeg har i 3.2 forsøkt å gi et innblikk for kulturpsykologien, med spesielt fokus på gjensidig påvirkning og gjensidig avhengighet mellom mennesker og samfunn. Jeg har kort forklart konstituerende samspill, aktørstatus og meningskonstruksjon og vil komme tilbake til dette i analysen. Jeg vil nå vie resten av kapittel tre til å snakke om ungdom.

### **3.3 Ungdom**

Først i dette underkapitlet vil jeg gi en innføring i det historiske og kulturelle synet på ungdom, og jeg vil berøre relevante emner som identitet, selvet og mentalisering.

I 3.3.1 vil jeg trekke inn temaet som relasjon og sosial kapital, og belyse det i et ungdomsperspektiv. 3.3.2 omhandler sosial støtte og jeg vil gi en kort innføring i de ulike variasjonene av sosial støtte og dets påvirkning i menneskelige relasjoner og interaksjoner. Jeg vil si noe om at sosial støtte kan virke positivt på den psykiske helsen og på personens livskvalitet. Tilslutt vil jeg i 3.3.3 gjøre rede for signifikante andre/betydningsfulle andre og dets betydning for utviklingen av god psykisk helse,

#### *Historisk og kulturelt syn på ungdom*

Willy Aagre sier i sin bok *Ungdomskunnskap – hverdagslivets kulturelle former* at når man tenker på ungdom så må man skape sammenhengende tanker «innenfor de kategoriene og begrepsrammene som er tilgjengelig på det tidspunktet de utformes» (2014, s.15).

Urie Bronfenbrennes utviklingsøkologiske modell bidro på 1970-tallet til et helhetssyn på barn og ungdoms oppvekstforhold, og til en forståelse av det sosiale nettverkets betydning for utviklingen (Aagre, 2014). Den utviklingsøkologiske modellen beskriver hvordan individer sosialiseres inn i en kultur, og den bygger på en forståelse av individ og omgivelser i et samspill, hvor det er dynamiske vekselvirkninger mellom de ulike systemene (Bø, 2012,

s.170). Bronfenbrenner oppfatter oppvekstmiljø som en «serie sammenhengende strukturer hvor den ene utgjør kjernen i den andre» (ibid, s.170). Bronfenbrenner snakket om systemer og den dynamiske vekselvirkningen mellom systemene.

De historiske endringene vil til enhver tid sette sitt preg på hva som er de gjeldende oppfatningene om ungdom (Aagre, 2014, s.15). I et romantisk syn på ungdom fremstilles ofte ungdom som entusiastiske, lidenskapelige og følsomme (ibid). Et annet syn er ungdom som praktiske og realistiske tilstedeværelse i sin egen tid, hvor de blant annet er i front på å prøve nye tekniske nyvinninger og fanger fort opp nye trender (ibid, s.16).

Synet på ungdom kan også ha med politiske oppfatninger å gjøre. Willy Aagre viser blant annet til ungdommelige motkulturer, som for eksempel av de radikale ble hyllet som «revolusjonær fortropp med evne til å fornye samfunnet og bryte ned gammeldagse strukturere i familie, kultur og samfunnsliv» (ibid, s.16), og som hadde stor betydning på 1960- og 1970- tallet (2014). Han sier videre at det ikke ser ut til at gjennomslagskraften til de ungdommelige motkulturene har vært så stor, og han begrunner det med å vise til Stortingsvalget i 2013 hvor det var stor grad av sammenheng mellom resultatene i skolevalget og det ordinære Stortingsvalget (Aagre, 2014, s.16).

Media gir ofte beskrivelser av at ungdom har problemer, som for eksempel «økende rusmisbruk» i ungdomsmiljøene eller ”økende uro” i skolen (Aagre, 2014), mens nyere forskning viser et annet bilde. Ved å ta utgangspunkt i Wadel og Wadel sin egenskapsforklaring, slik jeg presenterte den i 3.1.1, blir vi gjennom media kjent med en rekke grupper av mennesker. Det at vi kun vet om disse gruppene (og ikke kjenner dem), gjør til at vi blir forenklet i forklaringen av dem. Gjennom denne forenklingen tilskriver vi dem egenskaper/moralske kvaliteter, som igjen plasserer dem sosialt i forhold til andre grupper (Wadel og Wadel, 2007, s.38). NOVA har gjennom sine Ungdata undersøkelser vist til at det er en tendens til at ungdom i Norge er en veltilpasset og hjemmekjær generasjon, og at det er få ungdommer som har erfaring med rus og kriminalitet (NOVA, 2015). Resultatene fra Ungdata føyer seg inn i en langsiktig trend, ”der det særlig fra tusenårsskiftet og framover har skjedd noe ganske markerte endringer i ungdomsmiljøene” (NOVA, 2013, s.3). Oppsummert fra tusenårsskifte kan man si at typiske ungdomsproblemer som rus og kriminalitet er blitt redusert, elevene støtter i større grad opp om skolen og det er det blitt vanskeligere å finne

betegnende ungdomstrekk innenfor verdier og holdninger, som eksplisitt viser mot en egen ungdomskultur (NOVA, 2013).

Ungdomskategorien rommer mennesker i en bestemt aldersgruppe, men hvor den øvre- og nedre aldersgruppen varierer alt etter lover, regler, normer og kulturer i ulike land. I Norge betegnes du som tenåring når du blir 13 år, mens du mer beskrives som ungdom når du begynner på ungdomsskolen. Den øvre aldersgrensen varierer mer, hvor du som 15 åring har nådd den kriminelle lavalder, som 16 åring passerer du den seksuelle lavalder og kan ta sertifikat på moped, som 18 åring er du myndig, har stemmerett, kan kjøre opp til sertifikat og kan kjøpe øl og tobakk, mens du må vente til du er 20 år før du kan kjøpe sprit på vinmonopolet (BLD, 2010).

I en historisk og kulturell forståelse kan ungdom også forstås som et sett av tilstander (BLD, 2010), som preges av overganger og midlertidige situasjoner. Overgangene fra barneskole til ungdomsskole og videre til videregående kan for mange barn og unge fortone seg som både livgivende og sårbare situasjoner. Disse overgangene mellom fasene er en forutsetning for vekst og vil naturligvis være preget av en viss grad av risiko. ”Risiko kan være livgivende og utviklende dersom det ikke innebærer for mange, for store og for uoverkommelige forhold” (ibid, s.7). Veilederen til Barne-, likestillings- og inkluderingsdepartementet *Det magiske øyeblikket. Hvordan komme i kontakt med ungdom som sliter* referer til Nordal m fl (2006) som sier om risiko at det er «en hvilken som helst faktor hos individet eller i oppvekstmiljøet som kan assosieres med redusert sannsynlighet for fremtidig psykososial utvikling» (BLD, 2010, s.7). Øyvind Kvello sier om risikofaktorer at det «er en fellesbetegnelse på forhold som øker faren for at personer utvikler psykiske og/eller sosiale vansker» (2015, s.246).

Motsatsen til risikofaktorer står beskyttelsesfaktorer. Nordahl m fl (2006) definerer beskyttelsesfaktorer som «en hvilken som helst faktor i individet eller i oppvekstmiljøet som kan assosieres med redusert sannsynlighet for fremtidig negativ psykososial utvikling» (referert i BLD, 2010, s.7). Om beskyttelsesfaktorer sier Kvello at de «demper sannsynligheten for utvikling av vansker når en personer er rammet av risikofaktorer» (2015, s.246). Videre sier Øyvind Kvello at det er mer kvantiteten (antallet) enn kvaliteten (kjennetegnet) på risikofaktoren som best predikerer om barn og unge vil utvikle vansker eller ikke, og det er stresset og belastningen over tid som synes å være mest skadelig (2015).



I disse overgangene har tilknytning til utdanning og senere arbeidsliv en stor betydning for utviklingen av selvtillit og tilhørighet, og de unge trenger å ”bli møtt, forstått og fulgt systematisk opp” (Andvik og Gustavsen, 2012, s.197), slik jeg har skrevet om tidligere. Ungdom kan beskrives som kompetente, som er utrustet med egne kvaliteter og ressurser (Börjesson, 2013). Hun sier videre at noen ganger er disse kvalitetene og ressursene skjult både for ungdommen og omverden (ibid, s.11). Mia Börjesson beskriver ungdom som mennesker under ombygging, som et mektig folk og som interesserte og fulle av energi (2013, s.11). Ungdom både innhenter og tolker ulik informasjon og budskap fra en hel verden som den største selvfølge. De fleste ungdommer har i all hovedsak et kontaktnett som strekker seg langt utover landegrensene (ibid, s.11). Slik jeg skrev det i 2.2.1 så, ifølge tallene fra siste Ungdataundersøkelse, bruker flesteparten av ungdommene mellom 2 – 4 timer hver dag på skjermaktivitet (NOVA, 2015). Ungdom i dag er pådrivere og ofte de første til å ta i bruk nyvinninger på elektronikkfeltet. Skjermaktiviteten består av både tv, telefon og spill, samt i forhold til skolearbeid. For ungdom på 9.trinn bruker 53 prosent av guttene og 46 prosent av jentene minst tre timer hver dag foran en skjerm (Nova, 2015, s.55).

### *Identitet, selvet og mentalisering*

En persons identitet utvikles kontinuerlig gjennom et langt og levd liv. Berger og Luckmann sier at identitet blir skapt i et samspill mellom organismen, bevisstheten og den sosiale strukturen (1966, s.12). Begrepet identitet knyttes gjerne til det «kontinuerlige i sin selvopplevelse og selvpresentasjon» (Toverud, 2002, s.43). I kulturpsykologien ses gjerne identitet i sammenheng med ulike kategorier, for eksempel kjønn, alder, klasse og utdanning. Det er både de individuelle og unike erfaringene og den diskursive betydningen som virkeliggjør kategoriene (ibid, s.44).

Identitetsskaping er blitt en oppgave for den enkelte, da tradisjonene ikke lenger gir entydige svar på hvem du er og hvem du skal bli (Sagatun, 2008, s.135). Man møter nye erfaringer med personlig, livshistorisk ballast, som er med på å forme deg og din identitet. Forståelsen av ungdom som en kategori vil endre seg med blant annet tiden og med den kulturen ungdom opptrer i. Voksne vil ofte beskrive ungdom ut i fra atferd, og dette kan være forståelig da ”det er gjennom våre handlinger, vår atferd, at vi blir synlig for andre mennesker” (BLD, 2010, s.7). Ungdom derimot beskriver gjerne seg selv ut i fra følelser og relasjoner, hvor de betegner seg som sosial inkludert eller sosialt ekskludert fra venner og dermed det sosiale fellesskap (ibid, s.7). Slik sett vil ungdom beskrive seg selv på en måte, som noen ganger kan

være annerledes enn dersom en voksen skulle beskrive kategorien ungdom. Toverud sier i sin artikkel *Våre helstøpte og mangfoldige selv. Et både-ogperspektiv på psyke og kultur* at dersom min selvforståelse av å være ungdom og andres forventinger til meg som ungdom ikke samsvarer, får vi brudd på kontinuiteten (2002, s.45), og hun konkluderer med at denne forståelsen illustrerer identitetsdannelsen som en kontinuerlig prosess og som skapes i samspillet mellom person og omgivelsene (ibid, s.45).

Identitet og rolle er ikke det samme, hvor rolle er statisk mens identitet er mer dynamisk og skiftende (Berger og Luckmann, 1966, s.12). Wadel og Wadel sier, slik jeg skrev det i 3.1.1, at en rolle er aktivisering av statuser i situasjoner, og rolle og status utgjør med dette et begrepspar (2007, s.86). I følge sistnevnte innehar vi statuser på ulike arenaer og disse statusene betegnes ofte som statussett. Statussettene kan være symmetriske eller asymmetriske, slik jeg har beskrevet det tidligere.

I forlengelsen av utviklingen av identiteten er utviklingen av selvet og autonomien også viktig i ungdomstiden. I en vestlig forståelse av «å være seg selv» innebærer det å forstå selvet som å være «kontinuerlig, avgrenset og lokalisert til hudens innside» (blant annet Sampson, 1993, referert i Gulbrandsen, 2002, s.110). Denne ferdigstillingen av selvet skjer i løpet av ungdomstiden (Gulbrandsen, 2002, s.110). I den vestlige kulturen innebærer ungdomstiden at de unge må avgrense seg fra sine tidligere tette relasjoner med sine omsorgspersoner, for å utvikle individuell autonomi (Sagatun, 2008) og for å fremstå som et eget selv (Gulbrandsen, 2002). Denne prosessen innebærer blant annet at ungdom distanserer seg fra foreldrene og øker sin tilknytning til venner og andre jevnaldrende (Ystgaard, 1997).

Selvoppfattelse, selvfølelse, selvrespekt er ord som går igjen når vi skal beskrive vår indre personlighet og selvet (Bø, 2012, s.34). Å være seg selv er en kontinuerlig prosess og den unge er i stadige forhandlinger i forhold til å oppnå sosial tilhørighet i en eller flere sosiale konstellasjoner, som igjen kan gi «bekreftelse og anerkjennelse på denne måten å være seg selv på» (Gulbrandsen, 202, s.124). I ungdomstiden får venner og jevnaldrende større og større betydning som rollemodeller og som betydningsfulle for identitetsutviklingen. I den vestlige forståelsen av kultur gis ofte skapelsen av autonomi og større grad av uavhengighet forrang for større ansvarlighet for familiemedlemmer, slik vi kan se det i andre kulturer (Sagatun, 2008). I vestlig kultur ser det ut til å være en utviklingsmessig bevegelse i ”retning av større gjensidighet, økt ansvar for egne funksjoner og for konsekvensene av egne

handlinger” (Haavind, 1987, referert i Sagatun, 2008, s.15). Aubert og Bakke refererer til Stern (2003) og hans modell for utvikling av selvet i dialog med omgivelsene (2008, s.35). Stern beskriver selvet som en teoretisk konstruksjon, og han refererer til hvordan mennesket organiserer og posisjonerer seg i forhold til andre (ibid, 2008, s.35). Oppsummert så langt kan vi si at identiteten, selvet og autonomien utvikles i samhandling med andre, selv om (her:) ungdom i vestlig kultur gis et større og større ansvar for egne handlinger og for egne funksjoner.

I forlengelsen av utvikling av identitet, selvet og autonomien i samspill med andre, er evnen til å kunne mentalisering et viktig redskap for å vurdere, forstå og arbeide med samspill. Mentalisering handler om å være «oppmerksom på og opptatt av både egne og andres følelser og å reflektere over dem» (Bunkholdt og Kvaran, 2015, s.74). Kvello går videre og sier at «god mentalisering forebygger utvikling av psykiske lidelser når mennesker opplever motgang og får hard medfart» (2015, s.135). Jeg går ikke videre inn i mentalisering annet enn at jeg vil si at mentalisering handler kort om å fortolke andres følelser, hensikter og tanker, og derigjennom kan mentalisering være en «forutsetning for god sosial fungering» (Bunkholdt og Kvaran, 2015, s.75). Hvordan personen oppfatter seg selv, representerer seg selv og kommuniserer med andre er sentrale aspekt ved mentalisering, og poenget er at en rekke psykiske lidelser karakteriseres av svak mentalisering (Kvello, 2015, s.135). Slik forstått kan en manglende evne til å mentalisere være en risikofaktor for å utvikle psykiske vansker og lidelser.

I denne delen har jeg forsøkt å vise ulike sider ved et ungdomsliv, både gjennom å gi et historisk blikk på synet på ungdom, men også videre å si noe om hva som betegner ungdomstiden. I de tre neste underdelene vil jeg fokusere på betydning av relasjon, sosial støtte og signifikante andre for ungdom.

### **3.3.1 Relasjonens betydning**

For alle mennesker er utvikling av relasjoner til andre mennesker viktig for utviklingen av blant annet selvet og sosial kompetanse. Denne utviklingen av relasjonskompetanse «skjer i en dynamisk vekselvirkning mellom individets forutsetninger og miljøets påvirkning» (Aubert og Bakke, 2008, s.35). Utvikling av relasjonskompetanse skjer i dialoger preget av gjensidighet (ibid, s.59). Forutsetninger for gjensidighet er at noe er gjenkjennbart hos deg selv, som du kan ta tak i og spille videre på. Det du har med deg i bagasjen av erfaringer og

kunnskaper, er med på å forme deg. De menneskene du møter og de situasjonene som oppstår, er med på å prege deg og din utvikling av relasjonskompetanse. Stikkord for denne kompetansen er anerkjennelse, selvrefleksjon og selvavgrensning og de står i et dialektisk forhold til hverandre (Aubert og Bakke, 2008, s.27). Anerkjennelse handler blant annet om å se, gjenkjenne og befeste. Schibbye (2002) sier om anerkjennelse at det er noe du er i, og ikke noe du kan eller vil (referert i Aubert og Bakke, 2008, s.28). Fravær av anerkjennelse kan «medføre at mennesker krenkes» (Honneth, 2008, referert i Føllesø, 2010, s.76). Videre er selvrefleksjon og selvavgrensning viktige forutsetninger for å kunne kjennes ved både seg selv og andre (Aubert og Bakke, 2008, s.29), og det fører meg tilbake til Wadel og Wadel som sier i sin relasjonsforklaring at det er relasjonen som skaper menneskene og vi må fokusere på relasjonen *mellom* menneskene og ikke på individene slik en individuell tenkning vil gjøre (2007, s.71).

Gjennom det å snakke med andre mennesker, er for mange en god måte for å ivareta sin psykiske helse på, og en måte å løse problemer på. Larsen (2015, s.31) referer til Bakhtin som viser til at dialogen «blir til i relasjonen til andre og til omgivelsene vi ferdes i». For de fleste ungdommer er den tette og nære relasjonen primært rettet mot venner og vennegruppen, men også mot foreldrene, jmf. Ungdatatall vist til i 2.2.1. I undersøkelsen utført av Andvik og Gustavsén svarte (N:150) 28 prosent at de ville snakke med venner og 23,7 prosent svarte at de ville snakke med foreldre/foresatte (2012, s.84), når de ble spurt om hvem det var viktig å snakke med når de har det vanskelig på skolen. Videre i denne undersøkelsen svarte 28 prosent at de ikke klarte å snakke med noen og 20,7 prosent svarte at de ikke hadde noen å snakke med (2012, s.84). Den siste kategorien har høye tall, men det gjenspeiler kanskje den individualiseringen vi ser i vestlige kulturer i dag.

En motpol til individualisering kan vi sette sosial kapital. Barn og unge skaper sosial kapital gjennom nettverkskontakter i sitt stadige utvidede nettverk (Thorød, 2015, s.56). Sosial kapital er «en kvalitet i sosiale nettverk som gjør at mennesker skaper relasjoner av gjensidig støtte og forpliktelser» (ibid, s.56). Denne sosiale kapitalen kan vi dra nytte av i mange sammenhenger, og denne kapitalen regnes som en ressurs hos en person. Ressurser som kan anvendes i et «bytteperspektiv», hvilket betyr at dersom jeg har behov for tjenester hos deg så kan jeg gi deg noe tilbake ved en senere anledning. Thorød sier at «Sosial kapital betraktes som et gode i samfunnet som bidrar til demokrati, utvikling og stabilitet på makronivå, samt nyttige og gode relasjoner på individnivå» (2015, s.56). For å danne og opprettholde sosial

kapital ses gjensidig tillit på som et hovedelement. Deltakelse i organisasjonslivet anses også som en viktig kilde til å utvikle sosial kapital, men når deltakelse blir for kostbart vil det føre til at noen ungdommer, på grunn av familiens økonomi, holdes utenfor blant annet organisert aktivitet. For å kunne gi alle ungdommer, uavhengig av sosioøkonomisk status, like muligheter for sosialt samvær med jevnaldrende og utvikling av sosial kompetanse og ferdigheter, kan frivillige organisasjoner og fritidsklubber være gode og trygge møteplasser for ungdom. Barne- likestillings- og inkluderingsdepartementet sier at slike møteplassene skal være åpne for alle, hvor verken prestasjonsnivå eller økonomisk evne stenger for deltakelse (2010).

Jeg har i denne delen skrevet utvikling av selvet og sosial kompetanse. Jeg har også vært innom sosial kapital som ressurs hos en person, og som blant annet bidrar til demokrati og til nyttige og gode relasjoner på individnivå.

### **3.3.2 Sosial støtte**

Jeg vil i denne delen skrive om sosial støtte. Det å motta sosial støtte er viktig både for den psykiske og den fysiske helsen, da sosial støtte ser ut til å ha en helsefremmende karakter (FHI, 2015).

Sosial støtte blir noe forskjellig definert. I den siste Folkehelsemeldingen defineres sosial støtte som ”å få kjærlighet og omsorg, å bli aktet og verdsatt og tilhøre et fellesskap” (HOD, 2015, s.9). Det å få kjærlighet og omsorg, bli sett, verdsatt og tilhøre et fellesskap er viktige faktorer for utviklingen av blant annet identiteten, selvet, sosial kompetanse, sosiale ferdigheter, egenverdi og selvtillit for å nevne noen.

Det skilles mellom ulike typer sosial støtte og faglitteraturen deler den også inn noe ulikt. Kvello skiver at «Sosial støtte er kvaliteten på de sosiale nettverksrelasjonene» (2015, s.84). Folkehelseinstituttet (2015) har gjennom et faktaark på sosial støtte og ensomhet gitt følgende definisjoner. *Følelsesmessig* (emosjonell) sosial støtte inkluderer empati, omsorg, kjærlighet og tillit. Kvello skriver om emosjonell sosial støtte at det å bli vist sympati og verdsettelse (2015, s.84). Emosjonell sosial støtte kommer vanligvis fra familie og nære venner (FHI, 2015). Det neste er *bekreftende* støtte, som inkluderer tilbakemeldinger i form av bekreftelse og er ofte av en evaluerende karakter. Bekreftende støtte kommer ofte fra familie, venner, arbeidskollegaer og sosiale instanser (FHI, 2015). Videre kategoriseres sosial støtte inn i

*informerende støtte*, som kan være rådgivning, forslag og anbefalinger. Informerende sosial støtte hjelper oss i møte med personlige og sosiale utfordringer (FHI, 2015). Kvello føyer på at informerende sosial støtte er å tilføre kunnskap, innsikt og ferdigheter (2015, s.84). Denne typen sosial støtte kan komme fra det offentlige hjelpeapparatet og fra frivillige organisasjoner (FHI, 2015). Den siste typen sosial støtte som Folkehelseinstituttet vektlegger er *instrumentell støtte*, og denne er den mest konkrete formen for sosial støtte. Instrumentell sosial støtte omfatter blant annet økonomisk hjelp og ulike former for praktisk hjelp. Denne type støtte kan også komme utenom familien, slik som offentlig instanser (FHI, 2015).

Sosial støtte fra venner beskytter mot psykiske- og fysiske helseplager blant barn og unge, og kan defineres som en beskyttelsesfaktor. Ystgaard (1997) konkluderer i sin artikkel *Life stress, social support and psychological distress in late adolescence* at en økning i sosial støtte fra både foreldre og venner reduserer effekten av negative livserfaringer. Hun sier videre at å utforske sosial støtte opp mot mental helse blant ungdom, så er det viktig å skille mellom støtte fra ulike grupper, for eksempel familie, venner og skole (Ystgaard, 1997).

For å kartlegge behovet for sosial støtte, blir det ofte i befolkningsundersøkelser gjort målinger av ”opplevd sosial støtte”. ”Gode nettverk og sosial støtte er viktig for å forebygge psykiske helseproblemer – ikke minst for å ha noen å snakke med om det som er vondt og vanskelig” (HOD, 2015, s 39). Ensomhet og manglende sosial støtte vil i motsatt fall kunne øke faren for både psykiske og fysiske lidelser, da en ensom person vil kunne føle seg ekskludert fra samfunnet og derigjennom fra det sosiale fellesskap.

I undersøkelsen til Andvik og Gustavsen svarte 78 prosent av utvalget (N:150) at de har opplevd eller opplever psykisk sykdom og tre av fire har opplevd å føle seg ensom (2012, s.75). ”Fravær, mistriivsel, mobbing og ensomhet er alle indikatorer på at noe er galt. 75 prosent svarer at ensomhet er en situasjon det er vanskelig å leve med” (Andvik og Gustavsen, 2012, s.98).

Videre i undersøkelsen fremkom det ikke store forskjeller på jenter og gutter, men tallene peker heller i retning av at det er ”flere faktorer som fører til at folks liv blir som de blir, og at erfaringene er individuelle og komplekse” (Andvik og Gustavsen, 2012, s.76).

Ungdom vil møte utfordringer og stressrelaterte episoder som er vanlig for alle aldersgrupper. Dette er en del av det å vokse opp. I forskning omkring voksne, viser at sosial støtte er spesielt viktig når det kommer til stressende omstendigheter (blant andre Cohen og Wills, 1985, referert i Ystgaard, 1997). En kan tenke seg at disse tallene er overførbare til å også gjelde ungdom. Sosiologen Aaron Antonovsky hevder at stress i tilværelsen er unngåelig, og at i hvilken grad stress blir skadelig beror på personens opplevelse av sammenheng (2012).

Jeg har her skrevet om sosial støtte og jeg vil nå gå over til å si noe om signifikante andre.

### 3.3.3 Signifikante andre

Det refereres ofte til sosialpsykologen Georg Herbert Mead når det er snakk om betegnelsen «de signifikante andre». Det er en misforstått sannhet at det er Mead som først kom med denne betegnelsen i sitt hovedverk *Mind, Selv and Society fra 1934* (Rye, 2013, s.169). Mead derimot refererte til «de generaliserte andre», som en størrelse som legger grunnlaget for utvikling av individets identitet. Rye skriver videre at det er Berger og Luckmann som teoretiserer det «signifikante element i utviklingen av aktørens forståelse av seg selv og den virkelige verden» (ibid, s.170), og han sier videre at selv Berger og Luckmann krediterer begrepet «signifikante andre» til Mead og bidrar med det til denne misforståelsen.

Å være en signifikant person for noen kan ha avgjørende betydning for den personens livskvalitet. Å være en signifikant person betyr at du er betydningsfull og viktig for den andre. Inge Bø refererer også til G.H.Mead når han skriver om signifikante andre, og Bø kategoriserer de signifikante andre inn i førstelinjenettverket (2012, s.180), hvor signifikante andre er personer som barn har flere ulike typer kontakter med og som barnet samspiller med på mange arenaer. En annen betegnelse på signifikante andre, er det som Bronfenbrenner kaller for mentorer, og han refererer til personer som fungerer som venn, rådgiver, støttekontakt og rollemodell (Bø, 2012, s.180). Bronfenbrenner kategoriseres ikke mor og far som mentorer, og dermed vil signifikante andre, i hans øyne, ha en annen og mer utfyllende betydning/karakter (Bø, 2012, s.180).

Når det refereres til signifikante andre, refereres det ofte til de sosiale forhold som anses som viktigst i en sosialiseringssprosess. Noen av disse *andre* er viktigere for oss, og det kan være både personer, og kan representere kultur og forståelsesformer (Frønes, 2006, s.55). Når Mead snakker om de generaliserte andre kan dette forstås som at barnet generaliserer sin

erfaring med betydningsfulle andre over i nye situasjoner. Disse kan også være interaksjonspartnere, det vil si personer barnet samhandler med (ibid, s.55). I sosiologien vektlegges foreldrene som kulturens budbringer og kulturbærer, mens i psykoanalysen vektlegges de psykodynamiske sidene med foreldre-barn forholdet (ibid, s.56). Kulturen vi lever i er i stadig endring, og dermed vil kulturens forståelse av blant annet signifikante andre, oppdragelsesmønstre og kulturmønstre virke inn på fortolkningen mor og fars betydning. For ungdom vil relasjonene utenom de primære får en økende betydning. Frønes refererer til Sullivan (1953) som sier at de jevnaldrende utgjør de signifikante andre «i utvikling av vennskap og sosialemosjonelle relasjoner (2006, s.60). Han sier videre at «gjennom ungdomsgruppa lærer man å møte voksensamfunnet» (ibid, s.61). Sosialiseringssprosessene i jevnaldergruppa har en sentral plass i ungdomsalderen.

Tidligere i oppgaven (innledning til andre kapittel) skrev jeg om forskningsprosjektet *Ikke slipp meg!* av Andvik og Gustavsen hvor funnene viser at psykiske helseproblemer ofte henger sammen med forholdene tilbake til blant annet grunnskolen. De skriver videre at vonde og vanskelige livssituasjoner, spesielt med erfaring av å bli mobbet og å føle seg ensom, fra tidlig ungdomstid, «dras med videre og forsterker følelsen av ensomhet, utrygghet, fastlåshet» (Andvik og Gustavsen, 2012, s.195). Dette gjelder også i overganger til videregående opplæring og høyere utdanning, og senere i møter med arbeidsliv og etablering av voksenliv (ibid, s.195). De nevnte forskerne viser til flere undersøkelser som sier at å overlate ungdommen til seg selv og sine egne tanker uten at en voksen eller en annen betydningsfull person tar et helhetlig grep om situasjonen, kan føre til en dannelse av et selvbilde og en identitet som ungdommene tar med seg inn i voksenlivet (Andvik og Gustavsen, 2012). Å ha tilhørighet, spesielt til jevnaldergrupper og samfunnet forøvrig, og oppleve sosial støtte er viktig for dannelsen av selvet. Å inneha rollen som en betydningsfull person som kan gi sosial støtte til en ungdom, kan være av stor betydning for denne ungdommens utvikling av selvet, selvaktelsen og tilhørighet til samfunnet. Det å bli godtatt og føle tilhørighet med signifikante andre, spesielt i jevnaldergruppa, kan denne opplevde tilhørigheten også tilby dannelsen av identitet (ibid).

Disse aspektene er viktige for forebygging av fremtidige psykiske lidelser, og til å få en innsikt i hvordan innsatsen bør settes inn tidlig, slik at ungdommene kan få hjelp til å håndtere vanskelige livssituasjoner og at ikke situasjonen setter dem midlertidig eller permanent utenfor eller ved siden av sentrale samfunnsområder. Dette kan igjen føre til en forsterkning



av utenforskap, og til følelsen av ”å ikke være på de arenaene som man må være for å ha status som ung voksen” (Anvik og Gustavsen, 2012, s.195).

Skolen er en viktig arena for læring og utvikling av sosial kompetanse. Læreren og de andre voksne på skolen, for eksempel helsesøster og rådgiver, kan bli en signifikant person for eleven gjennom å se ressurser, interesser og evner som ungdommen har og som kan utvikle seg videre. Felles opplevelser mellom ungdommen og en betydningsfull person kan føre til forandringer av ungdommens holdninger og tankesett. Felles opplevelser inneholder relasjoner og er preget av oppmerksomhet og deltakelse mellom ungdommen og den signifikante andre. Slike felles opplevelser vil da være av betydning for å oppdage typiske ”forandringsøyeblikk” (Stern referert i Kristiansen, 2015, s.47).

### **3.4 Oppsummering**

I dette teorikapitlet har jeg gitt en kort introduksjon på et samfunnsvitenskapelig perspektiv med fokus på Wadel og Wadel sine forklaringstyper på menneskelig atferd og fenomener. I forlengelsen av det har jeg gitt et innblikk i den kulturpsykologiske forståelsen omkring gjensidig påvirkning og gjensidig avhengighet. Jeg har også gitt en innføring i det historiske synet på ungdom, hvor jeg blant annet berørte relevante emner som identitet, selvet og autonomien, og mentalisering. Med «ungdomsbrillene» på gikk jeg videre til å snakke om relasjoner, sosial kapital, sosial støtte og signifikante andre dets betydning for utviklingen av god psykisk helse.

Nå går jeg over til å redegjøre for metoden jeg har anvendt i denne undersøkelsen.

## 4.0 METODE

Denne studien med temaene sosial støtte, unge gutters behov og valg når de har det vanskelig, er basert på skriftlig intervju av 32 gutter i alderen 14-15 år ved en norsk skole. Hensikten med forskningen var å undersøke hvilke situasjoner som utløser behov for sosial støtte og hvilke personer eller arenaer disse unge guttene da oppsøker og hvorfor de tar nettopp disse valgene. Det var også et mål å få svar på hva gutter i 14-15 års alderen skulle ønske var annerledes i fremtiden, når de opplever nye, vanskelige situasjoner.

Problemstillingen *Hvilke valg tar gutter ved 9. trinn på en skole når de har behov for sosial støtte og hva avgjør valgene?* åpner opp for en undring omkring temaene, og blir videre presisert gjennom fire forskningsspørsmål; 1) I hvilke situasjoner trenger gutter sosial støtte? 2) Når gutter har det vanskelig så pleier de å .....(fullfør setningen), 3) Når jeg har behov for noen å snakke med om noe som er vanskelig, så vil jeg velge .....(person), fordi..... (begrunnelse) og 4) I fremtiden skulle jeg ønske at .....

Rienecker og Jørgensen sier at det er viktig å ”gjøre rede for og begrunne undersøkelsesmetoden så gjennomsiiktig og forståelig som mulig” (2013, s.352). I dette kapitlet vil jeg først redegjøre for valg av metode før jeg går over til å tydeliggjøre temaene og spørsmålene, samt en redegjørelse for endring av problemstilling. Deretter vil jeg beskrive veien til informantene, før jeg skriver om selve gjennomføringen av undersøkelsen. Videre kommer en beskrivelse av etterarbeidet i form av analysen, tolkning og prosessen med kodinger og kategoriseringer. Så vil jeg kort si noe om påliteligheten (reliabilitet) og gyldigheten (validiteten) av dataene. Tilslutt vil jeg gi noen etiske betraktninger før jeg avslutter dette kapitlet med å kritisere metoden jeg har anvendt i oppgaven.

### 4.1 Valg av metode

Etter å ha jobbet med ungdom og familier over flere år, utviklet det seg en nysgjerrighet overfor unge gutter og valgene de tar når det kommer til sosial støtte. Som barnevernspedagog og tidligere sosialarbeider falt det meg naturlig oppsøke dem for å finne ut av deres mening. Gjennom å spørre guttene om deres behov for sosial støtte når de har det vanskelig, kan jeg være med på å skape en forståelse av de valgene som blir tatt. Forståelsen av oss selv og andre utvikles gjennom møte med andre mennesker, og det er i møte med andre at endring kan skje (Ulleberg, 2014).

Da valget om å spørre ungdommene var tatt, ble den videre vurderingen omkring å anvende kvalitativ eller kvantitativ metode. Det er hva du ønsker å finne ut som skal være bestemmende for hvilken metode du bruker (Silverman, 2006, Everett og Furseth, 2012, Kvale og Brinkmann, 2015). I min problemstilling *Hvilke valg tar gutter ved 9. trinn på en skole når de har behov for sosial støtte og hva avgjør valgene?* åpner det seg opp et ”*hvorfor*”. Dersom jeg hadde valgt en kvantitativ metode til denne undersøkelsen, ville jeg hatt behov for et stort antall informanter. Kvantitativ metode, som ofte består av innhenting av spørreskjema data eller gjennom eksperiment, anvendes når det er snakk om å analysere store mengder enheter. Kvantitativ metode består av formaliserte prinsipper som følger et strengt regime fra problemformuleringer, forskningsdesign, datavalg og dataanalyse til analyse og tolkning (Silverman, 2006). Det var ikke kvantiteten jeg var ute etter, men kvaliteten på dataene.

Kvalitativ metode handler blant annet om å snakke med en annen person slik at deres synspunkter kan bli hørt og deres livsverden kan bli forstått (Kvale og Brinkmann, 2015). I kvalitativ metode er intervjupersonen subjektet i undersøkelsen, og er delaktig gjennom å skape mening og forståelse om et bestemt tema (ibid, 2015). Dataene i kvalitativ metode kalles ofte myke data, de er fleksible, subjektive og består som oftest av kasusstudier (Silverman, 2006).

David Silverman sier videre at kvantitativ metode rapporterer virkeligheten/realiteten på en objektiv måte, mens en kvalitativ undersøkelse er påvirket av forskerens eget syn og verdier (2006). *Hvor står jeg i min kulturelle forståelse av dagens ungdom? Hvilken forforståelse drar jeg med meg i mine tolkninger av svarene? Hva er mitt verdigrunnlag?*

En kvalitativ metode åpner for mest mulige alternativer og valgmuligheter i forhold til den videre analysen. Den har en struktur og en hensikt, på lik linje med kvantitativ metode. Valget falt på kvalitativ forskningsmetode, fordi denne metoden brukes for å undersøke og beskrive menneskers ulike erfaringer og opplevelser. Dette kan gjøres gjennom intervju eller observasjon. Målet med et kvalitativt forskningsintervju er å ”hente inn beskrivelser om den intervjuedes livsverden for å kunne fortolke betydningen” (Kvale og Brinkman, 2015, s.22).

Min problemstilling åpner for et kvalitativ studie. De fire forskningsspørsmålene er formulert som åpne spørsmål, som gir rom for refleksjon både hos informantene og hos meg. Spørsmål tre hadde et oppfølgingsspørsmål av typen ”fordi...”, hvor guttene skulle begrunne sine valg av signifikant andre når de har det vanskelig. Informantene skulle komme med egne svar uten noe form for forhåndsdefinering. Selv om det var liten grad av interaksjon mellom informantene og meg underveis i undersøkelsen, ville jeg likevel påvirke dem av min tilstedeværelse. Dersom de observerer meg underveis i undersøkelsen, og derigjennom tolker min nonverbale kommunikasjon, kan de hver seg la seg påvirke av mitt nærvær.

Masteravhandlingen har også et fenomenologisk og hermeneutisk tilsnitt. Fenomenologien handler om å forstå sosiale fenomener ut fra aktørens egne perspektiver, fra aktørens livsverden (Kvale og Brinkmann, 2015). I kraft av å opptre så objektiv som mulig, valgte jeg at informantene skulle svare skriftlig på fire spørsmål, med minst mulig innvirkning fra meg underveis. Dette for i minst mulig grad påvirke informantenes egne perspektiver på temaene sosial støtte og valg de tar når de har det vanskelig. Videre har oppgaven et hermeneutisk tilnærming, som betyr at den belyser en fortolkning av mening. Jeg skal forsøke å finne mening gjennom å forstå tekstene til informantene, og jeg vil fortolke dem gjennom mine briller. Vår forståelse endres hele tiden gjennom av vi påvirker og blir påvirket av samfunnet vi lever i.

Som skrevet tidligere så var min fremgangsmåte å stille guttene fire spørsmål som de skulle svare på skriftlig. Dette kan ligne på datastøttende intervju. Et datastøttende intervju medfører et asynkront samspill, hvor jeg stiller spørsmålene og venter på svar fra informantene. Dataene transkriberer seg selv, da informantene skriver svarene på egne ark. Ulempen med datastøttede intervjuer er at det innfører en avstand hvor det nonverbale språket ikke blir tatt med i betraktningen. På den andre siden kan datastøttede intervjuer åpne for mer intime spørsmål, da det nettopp ikke er personlig interaksjon mellom informantene og forskeren. (Kvale og Brinkman, 2015). Min fremgangsmåte kan også ligne på begrepsintervjuer, hvor forskeren er interessert i kartlegge en person eller gruppes oppfatning av fenomener, for eksempel sosial støtte. ”Begrepsintervjuer kan bidra til å avdekke respondentens diskursmodeller, altså deres selvfølgelige antakelser om hva som er typisk, normalt og passende” (Gee, 2005 i Kvale og Brinkmann, 2015, s.181).

## 4.2 Utforming av temaene, spørsmålene og endring av problemstilling

Jeg har gjennom mitt tidligere yrke ofte snakket med unge gutter om deres liv, deres interesser og behov. Noen av disse guttene følger med i hjertet mitt den dag i dag. Fellesnevneren for denne følelsen er at det var ett eller annet ved dem som traff meg, eller som jeg følte at jeg ikke klarte å gi dem. Hvor var det det skortet? Denne profesjonelle erfaringen kommer i tillegg til et økt fokus på psykisk helse, både nasjonalt og internasjonalt.

Som tidligere nevnt i 2.2.1 har Ungdata utviklet seg gjennom et faglig samarbeid mellom ruskompetansesentrene og NOVA. Det er til nå utgitt tre nasjonale Ungdatarapporter om ungdom. Rapportene dokumenterer at ungdom har det bra på de aller fleste områdene i livet, men at de, og særlig jentene, sliter med sin psykiske helse. Av andre nasjonale rapporter kan jeg nevne Folkehelsemeldingen *Mestring og muligheter* (HOD, 2015), som har tilegnet psykisk helse et helt kapittel.

På det internasjonale plan, slik jeg viste i 2.1 ser det ut til at utviklingen av det internasjonale forskningsfokuset startet i 2007 med Lacet sin utgivelse av spesialnummeret som omhandlet global psykisk helse. Flere internasjonale organisasjoner har nå inkorporert psykisk helse inn i sine planer og forslag, blant annet FN sine bærekraftige utviklingsmål for 2015-2030 som også inneholder temaet psykisk helse.

Med dette bakteppet utformet jeg fire spørsmål som informantene mine skulle svare på. De to første spørsmålene omhandlet guttene sine tanker omkring hva gutter på deres alder tenker og hvilke behov de tror at gutter har. De to siste spørsmålene omhandler hva guttene selv har opplevd og hvilke tanker de gjør seg om egne behov og om egen fremtiden. De tre første spørsmålene har svareksempler for å hjelpe guttene til å tenke i riktig retning, mens spørsmål fire har en mer åpen karakter.

I spørsmål 1 som lyder "*I hvilke situasjoner trenger gutter sosial støtte?*" så henstiller jeg til deres behov for sosial støtte og derigjennom til deres psykiske helse. Guttene skulle svare på hvilke situasjoner de trodde at gutter på deres alder hadde behov for sosial støtte. Her var hensikten at guttene skulle kunne identifisere situasjoner som utløser dette behovet. Dette ønsket jeg at de skulle si noe om, slik at de kunne koble seg på problemstillingen og for å sette i gang en tankeprosess i forhold til temaet for prosjektet. Med å stille spørsmålet på

denne måten, var min vurdering at guttene lettere kunne tenke seg situasjoner som omhandlet venner fremfor med en gang å formulere svar som omhandlet dem selv.

Spørsmål 2 *”Når gutter har det vanskelig pleier de å ..... (fullfør setningen)”* omhandlet handlinger som de tror gutter gjør når de har det vanskelig. Her var hensikten å få frem variasjonene i handlingene og variasjonene i løsningsstrategiene, både for å se om guttene er et ensartet gruppe med tanke på valg de tar når de har det vanskelig eller om det er like stor variasjon i svarene som det er informanter.

Det tredje spørsmålet i undersøkelsen var *”Når jeg har behov for å snakke med noen om noe som er vanskelig, så vil jeg velge .....(person )fordi.....(begrunnelse).* Her skulle guttene svare med utgangspunkt i seg selv og de skulle svare på hvilke(n) person(er) de valgte å snakke med når de hadde det vanskelig. De skulle også begrunne svaret. Hensikten her var først å få guttene til å definere sin signifikante andre (betydningsfulle andre), for så å gi en begrunnelse for dette valget. Med dette spørsmålet ønsket jeg å fange opp hvem guttene oppsøker når de har behov for sosial støtte, fordi vi har en forestilling om at ungdom prioriterer venner fremfor familie i de fleste sammenhenger og jeg ville undersøke om dette også var gyldig når det kommer til behov for sosial støtte.

Det siste spørsmålet i undersøkelsen omhandlet fremtiden og det lød *”I fremtiden skulle jeg ønske at.....”*. I dette siste spørsmålet ønsket jeg at guttene skulle formidle sine tanker omkring fremtiden og om det var noe de ønsket skulle være annerledes neste gang de opplevde å ha det vanskelig. Hensikten med dette var å hente frem deres tanker om mulige endringer av den sosiale støtten de har opplevd å få frem til nå (vedlegg nr. 4).

I arbeidet med masteroppgaven, med analysen og drøftingen endret problemstillingen seg fra *Hvilke valg tar 14-15 år gamle gutter når de har det vanskelig og hva avgjør valgene?»* til å bli *Hvilke valg tar gutter på 9.trinn ved en skole når de har behov for sosial støtte og hva avgjør valgene?* Dette har vært en prosess og en høyst nødvendig endring, da min undersøkelse ikke helt uten videre kan generaliseres til å gjelde alle 14-15 år gamle gutter i Norge.

### **4.3 Veien til informantene**

For å få et tverrsnitt av hva unge gutter på denne ungdomsskolen tenker om sosial støtte og hvilke situasjoner som kan utløse dette behovet, besluttet jeg å intervju gutter i 9.klasse.

Da denne beslutningen var tatt, tok jeg kontakt med en ungdomsskole en tid før jul 2014. Jeg hadde samarbeidet med denne skolens rektor ved tidligere anledninger, og anså det som den enkleste veien til å komme i kontakt med aktuelle informanter. Rektor skulle således bli en nøkkelperson for meg, og en viktig faktor til at jeg kunne gjennomføre undersøkelsen innenfor det tidsrommet jeg hadde til rådighet. Rektor var positiv til denne undersøkelsen og satt meg i kontakt med avdelingsleder for ungdomstrinnet for videre avtaler. Jeg vurderte også muligheten for å kontakte en for meg ukjent skole, da det kan stilles spørsmålsteget med at jeg kontaktet denne skolen ut i fra tidligere samarbeid med rektor. Jeg vurderte en stund om denne rektoren sa ja på grunn av vårt tidligere samarbeid. Videre vurderte jeg om han var i en posisjon hvor han ikke kunne si nei, nettopp på grunn av vårt tidligere samarbeid. Jeg konkluderte med at rektor, nettopp på grunn av vår relasjon, ville kunne si nei dersom det ikke passet seg at jeg intervjuet elever ved hans skole, og jeg gikk videre med undersøkelsen.

Norsk samfunnsvitenskapelig datatjeneste AS (NSD) godkjente prosjektet i februar 2015 (vedlegg nr.1). Det fulgte med kriterier om at alle personopplysninger som skulle behandles i forbindelse med prosjektet var anonyme, at skole og elever ikke vil kunne identifiseres i oppgaven, en unngåelse om å utlevere klasselister samt at skolen rettet forespørselen til foreldrene om elvenes deltakelse. Etter at disse kriteriene ble akseptert, oversendte jeg en mer detaljert informasjon om prosjektet til skolen, kopi av godkjenningen fra NSD samt samtykkeerklæringer om deltakelse, slik at skolen kunne videresende disse til elevene uten at jeg var involvert. Dette siste for å bevare anonymiteten, som var påkrevd (vedlegg nr.2 og 3).

### **4.4 Gjennomføringen**

Tiden gikk og det ble etter en del frem og tilbake gjort avtale med skolen om å gjennomføre undersøkelsen i uken før påske. Til tross for hektisk aktivitet i forbindelse med flere arrangementer, var skolen og dets ledelse og lærere positive til min undersøkelse, og avdelingsleder hjalp meg med praktiske gjøremål, som å skaffe rom og til å hente elevene etter klasseorden.

Jeg kom til skolen om morgenen, hvor jeg ble møtt av avdelingsleder for ungdomstrinnet. Avdelingsleder hadde foretatt fordelingen av hvilke grupper som skulle delta først og sist, ut i fra hvilke fag de hadde i de aktuelle timene samt hvilke rom jeg hadde til rådighet. To grupper besvarte undersøkelsen før lunsj og den siste gruppen besvarte spørsmålene etter lunsj. Avdelingsleder hentet gruppene med guttene etter hvert som det var deres tur og brakte dem til meg. Da de ulike gruppene kom inn presenterte jeg meg og gikk deretter gjennom temaet for undersøkelsen og de fire spørsmålene. Jeg poengterte at det var en anonym undersøkelse og at de ikke skulle skrive navn på besvarelsen. Til sist gikk jeg gjennom målet med undersøkelsen. Guttene fikk informasjon om rammefaktorer slik som at de hadde inntil en klokke time på å besvare spørsmålene og at de måtte returnere til klasserommet når de var ferdige, samt informasjon om de forskningsetiske retningslinjene som sier at det å delta er frivillig og at du kan trekke deg fra undersøkelsen når som helst (NESH, 2006). Jeg var informert om at ungdomstrinnet nettopp hadde gjennomført Ungdataundersøkelsen, og jeg henstilte til enkelte temaer fra denne undersøkelsen i min presentasjon. Jeg var tilstede i rommet sammen med elevene under hele undersøkelsen. Underveis i gjennomføringen gav jeg korrigeringer av typen ”vær stille, ta hensyn” og hysjet på enkelte av guttene. Jeg måtte også forklare spørsmål 4 ved flere anledninger.

Gruppe 1 gjennomførte undersøkelsen på naturfagrommet. Denne gruppen bestod av 13 gutter. Bortimot alle satt med ansiktet vendt mot tavla. Etter introduksjonen leverte jeg oppgaven med svarark og penner til hver enkelt elev. 8 gutter leverte etter ca. 5 minutter, 2 leverte etter ca. 7 minutter, 1 leverte etter ca. 15 minutter, 1 leverte etter ca. 22 minutter og den siste i denne gruppa leverte besvarelsen etter ca. 25 minutter. De forlot etter hvert som de var ferdig og det var lite støy under selve besvarelsen og da de gikk ut av rommet.

Gruppe 2 gjennomførte undersøkelsen på kunst- og håndverk rommet. I dette rommet stod store bord samlet med stoler på hver side. Noen pulter stod alene. Det var trangt og liten mulighet for å spre guttene. Samme prosedyre med utlevering av oppgave, svarark og penner. Av 13 gutter leverte en gutt etter ca. 10 minutter, 9 gutter leverte etter ca. 20 minutter, 1 gutt leverte rett etterpå, 2 gutter leverte etter ca. 40 minutter og den siste gutten i denne gruppa leverte ca. ett minutt etter de to siste. De forlot etter hvert som de var ferdige. I denne gruppen var det en del støy, spørsmål, avklaringer, fliring og tulling. Jeg måtte flere ganger henstille til å vise respekt for de andre i gruppen med å være stille.



Den siste gruppa, gruppe 3, gjennomførte også undersøkelsen på kunst- og håndverk rommet. Denne gruppa hadde ni gutter og jeg fikk plassert dem litt mer spredt. Samme prosedyre med utlevering av oppgave, svarark og penner. 1 gutt leverte etter ca. 5 minutter, 4 gutter leverte etter ca. 10 minutter, 3 gutter leverte etter ca. 13 minutter og den siste leverte besvarelsen ca ett minutt etterpå. De forlot etter hvert som de var ferdige og det var lite støy under selve besvarelsen og da de forlot rommet.

Besvarelsene ble lagt i en bunke etter hvert som de leverte dem inn. Bunken med besvarelser ble så blandet.

Jeg ble overrasket over hvor fort enkelte besvarte undersøkelsen og tenkte umiddelbart at det var på grunn av for dårlig formulerte spørsmål. Jeg har lang erfaring med å snakke med ungdom og har jobbet med ungdom over flere år, men en forskningsundersøkelse er en ny setting for meg og jeg ble nok ”tatt på sengen” ved enkelte situasjoner. Blant annet hadde jeg ikke forventet alle forstyrrelsene fra elevene som gruppe. Jeg hadde antatt at de ville ta dette seriøst og alvorlig i og med at det var forskning.

#### **4.5 Analyse og tolkning – prosessen med koding og kategorisering.**

I prosessen med å tolke dataene, tok jeg utgangspunkt i hermeneutikken, som er læren om fortolkning av tekster. Det sentrale i fortolkning av tekster er forforståelse, forståelse og fortolkning av mening. Min forforståelse av ungdom, gutter i 14-15 års alderen, sosial støtte, psykiske helse og kommunikasjon er med på å prege min fortolkning av tekstene og meningen guttene formidlet. Formålet med denne fortolkningen er ifølge Kvale og Brinkmann ”...å oppnå gyldig og allmenn forståelse av hva en tekst betyr ” (2015, s.73).

Spørsmålene var formulert som åpne spørsmål og guttene hadde friheten til selv å velge svarene. Dette gav meg en utfordring i å tolke og analysere svarere, samt til å kategorisere. For eksempel så omhandlet første spørsmål situasjoner hvor gutter har behov for sosial støtte. I mine første analyser kategoriserte jeg kjærlighetssorg i en kategori og det å være deppa eller trist i en annen kategori. Disse to hører nok sammen, og da vil besvarelsesprosenten bli en annen. Samtidig var det også gutter som svarte ”når det skjer noe dumt” eller ”når de har det vanskelig” eller ”når de føler seg deppa” på spørsmål en. Alle disse besvarelsene kan omhandle kjærlighetssorg eller konsekvenser av kjærlighetssorg, og igjen utløse behov for

sosial støtte. Som sagt guttene skulle ikke krysse av svaralternativer, men svare ut ifra eget hode.

I etterarbeidet med koding og kategoriseringer leste jeg først alle besvarelsene en gang. Jeg nummerte dem fra 1-35. Så tok jeg kopi av alle, slik at jeg har originalene intakt. Deretter skrev jeg ned alle svarene på eget ark, ett ark for hvert spørsmål. Tre av besvarelsene vurderte jeg som ikke pålitelige kilder og de er ikke med i den videre analysen. Det betyr at jeg står igjen med 32 besvarelser. Ved bruk av fargeblyanter fargekodet jeg nå svar som gikk igjen, og ut ifra fargekodene konstruerte jeg kategorier. Denne prosedyren gjennomførte jeg to ganger med noen måneders mellomrom, og jeg erfarte at kategoriene endret seg. Når informantene selv kunne velge svaralternativer, var det en utfordring å kategorisere alternativene innenfor den samme kategorien. Dette arbeidet var den vanskeligste delen, fordi det er til enhver tid forskerens privilegium å fortolke dataene. Disse vurderingene og fortolkningene beror på erfaring, hvilket jeg i liten grad er i besittelse av, samt at jeg vil si at både vurderingen og fortolkningen er kontekstavhengig. Med det mener jeg at en forsker vil til enhver tid være influert av de strømningene som er rådende. Et annet forskerblikk på dataene vil muligens føre til andre kategorier.

En kan vel gjennom hele skriveprosessen tenke om man har vært kritisk nok i forhold til innsamlet data? Og videre om det er noe man har oversett? Hva mer burde vært inkludert? Slik som Everett og Furseth sier det så er «Målet er å samle inn relevante data for å svare på problemstillingene og inkludere alle de data som er av betydning (2012, s.135). I kapittel 5 og 6 vil det vise seg om jeg har klart nettopp dette målet.

#### **4.6 Reliabilitet og validitet**

Ved kvalitativ forskning kan nettopp reliabiliteten og validiteten med dataene være vanskelig å bevise. Kvalitativ forskning bygger på samtaler og observasjoner av mennesker i ulike kontekster. For å vite noe om personens livsverden, må vi snakke med personen. Menneskers opplevelser er subjektive og hvert enkelt individ danner sin mening blant annet gjennom erfaring, opplevelser, forforståelse og forståelse. Dette innebærer at det ikke finnes én sann virkelighet. Gjennom samtaler og samspillet med mennesker kan vi tolke budskapet og skape mening og ny forståelse.

Vår oppgave som forskere er å fortolke dataene. Forskeren vil også være preget av sin forforståelse av temaet. Denne forforståelsen er gjerne influert av samfunnsforholdene i landet på det gitte tidspunktet og til det fokuset som til enhver til vil være gjeldende for temaet.

Kildens eller dataenes kvalitet må vurderes, og vi snakker da om påliteligheten (reliabiliteten) av dataene. Påliteligheten i kvantitativ forskning forutsetter at forskeren har benyttet en fremgangsmåte ved innsamling og analyse av data som er pålitelig og som kan etterprøves nøyaktig av andre forskere (Everett og Furseth, 2012). I kvalitativ forskning er dette noe annerledes, da det er i samspillet mellom informant og forsker at dataene produseres. Konteksten dataene produseres i er også en faktor. Flere faktorer, slik som forskerens evne til kommunikasjon og samspill, informantenes livssituasjon og konteksten, kan endre seg til neste undersøkelse. Dette gjør det vanskelig å etterprøve resultatene (Everett og Furseth, 2012). De analytiske metodene spiller også inn ved etterprøving av resultatene. For å sikre oss så høy grad av reliabilitet i kvalitativ forskning som mulig, må prosessen før, under og etter beskrives detaljert, slik at en ny forsker kan gjennomføre en lignende undersøkelse med så like forutsetninger som mulig. (Everett og Furseth, 2012). Jeg redegjorde for min fremgangsmåte i 4.4 og tolkningen i 4.5.

Når det kommer til gyldigheten av dataene, snakker vi om validiteten. Gyldigheten har med utvalg og innsamling av data å gjøre. Den interne validitet uttrykker den kausale fortolkningen av data, som betyr om det kan være andre årsaker til resultatet enn det som er fremkommet i denne undersøkelsen (Skog, 2010). Gitt at guttene i min undersøkelse nettopp hadde opplevd en vanskelig situasjon, en ulykke som hadde berørt flere av elvene, for eksempel selvmord hos en medelev. Denne eventuelle opplevelsen ville kunne utløse andre valg hos guttene enn hva som var tilfelle den dagen/perioden jeg gjennomførte min undersøkelse, som kunne gitt et annet utfall i besvarelsen, en annen intern validitet. Når det kommer til ekstern validitet, så skriver Ole-Jørgen Skog at ekstern validitet blant annet omhandler muligheten for å generalisere erfaringene/resultatene, fra en situasjon til en annen (2010). Det er mottakeren av forskningsresultatene som avgjør om disse kan overføres og gjøre seg anvendelig i andre situasjoner. Min jobb som forsker blir å frembringe tilstrekkelig og relevant informasjon, slik at den som skal vurdere og beslutte validiteten og muligheten for å generalisere kan gjøre det på et så konkret grunnlag som mulig. Jeg redegjorde for mitt utvalg i 4.3 og innsamlingen i 4.4.

Funnene i min undersøkelse består av individuelle beskrivelser av sosial støtte og hvilke valg guttene tar når de har behov for sosial støtte. Jeg kan derfor ikke uten videre generalisere disse dataene over til andre situasjoner og si at 14-15 år gamle gutter vil gjøre lignende valg i andre situasjoner eller at alle 14-15 år gamle gutter vil gjøre de samme valgene. For eksempel er det er vel ikke overraskende at de fleste guttene i denne alderen velger venner når de trenger noen å snakke med når de har det vanskelig, men det er heller ikke gitt at alle gjør det. Det var også flere gutter som også skrev foreldre/familie og fagpersoner som valg av samtalepartner.

#### **4.7 Etiske refleksjoner**

Å intervju barn innebærer i seg selv nøye etiske og moralske vurderinger og refleksjoner. I retningslinjene nr. 5 og nr.12 fra Forskningsetiske komiteer, forskningsetiske retningslinjer for samfunnsvitenskap, humaniora, juss og teologi (NESH) står det at «Forskeren skal arbeide ut fra en grunnleggende respekt for menneskeverdet» (2006, s.11) og at «Når barn og unge delta i forskning har de særlige krav på beskyttelse i tråd med deres alder og behov» (2006, s.16). Det er også derfor NSD i utgangspunktet er restriktive med å åpne for undersøkelser med barn, da det kan være vanskelig for et barn å samtykke til deltakelse. De moralske spørsmålene er knyttet til metodens midler og mål for undersøkelsen (Kvale og Brinkmann, 2015). De nevnte forfatterne sier videre at ”samfunnsforskning bør tjene vitenskapelige og menneskelige interesser” (ibid, 2015, s.96). Mitt mål med undersøkelsen er å vise at sosial støtte er viktig for gutter i ungdomsalderen, og at hvem de oppsøker i stor grad har betydning for valgene de tar.

Informantene i min undersøkelse var i grenselandet mellom 14 og 15 år. Dette er unge gutter på terskelen til å bli voksen, og det er stor variasjon i modenhet og forståelse. Ville jeg kunne påføre guttene ”traumer” med å delta? Krenket jeg dem med å få dem til å svare på sensitive spørsmål som sosial støtte og hvem de ville oppsøke når de har det vanskelig? Ville jeg påføre dem med lite nettverk en følelse av å stå alene? Burde jeg informert guttene annerledes før de satte i gang med besvarelsen? Kunne jeg gått tydeligere inn på hensikten med forskningen og hva den kunne føre til, både med tanke på mulige tiltak og på igangsettelse av individuelle prosesser? Burde jeg ha koblet på skolens helsesøster, slik at hun kunne være i beredskap dersom det skulle bli reaksjoner i ettertid? Disse og flere spørsmål er viktig å avklare og vurdere, og de faglig etiske reglene kan hjelpe til med å reflektere over spesifikke etiske beslutninger (NESH, 2006, Kvale og Brinkmann, 2015).

Hva med det asymmetriske maktforholdet som er i en intervjusituasjon? I en intervjusituasjon har forskeren makten, blant annet gjennom at det er en enveisdialog (Kvale og Brinkmann, 2015). Det er forskeren som blant annet avgjør temaet og spørsmålene. Når besvarelsen er gitt, så har forskeren monopol på å fortolke svarene og videre rapportere hva informantene formidlet (ibid, 2015).

Slik jeg har skrevet tidligere ble prosjektet godkjent av NSD. Godkjenningen inneholdt tydelige kriterier som omhandlet at prosjektet ikke behandlet personopplysninger med elektroniske hjelpemidler eller at det ble opprettet et manuelt personregister som inneholdt sensitive personopplysninger. Videre at alle opplysningene behandles anonymt og hvor opplysningene ikke på noe vis kunne identifisere enkeltpersoner eller skole, verken direkte eller indirekte. NSD la også til grunn av prosjektet var klarert med skolens ledelse, og de anbefalte at skolen unngikk å levere ut klasselister samt at skolen rettet forespørsel til foreldrene om elevenes deltakelse (vedlegg nr.1).

Underveis i en forskningsundersøkelse er det flere momenter forskeren må vurdere. Informert samtykke innebærer at deltakerne informeres om undersøkelsens overordna formål, om hovedtrekkene i designen og om mulige risikoer og fordeler med å delta (NESH, 2006, Kvale og Brinkmann, 2015). Informert samtykke innebærer også at deltakerne deltar frivillig og at de kan trekke seg når de vil. ”Disse prinsippene respekterer deltakerens evne til å fatte beslutninger og skal passe på at deltakeren ikke skades” (Kvale og Brinkmann, 2015, s.104). Videre inneholder informert samtykke, jmf. retningslinje nr. 9 i NESH (2006, s.13), også informasjon om fortrolighet, hvem som har tilgang til materialet, forskerens rett til å offentliggjøre og deltakerens mulige adgang til analysen og transkripsjonen (Kvale og Brinkmann, 2015). Jeg gjennomgikk undersøkelsen med deltakerne ved oppstarten, jmf. retningslinje nr. 8 i NESH (2006, s.12), men det har ikke vært kontakt med dem etterpå. Jeg har ikke mulighet til å finne hvem sin besvarelse som tilhører den eksakte gutten på grunn av anonym besvarelse. For mye informasjon hindrer deltakerne til å villedes, på den andre siden kan for lite informasjon gjøre til at deltakerne svarer i den retning jeg som forsker ønsker og ikke ut i fra deltakernes sannhet (Kvale og Brinkmann, 2015). I min undersøkelse godkjente både rektor og ledelse prosjektet, samt at skolen fikk ansvar for å innhente samtykke fra elevene for å bevare anonymiteten.

Når det kommer til konfidensialitet så referer det til enigheten om hva som kan gjøres med dataene som blir til gjennom deres deltakelse i undersøkelsen (Kaiser, 2012 referert i Kvale og Brinkmann, 2015). På den ene siden er det viktig å trygge deltakerne på at deres besvarelser holdes anonyme, mens på den andre siden kan det være deltakere som på grunn av sin tidsbruk på besvarelsen som kan føle seg lurt fordi navnet ikke krediteres i rapporten. At deltakerne holdes anonyme og uten mulighet for å påvirke analyseprosessen, kan det føre til at forskeren står enda mer fritt til å gjøre sine egne (for)tolkninger av resultatet (ibid).

En forsker må vurdere både mulig skade og mulig fordeler ved å delta, og det etiske prinsippet om velgjørenhet ”som betyr at risikoen for å skade en deltaker bør være lavest mulig” (Guidelines, 1992, s.15 i Kvale og Brinkmann, 2015, s.107, NESH, 2006, s.12). Når «tallene» slås sammen, bør summen av potensielle fordeler veie tyngre enn risikoen for å skade.

Det er viktige forskjeller mellom talespråk og skriftspråk. Min undersøkelse bestod at skriftlig besvarelse på fire spørsmål/tema. Elevene hadde mulighet til å utdype hvert eneste svar, men det var få som benyttet seg av den muligheten. En kan alltid spørre seg hvordan svarene ville vært utformet, dersom undersøkelsen hadde vært gjennomført som et tradisjonelt forskningsintervju, eller dersom undersøkelsen hadde vært gjennomført som et tradisjonelt kvalitativt intervju.

Min integritet som forsker er, ifølge Kvale og Brinkmann, «avgjørende for kvaliteten på den vitenskapelige kunnskap og de etiske beslutninger som treffes i kvalitativ forskning” (2015, s.108). Men også kravet om respekt for integritet, frihet og medbestemmelse for deltakeren er viktig, jmf. retningslinje nr.6 (NESH, 2006, s.11). Min bakgrunn som barnevernspedagog hvor de yrkesetiske retningslinjer er meg svært bevisst, samt min tidligere yrkesrolle som sosialarbeider i barneverntjenesten og nåværende stilling som lærer på barnevernspedagogutdanningen, vurderer jeg meg selv dithen at jeg har høy grad av integritet, både for min rolle som forsker og overfor informantene.

De etiske kravene inkluderer også den vitenskapelige kvaliteten (pålitelighet og gyldighet) på kunnskapen som legges frem. Har jeg gjennomført undersøkelsen slik at en kan si at dataene er pålitelige? Vil min undersøkelse være gyldig for andre gutter på 9.trinn?

Det kan være at jeg i mitt tidligere yrke har vært i kontakt med noen av deltakerne, men det er jeg usikker på. Jeg vet at jeg har vært i indirekte kontakt med en av deltakerne gjennom verv i en idrettsklubb. Hvorvidt denne eventuelle tidligere kontakten har hatt innvirkning på besvarelsene, er vanskelig (og kanskje umulig) å svare på.

#### **4.8 Metodekritikk**

I etterpåklokskapens lys ser jeg at det er flere områder ved undersøkelsen min som kunne vært annerledes.

Vedrørende informasjon i forkant til elevene av skolen, så hadde jeg ikke annen kontroll på det enn at jeg, etter avtale med rektor, hadde sendt samtykkeskjema med informasjon om prosjektet på mail, slik at han kunne dele disse ut til elevene. På gjennomføringsdagen fikk jeg inntrykk av at elevene var informert om undersøkelsen, da avdelingsleder sa slikt som ”husker dere at vi har fortalt dere om denne undersøkelsen?”. I brevet fra NSD stod det at de anbefalte at skolen rettet henvendelse til foreldrene om elevenes deltakelse. Rektor hadde fått kopi av brevet fra NSD. Jeg avklarte ikke eksplisitt med rektor om at skolen hadde informert foreldrene og videre samtykket til deltakelse var signert. I ettertid ser jeg at jeg burde fulgt dette opp bedre, for å sikre at den delen av de forskningsetiske retningslinjene ble fulgt.

Undersøkelsen ble gjennomført i en kalenderuke som i utgangspunktet var hektisk for elevene på denne skolen. Det var viktig for meg å gjennomføre undersøkelsen før påske, da det av erfaring er mye som skjer i skoletiden etter påske. På grunn av et tidspress ble gjennomføringsdatoen avtalt med kort frist, og da i en uke hvor elevene i 9.klasse hadde flere andre aktiviteter og belastninger i form av blant annet innleveringer.

Lokalene hvor undersøkelsen ble gjennomført var lite egnede lokaler. Den første gruppa satt i naturfagrommet, hvor de fleste satt vendt en vei. Dette fungerte greit og det var ro i gruppa. De to andre gruppene var plassert på kunst- og håndtverkrommet, hvor de til dels satt veldig tett og flere satt mot hverandre. Det var også flere andre distraksjoner som lyder utenfra, forstyrrelser med tulling fra enkelte elever, samt bilder og annet inne i rommet.

Et annet moment er at to grupper gjennomførte besvarelsen før lunsj, mens den siste gruppa besvarte etter lunsj. Det kan være at det ble snakket om undersøkelsen i friminuttet og at det kan ha påvirket besvarelsene. Det ville vært en fordel å gjennomført undersøkelsen i for

eksempel en gymsal hvor alle var tilstede og svarte på oppgaven samtidig, slik at alle elevene kunne svare med like rammefaktorielle forutsetninger. Det igjen ville krevd flere ressurser med hensyn til oppfølging underveis og gjennomføring.

Jeg erfarte at spørsmål fire var dårlig eller for komplisert formulert, slik at det var 12 av 32 som ikke svarte på dette spørsmålet. Jeg vurderte underveis å ikke gi dem for mye hjelp med dette spørsmålet, i og med at jeg ønsket at besvarelsen skulle være minst mulig påvirket av meg. ”Kvaliteten på de produserte data i et kvalitativt intervju avhenger av kvaliteten på intervjuerens ferdigheter og kunnskaper om temaet” (Kvale og Brinkmann, 2015, s.84). På gjennomføringsdagen hadde jeg selv tidvis problemer med å forklare dette spørsmålet på et god nok måte. Det kan skyldes for dårlig planlegging eller for dårlig forarbeid. Det kan også skyldes at det ble for vanskelig for ungdommene å tenke seg mulige løsninger i et fremtidsperspektiv. Når det er sagt så var det også flere som svarte på spørsmålet, slik at det er vanskelig å trekke noen konklusjoner.

Det kan hende at det med å gi eksempler til svar på spørsmålene, så kunne elevene bli ansporet på disse eksemplene og derigjennom bli forhindret i å komme med egne tanker. Hensikten min var å interagere minst mulig med informantene underveis i undersøkelsen, og selv om jeg gikk gjennom alle spørsmålene på forhånd og var åpen for kommentarer/avklaringer under min presentasjon, så vurderte jeg at de ville trenge et hint om hva spørsmålene omhandlet underveis i gjennomføringen. På den andre siden ser jeg at guttene også har svart andre kategorier enn de jeg tipset dem om. Eksemplene kan dermed ha ført til en refleksjon omkring temaet.

Jeg har ikke analysert besvarelsene klasse for klasse, da det er gruppen som helhet som er av interesse for meg i denne omgang. Det er alltid en maktbalanse mellom mennesker, noen ganger åpen, andre ganger skjult. Informantene svarte på undersøkelsen klassevis. Da jeg ikke kjenner elevene eller miljøene i klassene, har jeg ikke vurdert om maktbalansen har en effekt på de ulike besvarelsene. I ettertid ser jeg at det hadde vært interessant å analysere empirien klasse for klasse, for å se om det var variasjoner med hensyn til gruppens sammensetning av elever og med hensyn til om maktbalansen har betydning for svarene.

Jeg har ikke vurdert besvarelsestiden opp mot hvilket fag de måtte returnere til etter at de var ferdige med å svare på undersøkelsen. Da alle besvarelsene ble lagt i en bunke, har jeg ikke



oversikt over det var sammenheng mellom de som skrev mye og de som satt lengst. Jeg undrer i ettertid på om denne undersøkelsen har satt i gang refleksjoner hos guttene i etterkant, og har tenkt tanken på en oppfølgingsstudie.

Jeg vil i neste kapittel presentere empirien fra min undersøkelse.

## **5.0 PRESENTASJON AV DATA**

Min problemstilling er *”Hvilke valg tar gutter ved 9. trinn på en skole når de har behov for sosial støtte og hva avgjør valgene?”* For å belyse problemstillingen fra flere sider, stilte jeg guttene fire spørsmål. På de tre første spørsmålene kunne de gi så mange svaralternativer de måtte ønske, mens på det siste spørsmålet gav jeg ikke svaralternativer. I presentasjonen av empirien er svarene delt inn i spørsmål 1, spørsmål 2 og så videre, og videre delt inn i kategorier. I hver kategori presenterer jeg tall fra empirien samt utsagn fra informantene for å illustrere det de har svart.

35 gutter i alderen 14 – 15 år deltok på undersøkelsen. Noen har svart på alle spørsmålene og noen har svart på deler av spørsmålene. Tre besvarelser er tatt ut (nr. 12, 23 og 32), da de fremstod som ikke pålitelige kilder på alle fire spørsmålene. Dette betyr at min empiri består av 32 besvarelser.

### **5.1 I hvilke situasjoner trenger gutter sosial støtte?**

I dette underkapittelet vil jeg presentere funnene for spørsmål 1. Guttene skulle svare på vegne av gutter generelt og ikke dem selv spesielt. Gjennom å ta andre sitt perspektiv og svare på hva de tror at andre gutter har behov for, så var hensikten min å gjøre det lettere for guttene å svare, og det kunne representere en myk overgang til senere spørsmål som omhandlet dem selv.

I det første spørsmål jeg stilte guttene, så var hensikten å identifisere situasjoner hvor unge gutter kan ha behov for sosial støtte. De kunne gi så mange svaralternativer de måtte ønske. Av forslagene i teksten var *”skal ha en presentasjon”, ”kjærlighetsorg”, ”foreldre krangler”, ”noen i familien har dødd”*. Av de tre besvarelser som jeg anser som ikke pålitelige kilder og er tatt ut av materialet, var svarerne *”tom for pils”, ”når de tar sæ en joint” og ”jeg trenger ikke sosial støtte”*. Selv om det siste eksempelet kunne være relevant for min undersøkelse, fremstod resten av svarene på denne besvarelsen som tullesvar.

Av 32 besvarelser var det 10 stykker som hadde svart flere enn en situasjon, og det var fem stykker som ikke hadde svart eller ikke svart en spesifikk situasjon.

Det var flest besvarelser på at gutter trenger sosial støtte når de opplever dødsfall i familien, og 10 stykker hadde svart dette. En gutt skrev at

”Hvis noen i familien dør.” (besvarelse nr. 7)

Det var være enklest å knytte sosial støtte til sorg, og kanskje det var derfor at det var flest som svarte dette.

Den nest største kategorien var at ni svarte at gutter trenger sosial støtte når de har kjærlighetssorg. En gutt skrev at det er

”Forskjellig fra gutt til gutt da men sikkert hvis de har kjærlighetssorg ....” (besvarelse nr. 10)

Slår vi sammen tallene for de som har skrevet behov for sosial støtte ved dødsfall med kjærlighetssorg, får vi 19 stykker som har svarte dette.

Seks stykker svarte at gutter trenger sosial støtte når de har det vanskelig/hvis noe tøft har skjedd/når man ikke har det så greit, uten å spesifisere situasjonen nærmere. En av guttene skrev at

”De trenger det vell når de har det vanskelig.” (besvarelse nr. 21)

Informantene her ser at det å ha behov for sosial støtte ligger i det å ha det vanskelig.

Fire stykker skrev at gutter trenger sosial støtte når det omhandler krangel, enten at de har kranglet med venner eller med foreldrene, eller at det er krangel mellom foreldrene. En av dem skrev

”...når man krangler med sin bestevenn.” (besvarelse nr. 14)

Krangel definert som sinne er også en av grunnfølelsene.

To av guttene var innom det å være tøff eller bli oppfattet å være tøff kombinert med å ikke vise følelser. Den ene gutten beskrev at det er mange gutter som satt inne med noen ting de virkelig ville prate om, men som de ikke turte å gjøre. Den andre gutten skrev

”Jeg tror gutter trenger sosial støtte i mange situasjoner men det er ikke så mange som tørr å prate med andre om følelser fordi at de skal virke veldig ”tøff”, så mange gutter sitter inne med noen ting de virkelig vil prate om men de tørr ikke.” (besvarelse nr. 27)

To av 32 gutter har svar at de trenger sosial støtte når de sliter sportslig eller feiler på et fremlegg. En av disse to skrev at

”De kan trenge sosial støtte visst ... de feiler på et framlegg elns.” (besvarelse nr. 11)

To av besvarelsene sier at gutter trenger sosial støtte i forhold til venner. Av disse to skrev en av dem at

”Det trengs når man er ute, fordi man skal ha noen å være med.” (besvarelse nr. 34)

To av guttene skrev at de trengte sosial støtte når de var triste/deppa.

”Når de føler seg deppa.” (besvarelse nr. 17)

En skriver at gutter trenger sosial støtte når man er redd for eventuelle trusler over sosial medier/internett. Han skrev blant annet

”...Når man er redd for evt. trusler over sosiale medier/internett etc.” (besvarelse nr. 30)

Ellers bestod seks svar av følelser som omhandlet skuffelser, alvorlig sykdom i familien, problemer hjemme, andre har vært slemme, foreldrene skilles og at det skjer noe dumt. De siste tre svarene kan kategoriseres som behov av typen trenger hjelp, trenger penger og lite å gjøre.

## **5.2 Når gutter har det vanskelig pleier de å .....?**

I dette underkapittelet vil jeg presentere funnene fra spørsmål 2. Guttene skulle også her svare på vegne av gutter generelt og ikke dem selv spesielt. I andre spørsmålet var hensikten å kartlegge løsningsstrategiene til guttene. Jeg ønsket å få frem tankene på hva de tror gutter gjør når de har det vanskelig.

Her skulle guttene fullføre setningen. Noen av guttene tok utgangspunkt i seg selv. De hadde også her fått beskjed om at de kunne gi så mange svaralternativer de ønsket. Av forslagene i teksten var ”høre på musikk”, ”er med venner”, ”går på kino”, ”spiser mat”, ”spiller spill”, ”jogger”, ”snakker med noen”. Av de tre besvarelser jeg anser som ikke pålitelige kilder og som er fjernet fra materialet, var svarerne ”spølle”, ”ta en joint” og ”spise mat”. Sist nevnte svar kunne være relevant for min undersøkelse, men resten av besvarelsene fremstod som lite seriøse.

17 av 32 hadde svart flere enn en aktivitet. En hadde ikke svart spesifikt på hva gutter pleier å gjøre.

Av de 32 besvarelser var det 12 gutter som skrev at de de tror at gutter ville snakke med noen når de har det vanskelig. En av guttene formulerte det slik,

”Å snakke med noen, for eksempel kompiser/venner, familie/foreldre...” (besvarelse nr. 1)

De fire neste aktivitetene er aktiviteter vi gjerne forbinder med ungdom. Det var 11 gutter som skrev at de tror gutter hører på musikk når de har erfart vanskelige situasjoner. En av guttene skrev at

”... Pleie også å høre på musikk for å roe nervan.” (besvarelse nr. 21)

Det var like mange, 11 stykker, som skrev spilling som en aktivitet gutter gjør når de har opplevd noe vanskelig. En gutt skrev at

”Jeg pleier og sette meg ned og spille. Det før tankene over på noe annet.”  
(besvarelse nr. 13)

Seks gutter spesifiserte det å være med venner som en løsning når gutter har det vanskelig. En av disse seks skrev det kort og godt slik

”Være med venner.” (besvarelse nr. 6)

Like mange gutter, seks stykker, skrev trening som en løsningsstrategi når gutter har det vanskelig. En av dem formulerte seg slik

”...jeg bruker også å trene. Det syns jeg hjelper. Det er spesielt godt å trene slik at jeg får ut alt sinne.” (besvarelse nr. 20)

Tre gutter noterte at de tenker ut løsninger selv og at de ikke har behov for andre når de har det vanskelig. En av disse tre skrev det slik,

”Sitte for seg selv og prøve å tenke ut hva han kan gjøre nå.”  
(besvarelse nr. 18)

En av ungdommene skrev at gutter kan benytte rusmidler dersom de har det vanskelig. Han skrev at

”...kan drikke alkohol hvis det er veldig vanskelig.” (besvarelse nr. 19)

En gutt skrev «det å glemme» som noe han mente at gutter pleide å gjøre når de har det vanskelig. Han skrev at

”Noen prøver nok å glemme det...” (besvarelse nr. 10)

Av andre aktiviteter ble det nevnt å slappe av og se tv/fil/netflix og onanere, og tre av guttene hadde hver for seg skrevet dette.

### **5.3 Når jeg har behov for å snakke med noen om noe som er vanskelig, så vil jeg velge.....(person) fordi.....(begrunnelse)**

I dette underkapittelet vil jeg presentere funnene for spørsmål 3. Her var fokuset endret fra hva de trodde andre gutter ville svare, til å ta et utgangspunkt i dem selv. Dette tredje spørsmålet var todelt, hvor guttene skulle svare på om hvem (ikke navn, men rolle) de snakker med når de har det vanskelig og begrunnelsen for dette valget. Hensikten med spørsmålet var en dreining i mot hvilke personer gutter velger å snakke med når de har det vanskelig og hvorfor de tar dette valget. Dette for å identifisere signifikante personer (i form av roller) til disse ungdommene.

Som tidligere nevnt kunne de gi så mange svaralternativer de måtte ønske. Av forslagene til personer i teksten var det nevnt bestevenn/-venninne, bekjente, mamma, pappa, søster, bror, helsesøster, lærer, nabo osv., mens de ikke fikk forslag til begrunnelser. Av de tre besvarelser som jeg anser som ikke pålitelige kilder og er tatt ut av materialet, var svarerne ”tante fordi Yolo”, ”dealere fordi han skaffer meg the .... stuff” og ”sexpress”.

Av 32 godkjente besvarelser hadde en gutt glemt å skrive personen/rolle på del en og to hadde ikke oppgitt begrunnelse. Det var en som ikke hadde svart. Det betyr at empirien her består av 30 besvarelser på del en og 29 besvarelser på del to.

#### *Roller:*

Når det gjelder roller så svarte 22 av 30 gutter at de velger en venn/venninne når de har behov for å snakke med noen om noe som er vanskelig.

”Venner fordi de er lett og snakke med.” (besvarelse nr. 28)

Åtte av guttene skrev at de søkte foreldre for en samtale når de hadde det vanskelig, og begrunnelsene var noe forskjellig.

”Foreldrene mine fordi de har sikkert opplevd dette før.”  
(besvarelse nr. 35)

Fem av guttene valgte helsesøster, besteforeldre, en voksen, ”noen” (uten å spesifisere det siste nærmere) og en gutt skrev at han ville ha oppsøkt

”Den gamle presten fordi hun var snill å ville høre på hva jeg hadde å si.”  
(besvarelse nr. 22)

#### *Begrunnelser:*

Vedrørende begrunnelser svarte flertallet, 11 av 29 gutter at valget var tatt ut i fra tillit/det å stole på. En gutt skrev følgende at han oppsøker

”En venn fordi jeg stoler på personen eller personer” (besvarelse nr. 4)

Tre gutter begrunnet valget sitt med at personen var lett å snakke med. En gutt skrev følgende

”Venner eller ingen fordi de er enkel å snakke med” (besvarelse nr. 31)

To stykker begrunnet valget sitt med at personen alltid er der for han.

”En venn fordi den er der for meg” (besvarelse nr. 5)

I valg av begrunnelser knyttet til rollen som venn, svarte fem stykker hver for seg at det er fordi en venn er god til å støtte, det er ikke like flaut å si det, bryr seg, kan si alt og forstår bedre.

I valg av begrunnelser knyttet til rollen som forelder/voksen, svarte seks gutter hver seg at det er fordi en forelder/voksen er de nærmeste i familien, taushetsplikt, det er best/kjenner meg best, hjelp til å få det bedre og tidligere erfaring.

#### **5.4 I fremtiden skulle jeg ønske at.....**

I dette siste underkapitlet vil jeg presentere funnene fra fjerde og siste spørsmål i min undersøkelse. Her skulle guttene svare på om det ar noe de skulle ønske var annerledes neste gang de hadde det vanskelig. Også her skulle guttene ta utgangspunkt i dem selv. Hensikten

med spørsmålet var at jeg ønsket å identifisere guttenes tanker om fremtidig behov for sosial støtte. På dette spørsmålet fikk de ingen svaralternativer.

Av de tre besvarelser jeg anser som ikke pålitelige kilder og som er fjernet fra materialet, var svarene ”Georg og Jonas kommer på besøk”, ”At jeg kunne få mer joint” og ”Lol”.

Det var 12 gutter som ikke svarte på spørsmålet, slik at empirien består av 20 besvarelser.

Av de 20 besvarelsene skrev fire gutter at i fremtiden ønsket de å ha flere å snakke med. En gutt skrev at han ønsket at

”At man har flere å snakke med. For da føler man at det er flere som bryr seg. ...”

(besvarelse nr. 2)

En annen gutt skrev så fint om å stole på andre og tanker om hva jenter gjør, så jeg siterer

”Jeg skulle ønske at flere gutter prater med noen de stoler på om problemene sine og for meg selv håper jeg at jeg ikke venter så lenge med å prate om ting som er vanskelig. Og at flere gutter åpner seg mer opp med ting som de vil prate om. Jeg tror at jenter er bedre til å prate om følelser enn det gutter er. Jeg tror det er på grunn av at mange jenter holder seg til en gruppe mennesker de stoler på og at mange gutter er ”litt venn” med alle og bare går i mellom alle de han kjenner og derfor tørr ikke gutter å prate om følelsene sine på grunn av at de har ikke noen de stoler nokk på til å prate om alt med.” (besvarelse nr. 27)

Fire gutter skulle ønske for fremtiden at de fikk forståelse. En gutt skrev det slik

”At det var lettere for mamma og pappa å forstå.” (besvarelse nr. 30)

Tre gutter skrev at de skulle ønske at de tjente godt og ble rik. En av dem skrev

”Alt går min vei, at jeg tjener godt, ...” (besvarelse nr. 3)

En av guttene skrev at han takler best motgang selv og han formulerte det slik

”Jeg syns egt. Måten jeg takler/håndterer motgang er ganske grei. Og de jeg vender meg til, bruker alltid å hjelpe meg. Og det ser ut til å funke. Men så er det noen ganger jeg helst vil være for meg selv, og klarne tankene, og det er ganske godt av og til.”

(besvarelse nr. 20)



Tre gutter knytter fremtidens behov for sosial støtte til seg selv, at det ble lettere at det ikke var mer kjærlighetssorg og at han ikke har det så vanskelig.

Dersom vi kategoriserer hva andre kan gjøre for guttene, så har to av dem svart at noen kom bortover og alle fikk hjelp hvis de trengte det.

Tre gutter svarte hver seg at de skulle ønske for fremtiden at alt går hans vei, et spesifikt yrkesvalg og at han ikke bruker så lang tid på å finne utvei.

En gutt ønsket at foreldrene var mer åpne for han. En annen gutt skrev at det ikke var så mye man kan gjøre for å få det annerledes neste gang, og en tredje gutt skrev at han ikke hadde behov for annet en slik det var.

## **5.5 Oppsummering av empiri**

Jeg har gjennom presentasjonen av dataene forsøkt å vise veien for å kunne svare på min problemstilling *"Hvilke valg tar gutter ved 9. trinn på en skole når de har behov for sosial støtt og hva avgjør valgene?"* Dette har jeg gjort gjennom å belyse og kategorisere empirien min. En annen kategorisering ville gitt andre tall.

Først får guttene mulighet til å definere situasjoner som utløser behov for sosial støtte. Deretter skulle de identifisere ulike løsningsstrategier gutter har når de har det vanskelig. Videre definerte guttene hvilke personer (roller) de oppsøker når de har behov for sosial støtte og begrunnelsen for dette valget. Til slutt ønsket jeg å kartlegge fremtidsperspektivet for behov for sosial støtte, og guttene fikk anledning til å gi sine svar her.

Fra spørsmål en var det en hovedvekt på følelser som sorg, sinne og frykt som utløser av behov for sosial støtte. I tillegg fremkom tilskrevet rolle (være tøff), prestasjoner og vennskap. Dette vil jeg komme tilbake til i kapittel 6.

I spørsmål to fremkom samtalen som et valg det var størst oppslutning rundt, og det var 12 av 32 som hadde skrevet at når gutter har det vanskelig så pleier de å snakke med venner, familie, fagpersoner/noen. Jeg vil i kapittel 6 komme tilbake til samtalen, vennskap og relasjoner.

Det nest siste spørsmålet var spørsmålsstillingen presisert til å at dersom de måtte snakke med noen, hvem ville de da ha valgt og hvorfor. Flesteparten, 22 av 30, velger venner som samtalepartner og begrunnelsen er hovedsakelig tillit. 12 stykker velger foreldre eller en annen voksen, og begrunnelsen er her hovedsakelig erfaring og kunnskap. Erfaringskunnskap kan også kobles til tillit, at guttene har tillit til foreldrene og andre voksne vil kunne hjelpe dem på grunn av tidligere erfaring og forelderen/voksne blir dermed er den personen de søker. Jeg vil komme tilbake til vennskap og relasjoner, tillit og tid i kapittel 6.

I spørsmål fire som hadde et fremtidsfokus var det flest kategoriserte svar i forhold til det å kunne ha noen å snakke med. Dette kan tolkes som ensomhet, og jeg vil komme tilbake til dette i kapittel 6. Også her fremkommer samtalen som en mulig løsning for sosial støtte, samt forståelse. Dette er alle temaer som vil bli videre berørt i drøftingen i neste kapittel.

Oppgaven dreier seg nå over i en drøfting, og jeg deler kapitelet inn i to deler.

## 6.0 DRØFTING

Med utgangspunkt i en fenomenologisk og hermeneutisk forståelse vil jeg nå forsøke å drøfte og analysere min empiri. Fenomenologien består av å forstå sosiale fenomener, her sosial støtte, ut fra aktørens perspektiv. Så hvordan forstår informantene mine sosial støtte? I kraft av å forsøke å opptre så objektiv som mulig, valgte jeg at informantene skulle svare skriftlig på fire spørsmål, med minst mulig innvirkning fra meg underveis. Dette for i minst mulig grad påvirke informantenes egne perspektiver på temaene sosial støtte og hvilke valg de tar når de har det vanskelig. Den videre fortolkningen gjøres ut i fra en hermeneutisk forståelse. Ungdommens forståelse av sosial støtte skal jeg forsøke å finne mening i gjennom å forstå tekstene til informantene, og jeg vil fortolke dem gjennom mine briller. Vår forståelse endres hele tiden gjennom av vi påvirker og blir påvirket av samfunnet vi lever i, slik Berger og Luckmann sier det.

Ut fra Wadel og Wadel sin definisjon på en samfunnsvitenskapelig forklaring med utgangspunkt i nivå tre, det vil si at noen mennesker er mer like og kan grupperes etter felles/lik handlemåte mot andre grupper, er samfunnsvitenskapelige forklaringer relasjonelle/sosiale. Dette perspektivet, sier Wadel og Wadel, går ut på at noen mennesker blir definert å være mer lik hverandre fordi de gjensidig påvirker hverandre gjennom handlinger (2007). Med utgangspunkt i denne forståelsen grupperer jeg ungdommene i min undersøkelse i en gruppe. Den er en såpass liten gruppe (35 stykker), at jeg antar at de påvirker hverandre både på skolen og de fleste også på fritiden. Den kulturpsykologiske forståelsen går noe lenger i sin forklaring, da de i tillegg til å anerkjenne den gjensidige påvirkningen mellom individ og samfunn, også understreker betydningen av den gjensidige avhengigheten mellom individ og kultur/samfunn. I en videre forståelse av at gruppe-medlemmene påvirker hverandre, vil jeg ut i fra en kulturpsykologisk forståelse også si at gruppen av gutter i min empiri er avhengig av hverandre.

Jeg har delt drøftingen inn i to underkapitler 6.1 *Sosial støtte i et relasjonsperspektiv* og 6.2 *Fremtiden med fokus på helsefremmende arbeid*. Dette er gjort ut i fra oppgaven har hovedfokus på sosial støtte, samt at jeg ønsker å si noe om en fremtidsperspektiv med et helsefremmende fokus.

## 6.1 Sosial støtte i et relasjonsperspektiv

Hvorfor er sosial støtte viktig? Jeg har vist gjennom teorien i oppgaven at sosial støtte er motsatsen til ensomhet, og at gjennom sosial støtte bygges den psykiske helsen. I sosiale nettverk bygges og etableres sosial kapital, som igjen er viktig for den sosiale utviklingen og vil ha betydning for den sosiale støtten.

Helse- og omsorgsdepartementet definerer sosial støtte som ”å få kjærlighet og omsorg, å bli aktet og verdsatt og tilhøre et fellesskap” (HOD, 2015, s.9). Sosial støtte kan deles inn i ulike kategorier og jeg vil her fokusere på emosjonell sosial støtte, også kalt følelsesmessig sosial støtte. Emosjonell sosial støtte inkluderer empati, omsorg, kjærlighet, tillit, å bli vist sympati og verdsettelse, og den kommer vanligvis fra familie og nære venner, så kalte primære og nære relasjoner. Sosial støtte er blant annet det å tilhøre et fellesskap, og emosjonell sosial støtte kan være å få empati og bli verdsatt.

I tillegg til sosial støtte, må vi også se ungdommene i sammenheng med hverdagslivet og samfunnet dem bor i. Jeg støtter meg til Andvik og Gustavsen som er opptatt av at vi må se utfordringene til ungdommene i sammenheng med hverdagslivet og komplekse livssituasjoner, og vi må se hele mennesket i den konteksten han/hun er i (2012, s.9).

### *Ungdomstiden*

En kan si at ungdomstiden bærer bud om mange og intense følelser. Slike følelser oppfattes ofte å være individuelle, men Wadel og Wadel sier at følelser er utenkelig uten å tenke følelser i samhandling med andre mennesker (2007). Vi har alle med oss grunnfølelser, som glede, sorg, sinne og frykt for å nevne noen. Disse må vedkjennes og anerkjennes, for videre å kunne handtere livets krumpring. I kartleggingen av hvilke situasjoner som utløses behov for sosial støtte i min empiri, fremkom det flest situasjoner som omhandler følelser. Dette var følelser som sorg ved dødsfall eller ved kjærlighet, men også følelser som omhandlet sinne og frykt. Slike grunnfølelser er viktig å anerkjenne, slik at de ikke blir holdt inne og bli en form for katalysator for ukontrollert negativ atferd. Å kjenne igjen følelser og det å kunne sette ord på disse er en lært atferd. Læring er en sentral form ved sosiale relasjoner. Ungdom må lære seg til å bli disse følelsene bevisste, og det læres gjennom blant annet tilbakemeldinger og veiledning fra andre. Læring fra og til andre kan kalles interpersonlig læring, som betyr mellom mennesker (Wadel og Wadel, 2007). I barndommen ytre reguleres ofte disse til dels voldsomme følelsene som for eksempel urettferdighet og tap, mens det forventes at utover i

utviklingen så skal barnet og ungdommen selv kunne regulere følelsesuttrykkene. Dette kalles indre regulering, og er en indre læring også kalt intrapersonlig læring (Wadel og Wadel, 2007). Oppvekstvilkår, blant annet foreldrenes sensitivitet og sosiale støtte, er med på å fremme barnets psykiske helse. Barnets kapasitet til å regulere følelser, korrigere egen atferd, lære, utvikle og håndtere utfordringer påvirkes og utvikles gjennom hele livet (Kvello, 2015).

I min empiri var det 10 gutter som svarte at de vil ha behov for sosial støtte når det kommer til sorg fra dødsfall, og ni stykker som svarte at gutter har behov for sosial støtte i forhold til kjærlighetssorg. Det kan være at ungdommene lettest kunne kjenne igjen behov for sosial støtte når det omhandlet sorg, da sorg for mange kan oppleves som noe konkret, noe håndfast. Noe skjer og så utløses en følelse. Det kan også være at flere av disse guttene nettopp hadde erfart sorg, enten gjennom dødsfall eller kjærlighetssorg, og derigjennom var seg disse følelsene svært bevisste.

To av guttene i min empiri var innom temaet «å bli tilskrevet en rolle», for eksempel som å være tøff. En av disse guttene kombinerte det med å være tøff med å ikke vise følelser. Er det en forståelse hos disse ungdommene at hvis du er tøff så viser du ikke følelser? Aktørstatus bygger blant annet på aktørforståelse, det vil si hvordan vi oppfatter en person i forhold til sine omgivelser (Toverud, 2002). I mitt eksempel kan det virke som om denne tilskrevne eller oppfattet rollen får konsekvenser i form at å ikke vise følelser, selv om det er en anerkjennelse av at det kan være behov for det, men at han ikke tørr. Ut i fra en kulturpsykologisk forståelse, så vil denne forståelsen være betinget den sosiale og kulturelle konteksten (ibid).

De sosiale ferdighetene og den sosiale kompetansen som utvikles gjennom interaksjon i og sosialisering med primærrelasjoner, som foreldre og foresatte, utvikles videre når barnet utvider sin horisont og begynner i barnehage og skole. Barnet både påvirker og blir påvirket av den kulturen den vokser opp i. Når barnet går over i den institusjonaliserte verden, er denne gjensidige påvirkningen utvidet til andre voksne og jevnaldrende. Oppover i alder vil barnet og ungdommen kunne stimulere sine omgivelser i større og større grad, og denne påvirkningen kan gjennom kulturpsykologien betegnes til å utvikle seg til en gjensidig avhengighet mellom individet og samfunnet. Det å kunne fungere sosialt, inneha sosial kompetanse og ferdigheter, er viktig for å bli inkludert i et sosialt fellesskap. Det er gjennom utviklingen av sosial kompetanse og sosiale ferdigheter at barnet og ungdommen lærer de

sosiale kodene i et system, i en kultur. Gjennom gjensidige relasjoner og vennskap bygges sosial kompetanse og sosiale ferdigheter.

Sosial kompetanse består også av å utvikle evnen til å mentalisere, og denne evnen kan utvikle seg med alder og modenhet. Mentalisere betyr å fortolke andres følelser, hensikter og tanker (Kvillo, 2015, s.135). Det å evne å mentalisere er viktig i etableringen og opprettholdelsen av sosial støtte. Dersom en skal kunne gi sosial støtte, så må en evne å sette seg inn i den andres sin situasjon. Nå er kanskje ikke evnen til å fortolke andre følelser, hensikter og tanker ungdommens største egenskap, der de, ifølge Börjesson (2013, s.11), er «under ombygging». Samtidig sier også Börjesson blant annet at, ungdom er kompetente og mektige mennesker, som «gjennom å stille spørsmål ved livet og dets mening» utfordrer seg selv og andre (ibid).

Sosiale ferdigheter, sosial kompetanse og mentalisering er alle ferdigheter som er med på å bygge sosial kapital. Den sosiale kapitalen inneholder sosiale relasjoner. Det å bygge vennskap og derigjennom å knytte relasjoner eller bygge relasjoner og derigjennom å knytte vennskap, er to sider av samme sak. Vennskap og relasjoner hører sammen, de står i et dialektisk forhold til hverandre. I dette dialektiske forholdet står også tillit sterkt. Jeg har referert til Wadel og Wadel tidligere i oppgaven og de sier at et «tillitsforhold innebærer gjensidig tillitsvekkende og tillitsskapende atferd mellom partene i en relasjon» (2007, s.75). Thorød sier videre at gjensidig tillit kan ses på som et hovedelement i dannelsen og opprettholdelsen av sosial kapital (2015, s.56). For informantene i min undersøkelse betyr egenskaper som sosiale ferdigheter, sosial kompetanse, evne å mentalisere og evne å bygge og opprettholde sosial kapital viktige elementer i dannelsen av vennerelasjoner.

I ungdomstiden står venner og vennerelasjoner sterkt. Ifølge Urie Bronfenbrenner sin utviklingsøkologiske modell utvikles og pleies primærrelasjonene i mikrosystemet. I ungdomstiden knytter ungdom til seg andre rollemodeller enn foreldre og foresatte. Interaksjon med andre mennesker betraktes som en forutsetning for individuell utvikling. Andre forhold i et relasjonelt perspektiv, i tillegg til tillit, står læring, motivasjon og følelser, slik jeg har beskrevet det tidligere. Wadel og Wadel sier at vi må både kunne lære fra og til oss, vi må kunne motivere og å være åpne for å la oss motivere, og i et relasjonsperspektiv må vi kunne anerkjenne at følelsesforhold har en mellommenneskelig forankring og en gjensidig påvirkning (2007, s.76). Vår voksen forståelse av ungdom, er slik jeg har beskrevet det

tidligere, vil ofte være begrunnet ut i fra atferd. Men sett videre så er dette en atferd som utspiller seg i relasjon med andre mennesker. Det kan være derfor at ungdom forstår og beskriver seg selv ut i fra følelser og relasjoner fremfor atferd, fordi det som er synlig og virkelig for dem er å være sosialt inkludert med venner og dermed sosialt inkludert i det sosiale fellesskap. To av guttene i min empiri skrev at det var behov for sosial støtte i forhold til venner. Kan det være at disse to guttene ikke hadde utviklet sine sosiale ferdigheter eller ikke hadde god nok sosial kompetanse til å danne og utvikle vennskap?

I spørsmål tre hvor guttene ble spurt om hvem de ville velge å snakke med når de har det vanskelig, så svarte 22 av 30 at de ville velge venner som samtalepartner. Begrunnelsen for valg av venner var hovedsakelig tillit. 12 stykker svarte at de ville velge foreldre eller en annen voksen, og begrunnelsen er her hovedsakelig erfaring og kunnskap. Erfaringskunnskap kan også kobles til tillit, at guttene har tillit til foreldrene og andre voksne vil kunne hjelpe dem på grunn av tidligere erfaring og forelderen/voksne derfor blir den personen de søker. En av guttene svarte at han ville oppsøke presten når han har behov for noen å snakke med når han har det vanskelig. Det kan være at denne informanten oppsøkte en religiøs person nettopp av hensyn til sin religiøse overbevisning, eller at presten er å anerkjenne som en signifikant person av andre grunner for denne gutten.

Hovedandelen av guttene i min undersøkelse velger å snakke med venner når de har behov for noen å snakke med når de har det vanskelig. Hva med de guttene som ikke har venner? Samspill med venner har som kjent betydning for utvikling av blant annet sosial kompetanse og selvbilde. To av informantene min svarte som kjent at det var behov for sosial støtte i forhold til vennskap, og en begrunnet denne sosiale støtten til at da har man noen å være med. Som jeg har skrevet tidligere så viser en befolkningsundersøkelse av 14-15 åringer at hver tredje av dem synes det er vanskelig å få seg venner (FHI, 2007, s.12). Tallene fra siste Ungdataundersøkelse sier at 89 prosent av guttene og 91 prosent av jentene på 9.trinn har en fortrolig venn. Ser vi på tallene andre veien, så vil dette si at 11 prosent av guttene og 9 prosent av jentene på 9.trinn ikke har en fortrolig venn. De guttene som ikke har en fortrolig venn å snakke med når de har det vanskelig, går de da til voksne for å få den sosial støtten de søker? Som jeg har skrevet tidligere, så søkte 12 gutter i min empiri til voksne for sosial støtte når de har det vanskelig. Om disse guttene søker voksne av mangel på venner vites ikke. Det kan som sagt være av grunner som erfaring og kunnskap som gjorde til at informantene søkte voksne for sosial støtte gjennom samtalen.

### *Psykisk helse*

Vi har alle en psykisk helse. Psykisk uhelse i form av tristhet, søvnvansker, konsentrasjonsvansker er noe som kan ramme alle og enhver i løpet av livet, og oppfattes som normale plager. Med det mener jeg at slike episoder av for eksempel tristhet, søvnvansker og konsentrasjonsvansker er normalt, og defineres ikke uten videre som psykiske vansker. Psykisk velvære er for de fleste både ønskelig og oppnåelig. Så hvordan klarer vi oss? Ballast fra barndom og oppvekst er med på å påvirke vår psykiske helse, og både god helse og helseproblemer henger ofte sammen med forhold tilbake i barndom, oppvekst og grunnskole (Andvik og Gustavsen, 2012). De sier videre at det er spesielt mobbing og ensomhet som går igjen og som kan knyttes til helseproblemer (ibid). Psykiske plager og lidelser er midlertidig en stor folkehelseutfordring, hvor ensomhet og mangel på sosial støtte er en stor del av det. Helse- og omsorgsdepartementet skriver i folkehelsemeldingen at ”sosial støtte og sosialt nettverk virker positivt på den psykiske helsen, mens ensomhet, stress og utenforskap har en negativ effekt” (2015, s.23).

Det er noe ulikt syn og ulik forskning på om det er jenter eller gutter som sliter mest med sin psykiske helse. Tallene jeg har vist til tidligere i oppgaven forteller at 10 – 16 prosent av barn og unge mellom 1,5 – 16 år sliter med sin psykiske helse (FHI, 2007, s.17). Andre tall viser at 15 – 20 prosent av barn og unge mellom 3 – 18 år i Norge har nedsatt funksjon på grunn av psykiske plager som angst, depresjon og atferdsproblemer (HOD, 2015, s.155). I en undersøkelse som Andvik og Gustavsen refererer til viser det seg at fra 13 års alderen er en overvekt av jenter som er registrert som mottakere av tilbudene innenfor psykisk helsevern (SINTEF referert i Andvik og Gustavsen, 2012, s.68). Selv om Ungdataundersøkelsene, tall fra reseptregisteret og andre dokumenter uttrykker at det ser ut til at det er en økning av depressive plager, spesielt hos jenter, kan vi ikke konkludere med at gutter ikke har samme symptomer. Det viser undersøkelsen av Nøvik og Jezefiak (2014) som Øyvind Kvello refererer til, og som sier at det i flere år har vært konkludert med at det er større forekomst av psykiske vansker blant norske gutter enn jenter (2015, s.157). Den siste ungdatarapporten forteller også at dersom tallene vedrørende psykisk helse ses under ett, så er omfanget av depressive plager nogen lunde uendret siden begynnelsen av 2010-tallet (NOVA, 2015, oppsummering).

Det kan være vanlig at ungdommer strever med å finne sin plass i ungdomsgruppa.

Wichstrøm sier at normale symptomer på angst og depresjon øker sterkt i ungdomsalderen og



den er ofte nært knyttet til hormonelle forandringer ved puberteten (referert i FHI, 2007). Dette strevet gjelder også i forhold til identitetsutvikling. Folkehelseinstituttet sier at slike symptomer ser ut til å ramme jenter mer enn gutter. ”Etter puberteten er to av tre ungdommer med betydelige plager jenter, og angstlidelser, depresjon og spiseforstyrrelser dominerer (ibid, s.18).

Dette støttes gjennom funnene i Ungdataundersøkelsene, hvor vi har blitt kjent med at utviklingen av depressive plager har vært ulik for gutter og jenter og hvor det har vært en økning for jenter og nedgang for gutter (NOVA, 2015). I siste Ungdataundersøkelsen (2015) hevdes det at seks prosent av guttene og 18 prosent av jentene i 9.trinn rapporterte at de har depressive symptomer. De mest utbredte psykiske plagene er ”typiske stress-symptomer” (NOVA, 2015, s.73), slik som ”alt er et slit” og ”bekymrer meg for mye om ting”. Dette kan knyttes til et prestasjonsjag og stress mot å være «best» og «flinkest». Selv om ungdom i dag har det bra, er det flere og flere som sliter med dårlig selvbilde og som opplever stress i hverdagen (ibid). En økende individualisering og et sterkere press for å lykkes, kan utvikle seg til psykiske plager som depresjon og angst. En beskyttelsesfaktor mot dette jaget kan være sosial støtte og prososialt nettverk, og god psykisk helse kan være en beskyttelsesfaktor mot stress og hverdagslivets utfordringer.

To av guttene i min undersøkelse skrev at det var behov for sosial støtte når de sliter sportslig eller feiler på et fremlegg. Det å slite med et fremlegg eller å slite sportslig kan påvirke den psykiske helsen hvor selvtilliten kan få en knekk, men det kan også utvikle seg til psykiske helseproblemer. Kan tallet to (av 32) tyde på at ungdom i dag har med seg så gode sosiale ferdigheter og høy grad av sosial kompetanse at de ikke kjenner behov for sosial støtte i slike situasjoner? Kan det være at disse guttene i min undersøkelse blant annet ikke gruer seg til å ha et fremlegg eller prestere på noen områder, eller at det er så lenge siden sist de presterte noe at de ikke husket at de gruet seg så mye at det var behov for sosial støtte, eller at de ikke kobler behov for sosial støtte med det å ha en prestasjon selv om det ble nevnt som et eksempel. Som jeg viser så kan det ha mange forklaringer at kun to av 32 gutter skrev presentasjoner som et område hvor gutter kan ha behov for sosial støtte. Funnene i Ungdata viser også at det ikke nødvendigvis er de med høyest prestasjonsjag som sliter mest, ”tvert imot understreker rapporten at det først og fremst er de ungdommene som ikke er spesielt godt tilpasset på skole-, familie- og fritidsarenaene, som i størst grad rammes av dårlig psykisk helse” (NOVA, 2015, s. 4).

Med bakgrunn i relasjonsforklaringen til Wadel og Wadel, og kulturpsykologiske teorien ser vi at det må være en gjensidig påvirkning og avhengighet for at et menneske skal virke og gro. Det sosial aspektet, det sosiale miljøet og de mellommenneskelige relasjonene er viktig i denne sammenhengen. Dette fører meg over på sosial støtte.

### *Sosial støtte*

Sosial støtte er viktig fordi den er helsefremmende. Jeg har tidligere redegjort for de ulike typene av sosial støtte. Den emosjonelle sosiale støtten, som blant annet inkluderer empati, omsorg, kjærlighet og tillit, kommer vanligvis fra familie og nære venner. Så i våre primære og tette relasjoner kan emosjonell sosial støtte utvikle seg. Kvello sier at «Sosial støtte er kvaliteten på de sosiale nettverksrelasjonene» (2015, s.84). Ystgaard (1997) trekker dette videre og konkluderer i sin artikkel ”Life stress, social support and psychological distress in late adolescence” med at en økning i sosial støtte fra både foreldre og venner reduserer effekten av negative livserfaringer. Dette betyr at å bygge vennerelasjoner og nettverksrelasjoner er viktig for (her:) ungdom, slik at den sosiale støtten som utvikles kan være med på å redusere effekten av negative livserfaringer.

Motpolen til sosial støtte er ensomhet. Som det er vektlagt tidligere, så er blant annet ensomhet knyttet til helseproblemer. Når en føler seg ensom og i ensomhet er det vanskelig å knytte og utvikle relasjoner og vennskap. Manglende relasjoner og vennskap gjør det vanskelig å bygge og utvikle sosial kompetanse, sosiale ferdigheter og sosial kapital, som er viktige egenskaper for blant annet å forstå de sosiale kodene i samfunnet, slik jeg har redegjort for tidligere.

Informantene i min undersøkelse søkte sosial støtte hos venner og foreldre. Ingen hadde nevnt lærere eller rådgivere på skolen. Var det noe med egenskapene til guttene selv som gjorde at de ikke søkte sosial støtte hos sine lærere eller rådgivere på skolen? Eller var det mangel på gjensidighet slik det betegnes i en relasjonell forklaring? Kan manglende tillit til de voksne på skolen være en forklaring? Eller kan det forklares med systemet, det vil her si skolen, som gjorde at guttene ikke søkte sosial støtte blant skolens ansatte? Er det slik at systemet eller arbeidsforholdene til lærere i dag gjør til at hver lærer har for liten tid til hver enkelt elev? Utdanningsforbundet er tydelig i sin formidling på at lærerne er skolens viktigste ressurs, og at tett oppfølging av elevene er avgjørende for en god skole (Utdanningsforbundet.no). Jeg

går ikke videre inn i å forsøke å forklare hvorfor informantene mine ikke søkte sosial støtte blant lærere og andre ansatte på skolen.

Jeg har understreket flere ganger at det å inneha sosial kompetanse er viktig, og da må man begynne med å bygge selvtillit og selvbilde. ”Hvordan du ser på deg selv og dine omgivelser, blir avgjørende for hvordan du kommuniserer” (Börjesson, 2013, s.17). Fellestemaer som gikk igjen i første og andre spørsmål omhandler relasjoner, venner og samtalen som verktøy og løsningsalternativ. Som jeg har skrevet tidligere så svarte, i valg av løsninger, 12 gutter på spørsmål to at de ville *snakke* med venner, familie og andre voksne når de har det vanskelig, og syv av dem skrev at det å snakke med var den eneste alternativet de valgte. På spørsmål tre svarte 22 stykker at de ville snakke med en venn og 11 stykker svare at de ville snakke med en voksen. Begrunnelsen for valg av venner var hovedsakelig tillit, mens for foreldre og andre voksne var valgene hovedsakelig erfaring og kompetanse. Jeg kommer straks tilbake til dette.

Først ønsker jeg å si at dersom jeg hadde kategorisert løsningsstrategiene jeg spurte om i spørsmål to inn i en felles kategori med tittel «typiske ungdomsaktiviteter», ville denne blitt den største kategorien. Det var 11 gutter som skrev at gutter ville valgt å høre på musikk, 11 stykker som skrev spilling, seks gutter valgte å være med venner og like mange skrev trening som en løsningsstrategi når de har det vanskelig. At det var så pass mange som valgte musikk, spilling og trening kan vi forstå, men hvorfor kun seks stykker valgte å være med venner når de har det vanskelig undrer meg. Hvor viktig er venner for ungdom? Det er veldig vanskelig å svare på og vil også være individuell fra ungdom til ungdom. Informantene i min undersøkelsen valgte venner fremfor foreldre og andre voksne, når de hadde behov for å snakke med noen når de har det vanskelig. Er det slik at makt-avhengighetsforholdet mellom venner er symmetrisk og dermed jevnbyrdig, eller er det så lett forklart som noen av guttene sa, nemlig at de har tillit til og stoler på sine venner?

Samtalen som problemløsning og som sosial støtte knyttet gjennom relasjonen og tillit. Gjennom å bygge tillit og gi anerkjennelse kan vi bli en signifikant andre/betydningsfull andre for personer som har behov for det. Sosial støtte er som sagt mange ganger det motsatte av ensomhet, og sosial støtte øker den psykiske helsen og kan dermed være helsefremmende. Gjennom en god samtale kan vi vise emosjonell sosial støtte. G. Bateson sier at kommunikasjon er sirkulær og hvor vi påvirker hverandre (Ulleberg, 2014). I relasjonsforklaringen til Wadel og Wadel er det også en gjensidig påvirkning, og i

kulturpsykologien er det både en gjensidig påvirkning og en gjensidig avhengighet mellom individet og kulturen. Handler svarene fra informantene om tid og tilgjengelighet? Med det mener jeg om det er slik at venner har mer tid og er mer tilgjengelig enn foreldre og andre voksne? Det er vanskelig å svare på ut i fra min empiri, men et spennende prosjekt for fremtiden.

### *Oppsummering*

Jeg har i denne delen forsøkt å drøfte ulike sider ved sosial støtte i et relasjonsperspektiv, hvor jeg har belyst min analyse ved hjelp av teori og eksempler fra min empiri. Jeg har hatt fokus på ungdomstiden, psykisk helse, sosial støtte og samtalen som et løsningsalternativ ved behov for sosial støtte.

Jeg vil nå gå over til del to av drøftingen, hvor jeg skal se på fremtiden med fokus på helsefremmende arbeid.

## **6.2 Fremtiden med fokus på helsefremmende arbeid**

Hvorfor er det så viktig med en god psykisk helse? Jeg har gjennom å presentere internasjonale og nasjonale dokumenter og undersøkelser vist at det er et økt fokus på psykisk helse og at den knyttes til den fysiske helsen. Jeg har også i teorikapitlet vist at gjennom sosial støtte bygges den psykiske helsen og dermed kan virke helsefremmende.

### *Psykisk helse*

Som tidligere vektlagt så viser på internasjonale og nasjonale undersøkelser at det er et økt fokus på psykisk helse, både hos barn og voksne. Vår regjeringen viser dette fokuset ved å legge betydelig vekt på psykisk helse i den siste folkehelsemeldingen, blant annet med å vie psykisk helse et eget kapittel. En viktig del av folkehelsepolitikken er å utvikle tiltak for å fremme psykisk helse og blant annet forebygge ensomhet. I folkehelsemeldingen skriver blant annet Helse- og omsorgsdepartementet at de vil sette i gang med utviklingsarbeid med sikte på å etablere et program for folkehelsearbeidet i kommunene. Dette utviklingsarbeidet skal gjøres i samarbeid med kommunesektoren. Forarbeidene til et slikt program ligger i å få gode data om livskvalitet og trivsel og forekomst av psykiske lidelser, og at dette er nødvendig for å få bedre oversikt over befolkningens psykiske helse. Dette er også nødvendig for å utforme og evaluere effekter av tiltak og som grunnlag for helseanalyser og forskning (HOD, 2015).

Det er også behov for å styrke samarbeidet på tvers av sektorer og etablere en felles forståelse for hvilke forhold som påvirker den psykiske helsen. Som jeg tidligere har vektlagt så må det fokuseres på sosial støtte, deltakelse og psykisk helse, slik at det kan bidra til å identifisere og systematisere kunnskap og sette dette inn i en folkehelsesammenheng (ibid, s.25).

Regjeringen er også i gang med en egen ungdomshelsestrategi for ungdom mellom 13-25 år, som skal belyse virkemidler for å «sikre god tilgjengelighet, bedre kapasitet og godt koordinerte tjenester til ungdom» (ibid, s.44).

Folkehelsemeldingen *Mestring og muligheter* foreslår som et av tiltakene for bedre psykososialt læringsmiljø og forebygging av mobbing å ta i bruk tverrfaglig kompetanse i skolen (HOD, 2015, s.28) og de kaller det er "Et lag rundt elevene". Med dette, som er et forsknings- og utviklingsoppdrag i regi av Kunnskapsdepartementet, skal elevenes helse og utdanning ses i sammenheng (ibid, s.28). Det skal fokuseres på læringsmiljø som forebygger mobbing og psykiske problemer, og at elevene skal få større mulighet til å komme i kontakt med signifikante voksne som kan hjelpe dem ulike psykososiale og helsemessige utfordringer. Disse tiltakene kan blant annet forebygge «drop-outs», manglende utdanning og videre negative ringvirkninger for fremtiden. Grunnen til at det tar med dette er at informantene i min undersøkelse gikk på 9.trinn, og at de snart står på terskelen til å gå over til videregående skole. Fokuset i folkehelsemeldingen er også i tråd med funnene i undersøkelsen til Andvik og Gustavsen som understreker behovet for tidlig innsats og forebygging, samt at et samlet hjelpeapparat evner å gi koordinert og individuell oppfølging (2012).

En signifikant andre som berøres i et av tiltakene i «Et lag rundt elevene» samsvarer også med annen forskning på området. Det er viktig at voksne med god psykisk helse som kan møte ungdommene adekvat, slik at de kan få den oppfølging og veiledning de har behov for. Utvikling av selvtillit og selvbylde skjer i samhandling med andre, og spesielt i samhandling med jevnaldrende. En trygg voksen kan representere kunnskap, erfaring, stabilitet og forutsigbarhet. Informantene i min undersøkelse søkte primært voksne for nettopp disse kvalitetene. Evnen til å mestre kravene og utfordringene i hverdagslivet, har stor betydning for den psykiske helsen. For ungdom som står på terskelen til å bli voksen er disse egenskapene viktig for å klare seg i voksen alder (Andvik og Gustavsen, 2012). Det er flere faktorer som påvirker den psykiske helsen, da den «psykiske helsen er et resultat av komplisert samspill mellom samfunnsmessige faktorer, sosialt miljø, psykologiske, biologiske og genetiske faktorer» (HOD, 2015, s.155). Det er derfor det er så viktig å møte ungdommene

med fokus på hele mennesket, både som individ men også som en person i samhandling med kulturen og samfunnet.

### *Samtalen*

Med fokus på fremtiden skulle informantene i min undersøkelse oppgi svar på om det var noe de skulle ønske var annerledes neste gang de har det vanskelig. Fire svar omhandlet det å ha noen å snakke med neste gang de har en slik opplevelse. Det kan være at guttene i min empiri ser på det å snakke med noen som en god løsningsstrategi, og dermed en helsefremmende strategi. Det kan også tenkes at det var flest svar på samtalen som fremtidsalternativ, da det å snakke med noen har vært poengtert gjennom stort sett hele undersøkelsen. En annen måte å tolke svaret på er at guttene har et behov for noen å snakke med, fordi livet kan oppleves ensomt i dag. Dette ble poengtert hos en gutt som skrev at han skulle ønske at han hadde flere å snakke med, for da føler man at det er flere som bryr seg. Ensomhet er som tidligere påpekt motsatsen til sosial støtte. Det er mange faktorer som spiller inn i forhold til at noen opplever ensomhet, for eksempel familiær fattigdom og mangel på sosial kapital for å nevne noen. Disse ungdommene som opplever ensomhet vil ha et særlig behov for sosial støtte og jeg mener at dette behovet blant annet kan møtes gjennom helsefremmende samtaler med signifikante andre.

I min undersøkelse var det flere gutter som skrev både i spørsmål to og i spørsmål tre, at de velger å enten la problemene gå over av seg selv eller at de ville være alene for å tenke ut løsninger selv. Andvik og Gustavsen viser til flere undersøkelser som sier at å overlate ungdommen til seg selv og sine egne tanker uten at en voksen eller en annen betydningsfull person tar et helhetlig grep om situasjonen, kan føre til en dannelse av et selvbylde og en identitet som ungdommene tar med seg inn i voksenlivet (2012). De sier videre at det å ha tilhørighet, spesielt til jevnaldergrupper og samfunnet forøvrig, og oppleve sosial støtte er viktig for dannelsen av selvet. Som voksne kan vi inneha rollen som en betydningsfull person som kan gi sosial støtte til en ungdom, og det kan være av stor betydning for denne ungdommens utvikling av selvet, selvaktelsen og tilhørighet til samfunnet. De avslutter med å si at det å bli godtatt og føle tilhørighet med signifikante andre, spesielt i jevnaldergruppa, kan tilby dannelsen av identitet (ibid, 2012).

Sosiologen Aaron Antonovsky hevder at stress i tilværelsen er unngåelig, og at i hvilken grad stress blir skadelig beror på personens opplevelse av sammenheng (2012). I sin bok *Helsens*

*mysterium. Den salutogene modellen* definerer han opplevelsen av sammenheng inn i tre komponenter; begripelighet, håndterlighet og meningsfullhet. Jeg går ikke nærmere inn i disse tre komponentene, men vil understreke at Antonovsky fremhevet den helsefremmende samtalen som en metode for hvordan komme videre i livet. Han var opptatt av det skal være en opplevelse av sammenheng, og at denne opplevelsen kan være helsefremmende til tross for at belastningene i livet er store. Denne opplevelsen er viktig, fordi det er i forståelsen av hvorfor ting skjer at utvikling kan skje (Börjesson, 2013). Fire av informantene i min empiri svarte på spørsmål fire at de skulle ønske for fremtiden at de fikk forståelse. En av dem rettet dette behovet for forståelse fra foreldrene. I et helsefremmende perspektiv er det å få blant annet forståelse, anerkjennelse, empati og sympati viktige komponenter.

Kan en eller flere samtaler med signifikante andre defineres som førstehjelp, som et helsefremmende tiltak? Er det noe så enkelt og så vanskelig? Hva trenger 14-15 år gamle gutter når de har behov for sosial støtte? Jeg tar med et avslutningsord fra undersøkelsen til Andvik og Gustavsen som sier at ” Ungdommene drømmer om å få leve såkalte normale liv med samhold med andre, har det trygt og godt og er ønsket og blir sett på som verdifulle (2012, s.14).

#### *Oppsummering:*

Jeg har i denne delen forsøkt å drøfte ulike sider ved fremtiden med fokus på helsefremmende arbeid, hvor jeg har belyst min analyse ved hjelp av teori og eksempler fra min empiri. Jeg har hatt fokus på psykisk helse og samtalen som et helsefremmende tiltak.

## 7.0 OPPSUMMERING OG VEIEN VIDERE

Norge rangeres fremst i internasjonale sammenligninger av trivsel og velferd, samtidig er psykiske plager og lidelser en stor folkehelseutfordring. God helse og god psykisk helse gir muligheter for at hver enkelt kan mestre sine liv. En viktig helsefremmende faktor er opplevd sosial støtte, og denne støtten kan hjelpe ungdom å få og opprettholde en god psykisk helse. I folkehelsemeldingen fremkom det at sosial støtte, sosial kapital og sosial kompetanse kan være de faktorene som fremmer mestring, tilhørighet og opplevelse av mening.

Jeg har i denne masteravhandlingen sett på hvilke valg gutter på 9.trinn ved en skole tar når de har behov for sosial støtte og hva som avgjør disse valgene. Jeg har anvendt en kvalitativ metode hvor jeg spurte 35 gutter om temaer som omhandlet sosial støtte, valg av løsningsstrategier, valg av signifikante andre og hvilket fremtidsbehov de så for seg at de hadde neste gang de opplevde behov for sosial støtte. For å gi et bakteppe til fokuset på psykisk helse, har jeg gitt et lite innblikk i det internasjonale fokuset på dette temaet. Videre har jeg gjort rede for det nasjonale fokuset på psykisk helse, med å ta utgangspunkt i relevante dokumenter og undersøkelser. Jeg har anvendt Wadel og Wadel sin relasjonsforklaring og kulturpsykologien som teoretisk ståsted for min analyse. Disse to forståelsene bygger på at det er en gjensidig påvirkning mellom individet og samfunnet, og sist nevnte går videre i å si at det også er en gjensidig avhengighet mellom individet og kulturen personen lever i. Jeg har også redegjort for ulike perspektiv på ungdom og relevante temaer innenfor ungdomstiden.

Funnene er presentert i kapittel 5 og deler av funnene er drøftet i kapittel 6. Overraskelsen for meg var at flere av guttene valgte samtalen som en løsningsstrategi når de har det vanskelig.

Hensikten med denne masteravhandlingen var å øke kunnskapen omkring psykisk helse og sosial støtte, slik at voksne og profesjonelle yrkesutøvere skal kunne være bedre forberedt til å møte ungdommer på en god og helsefremmende måte. Gjennom denne økte kunnskapen kan programmene og tiltakene omkring ungdom etableres, tilpasses og spisses bedre. Dette kan være ressursbesparende og et samfunnsøkonomisk gode for ungdommen spesielt og for samfunnet generelt.



Jeg har gjennom studien fått kunnskap om hvilke situasjoner som utløser behov for sosial støtte hos disse informantene. Jeg har også fått kunnskap om hva guttene på 9.trinn ved denne skolen gjør når de har behov for sosial støtte, hvem de snakker med og begrunnelsen for nettopp dette valget. Og jeg har fått informasjon om hva 20 av 32 gutter tenker om fremtidens behov for sosial støtte. Denne innsikten er viktig fordi det er nettopp disse guttene som vet ”hvor skoen trykker” og det er gjennom deres deltakelse at vi kan få innsikt og forståelse i deres valg og behov.

Det er et økt fokus på psykisk helse, og det vises blant annet gjennom den kommende lansering av rapport «Barn i Norge 2015. Ungdom og psykisk helse» den 02.12.15. Vi venter også i spenning på regjeringens ungdomshelsestrategi for ungdom mellom 13 og 25 år. Det er sagt at den skal belyse virkemidler for å sikre god tilgjengelighet, bedre kapasitet og godt koordinerte tjenester til ungdom.

I tillegg til å sette seg inn i forskningsrapporter og undersøkelser, er det viktig å snakke med dem det gjelder. Forandringsfabrikken er en stiftelse som presenterer kunnskap og erfaringer fra barn og unge med erfaring fra hjelpeapparatet. De har sterke meninger om blant annet barn og unges rettigheter, og innenfor ulike områder som barnevern og psykisk helse.

*Veien videre:*

Hvilken forståelse tok guttene med seg videre? Fortsatte prosessen omkring temaene inn i dem og reflekterte de videre over dem etter at undersøkelsen var unnagjort? Dette kan jeg ikke svare på, men det ville vært et spennende oppfølgingsstudie omkring dette temaet.

Som sagt tidligere kunne en annen kategorisering gitt andre funn, og det ville vært et spennende prosjekt å se samlet på svarene til hver enkelt informant. Allerede nå ser jeg at det ville kunne gitt noen interessante funn.

Kan det, som et fremtidig helsefremmende tiltak og ut i fra funnene i min undersøkelse, være et forslag å iverksette egne samtalegrupper for gutter, hvor temaer som sosial støtte kan berøres?

*For Andreas sin del så ble han en del av statistikken over ungdom som sliter i voksenlivet. Han har ikke fullført videregående skole og han er ikke i jobb.*

*Hva kan jeg gjøre annerledes i møte med ungdommer som Andreas?*

## Litteraturliste

- Anvik, C.H. og Gustavsen, A (2012) *Ikke slipp meg! Unge, psykiske helseproblemer, utdanning og arbeid*. NF-rapport nr. 13/2012. Bodø, Nordlandsforskningen, Høgskolen i Bodø
- Aubert, A-M. og Bakke I.M. (2008) *Utvikling av relasjonskompetanse. Nøkler til forståelse og rom for læring*. Oslo:Gyldendal akademiske.
- Antonovsky, A. (2012) *Helsens mysterium. Den salutogene modellen*. Oslo: Gyldendal akademiske
- Barne-, likestillings- og inkluderingsdepartementet (2010) *Det magiske øyeblikket. Hvordan komme i kontakt med ungdom som sliter*. Veileder. Q 1178 B
- Berger, P.L. og Luckmann, T. (1966) *Den samfunnsskapt virkelighet*. Bergen: Fagbokforlaget.
- Bunkholdt, V. og Kvaran, I. (2015) *Kunnskap og kompetanse i barnevernsarbeid*. Oslo:Gyldendal akademiske
- Bø, I. (2012) *Barnet og de andre. Nettverk som pedagogisk og sosial ressurs*. Oslo:Universitetsforlaget, 4.utg.
- Börjesson, M. (2013) *Motivasjon, mestring og medfølelse. Om å samtale med tenåringer*. Gyldendal Akademiske
- Everett, E.L. og Fruseth, I. (2012) *Masteroppgaven. Hvordan begynne – og fullføre* Universitetsforlaget. 2. utg.
- Follesø, R. (2010) Ungdom, risiko og anerkjennelse. Hvordan støtte vilje til endring? *Tidsskrift for ungdomsforskning* 10(1), s. 73-87
- Folkehelseinstituttet (2015) *Sosial støtte og ensomhet – faktaark*, <http://www.fhi.no/tema/psykisk-helse/sosial-stotte-og-ensomhet>, lastet ned 12.10.15
- Folkehelseinstitutt (2007) *Trivsel og oppvekst – barndom og ungdomstid*, rapport 2007:5. Oslo Nasjonalt folkehelseinstitutt.
- Folkehelseinstitutt (2014) *Helsetilstanden i Norge*, rapport 2014:4. Oslo Nasjonalt folkehelseinstitutt.
- Frønes, I. (2006) *De likeverdige. Om sosialisering og de jevnaldrendes betydning*. Oslo:Gyldendal akademiske. 3 utg.
- NESH (Den nasjonale forskningsetiske komite for samfunnsvitenskap og humaniora) (2006) *Forskningsetiske retningslinjer for samfunnsvitenskap, humaniora, juss og teologi*. <https://www.etikkom.no/forskningsetiske-retningslinjer/Samfunnsvitenskap-jus-og-humaniora/>, lastet ned 01.02.15

- Gulbrandsen, L.M. (2002) Storbyjenter. I: Thorsen, K. og Toverud, R. red *Kulturpsykologi. Bevegelser i livsløp*. Oslo. Universitetsforlaget AS (s. 103 - 127).
- Helse- og omsorgsdepartementet (2015) *Mestring og muligheter*. Meld. St. 19 2014 – 2015. Oslo. Helse- og omsorgsdepartementet. Tilgjengelig fra: <https://www.regjeringen.no/no/dokumenter/meld.-st.-19-2014-2015/id2402807/> (Lest 17.10.15).
- Kristiansen, A. (2015) Barne- og ungdomsskolen. I: Ulland, D., Thorød, A.B. og Ulland, E. red. *Psykisk helse. Nye arenaer, aktører og tilnærming*. Oslo. Universitetsforlaget AS, s. 45 – 49.
- Kvale, S. og Brinkmann, S (2015) *Det kvalitative forskningsintervju*. Gyldendal akademiske. 3 utg.
- Kvello, Ø. (2015) *Barn i risiko. Skadelige omsorgssituasjoner*. Oslo: Gyldendal akademiske, 2. utg.
- Larsen, I.B. (2015) Dialogiske omgivelser som betydningsfulle for mennesker med psykiske problemer. I: Ulland, D., Thorød, A.B. og Ulland, E. red. *Psykisk helse. Nye arenaer, aktører og tilnærming*. Oslo. Universitetsforlaget AS. s. 30 - 37.
- NOVA (2013). *Ungdata. Nasjonale resultater 2010 – 2012*. NOVA rapport 10/13. Oslo: NOVA
- NOVA (2014). *Ungdata. Nasjonale resultater 2013*. NOVA rapport 10/14. Oslo: NOVA
- NOVA (2015) *Ungdata. Nasjonale resultater 2014*. NOVA rapport 7/15. Oslo: NOVA
- Rienecker, L. og Jørgensen, P.S. (2013) *Den gode oppgaven. Håndbok i oppgaveskriving på universitet og høyskole*. Fagbokforlaget. 2.utg.
- Rye, J.F. (2013) Mead, Berger & Luckmann og de signifikante andre. *Sosiologisk tidsskrift* (02), s. 169 – 189
- Sagatun, S. (2008) *Kjønn i sosialt arbeid med ungdommer og foreldre*. Universitetsforlaget
- Skog, O-J. (2010) *Å forklare sosiale fenomener. En regresjonsbasert tilnærming*. Gyldendal akademiske. 2 utg.
- Silverman, D (2006) *Interpreting qualitative data*. Sage publications Ltd. 3 ed.
- Thorsen, K. og Toverud, R. red. *Kulturpsykologi. Bevegelser i livsløp*. Oslo. Universitetsforlaget AS
- Thorød, A.B. (2015) Fritid og sosial kapital I: Ulland, D., Thorød, A.B. og Ulland, E. red. *Psykisk helse. Nye arenaer, aktører og tilnærming*. Oslo. Universitetsforlaget AS, s. 54 - 60.

Toverud, R., Thorsen, K., Gulbrandsen, L.M., Andenæs, A., Hjort, H., Jensen, T.K. og Skjær Ulvik, O. (2002) Kulturpsykologi – utgangspunkt, mål og framkomstmidler. I: Thorsen, K. og Toverud, R. red *Kulturpsykologi. Bevegelser i livsløp*. Oslo. Universitetsforlaget AS (s. 17 – 33).

Toverud, R. (2002) Våre helstøpte og mangfoldige selv. Et både- og perspektiv på psyke og kultur. I: Thorsen, K. og Toverud, R. red *Kulturpsykologi. Bevegelser i livsløp*. Oslo. Universitetsforlaget AS (s. 34 - 54).

Ulland, D., Thorød, A.B., Ulland, E., Volden, O og Wahlstedt, A. (2015) Psykisk helse som lokalt og globalt fenomen. I: Ulland, D., Thorød, A.B. og Ulland, E. red. *Psykisk helse. Nye arenaer, aktører og tilnærminger*. Oslo. Universitetsforlaget AS, s. 249 – 255).

Ulleberg, I. (2014) *Kommunikasjon og veiledning*. Universitetsforlaget. 2 utg.

Ungdata (2015) *Om Ungdata*. NOVA. Tilgjengelig fra <http://www.ungdata.no/id/22414> (Lest 17.10.15)

Utdanningsforbundet (2015) Mer tid til hver elev. <https://www.utdanningsforbundet.no/Hovedmeny/Valg-2015/Mer-tid-til-hver-elev/> (lest 05.11.15)

Wadel, C og Wadel, C.C. (2007) *Den samfunnsvitenskapelige konstruksjon av virkeligheten*. Kristiansand: Høyskoleforlaget AS

Ystgaard, M. (1997) *Life stress, social support and psychological distress in late adolescence*. Soc Psychiatry Psychiatr Epidemiol (1997) 32:277-283.

Aagre, W. (2014) *Ungdomskunnskap – hverdagslivets kulturelle former*. 2. Utg. Fagbokforlaget

## Vedlegg:

## VEDLEGG NR. 1

### Norsk samfunnsvitenskapelig datatjeneste AS

NORWEGIAN SOCIAL SCIENCE DATA SERVICES



Harald Hårfages gate 29  
N-5007 Bergen  
Norway  
Tel: +47-55 58 21 17  
Fax: +47-55 58 96 50  
nsd@nsd.uib.no  
www.nsd.uib.no  
Org nr. 985 321 884

Reidun Follesø  
Fakultet for samfunnsvitenskap Universitetet i Nordland  
  
8049 BODØ

Vår dato: 03.02.2015

Vår ref: 41742 / 3 / KH

Deres dato:

Deres ref:

#### TILBAKEMELDING PÅ MELDING OM BEHANDLING AV PERSONOPPLYSNINGER

Vi viser til melding om behandling av personopplysninger, mottatt 20.01.2015. Meldingen gjelder prosjektet:

41742	<i>Jeg velger meg... - Hvilke valg tar 14-15 år gamle gutter når de har det vanskelig og hva avgjør valgene?</i>
Behandlingsansvarlig	<i>Universitetet i Nordland, ved institusjonens øverste leder</i>
Daglig ansvarlig	<i>Reidun Follesø</i>
Student	<i>Grethe Marie Borgerød</i>

Etter gjennomgang av opplysninger gitt i meldeskjemaet og øvrig dokumentasjon, finner vi at prosjektet ikke medfører meldeplikt eller konsesjonsplikt etter personopplysningslovens §§ 31 og 33.

Dersom prosjektopplegget endres i forhold til de opplysninger som ligger til grunn for vår vurdering, skal prosjektet meldes på nytt. Endringsmeldinger gis via et eget skjema, <http://www.nsd.uib.no/personvern/meldeplikt/skjema.html>.

Vedlagt følger vår begrunnelse for hvorfor prosjektet ikke er meldepliktig.

Vennlig hilsen

Katrine Utaaker Segadal

Kjersti Haugstvedt

Kontaktperson: Kjersti Haugstvedt tlf: 55 58 29 53

Vedlegg: Prosjektvurdering

Kopi: Grethe Marie Borgerød grethemba@hotmail.com

*Dokumentet er elektronisk produsert og godkjent ved NSDs rutiner for elektronisk godkjenning.*

*Avdelingskontorer / District Offices:*

*OSLO:* NSD, Universitetet i Oslo, Postboks 1055 Blindern, 0316 Oslo. Tel: +47-22 85 52 11. nsd@uio.no

*TRONDHEIM:* NSD, Norges teknisk-naturvitenskapelige universitet, 7491 Trondheim. Tel: +47-73 59 19 07. kyrre.svarva@svt.ntnu.no

*TROMSØ:* NSD, SVF, Universitetet i Tromsø, 9037 Tromsø. Tel: +47-77 64 43 36. nsdmaa@sv.uit.no



### Prosjektvurdering - Kommentar

---

Prosjektnr: 41742

Vi kan ikke se at det behandles personopplysninger med elektroniske hjelpemidler, eller at det opprettes manuelt personregister som inneholder sensitive personopplysninger. Prosjektet vil dermed ikke omfattes av meldeplikten etter personopplysningsloven.


Det ligger til grunn for vår vurdering at alle opplysninger som behandles i forbindelse med prosjektet er anonyme.

Med anonyme opplysninger forstås opplysninger som ikke på noe vis kan identifisere enkeltpersoner i et datamateriale, verken direkte eller indirekte.

Prosjektsslutt er 01.09.15. Samtykkeerklæringer slettes.

Verken skole eller enkeltpersoner vil kunne identifiseres i oppgaven.

Vi legger til grunn at prosjektet er klarert med skolens ledelse. Vi anbefaler at man unngår utlevering av klasselister, og at skolen retter forespørselen til foreldre om elevenes deltakelse.

 UNIVERSITETET I NORDLAND	Fakultet for samfunnsvitenskap	<b>VEDLEGG nr.2</b> Grethe M. Borgerød Student nr: 993948 Tlf: 415 63366 Mail: grethemb@hotmail.com
	Master i samfunnsvitenskap med fordypning i sosialt arbeid	Veileder: Reidun Follesø Tlf: 755 17313 Mail: Reidun.Folleso@uit.no

## Forespørsel om deltakelse i forskningsprosjektet

### *“Jeg velger meg”*

- Hvilke valg tar 14-15 år gamle gutter når de har det vanskelig og hva avgjør valgene?

### **Bakgrunn og formål**

Jeg ønsker å undersøke hvilke situasjoner som utløser behov for sosial støtte hos gutter i 14-15 års alderen, og hvilke personer eller arenaer unge gutter da oppsøker og hvorfor.

Problemstillinger:

I hvilke situasjoner trenger gutter sosial støtte? Hva gjør gutter når de har det vanskelig? Hvem velger gutter å snakke med når de har det vanskelig og hvorfor? Dersom unge gutter fikk velge, skulle de ønske at noe var annerledes neste gang de har behov for sosial støtte?

Informanter/deltakere:

Gutter i 9. klasse ved en utvalgt skole skal forespørres å være med i prosjektet.

Prosjektet er en masterstudie ved Universitetet i Nordland, Fakultet for samfunnsvitenskap.

### **Hva innebærer deltakelse i studien?**

Deltakelse innebærer at informantene/deltakerne svarer anonymt på fire spørsmål/tema som omhandler behov for sosial støtte, hva gutter gjør når de har det vanskelig, hvem oppsøker de og hvorfor.

Deltakelsen vil ta maks 60 minutter/en skoletime.

Foreldre/foresatte kan på forespørsel få se temaguiden/spørsmålene.

### **Hva skjer med informasjonen om deg?**

Besvarelsen er anonym.

Deltakerne skal ikke kunne gjenkjennes i publikasjoner.

Prosjektet skal etter planen avsluttes høsten 2015, ca. 30.08.15

### **Frivillig deltakelse**

Det er frivillig å delta i studien, og du kan når som helst trekke ditt samtykke

uten å oppgi noen grunn. Dersom du trekker deg, vil alle opplysninger om deg bli anonymisert.

Undersøkelsen gjennomføres i skoletiden. Du vil få alternativ undervisning/gjennomføre ordinær undervisning med klassen din dersom du ikke deltar eller trekker deg underveis i undersøkelsen.

Dersom du ønsker å delta eller har spørsmål til studien, ta kontakt med Grethe M. Borgerød, tlf: 415 6366, mail: [grethemb@hotmail.com](mailto:grethemb@hotmail.com)

Veileder: Reidun Follesø, Universitetet i Nordland, tlf: 755 17313.


Studien er godkjent av Personvernombudet for forskning, Norsk samfunnsvitenskapelig datatjeneste AS.

Med vennlig hilsen

Grethe M. Borgerød  
Student: 993948  
Universitetet i Nordland

---



	Fakultet for samfunnsvitenskap	<b>VEDLEGG nr.3</b> Grethe M. Borgerød Student nr: 993948 Tlf: 415 63366 Mail: grethem@hotmai.com
	Master i samfunnsvitenskap med fordypning i sosialt arbeid	Veileder: Reidun Føllesø Tlf: 755 17313 Mail: Reidun.Folleso@uit.no

### Samtykke til deltakelse i studien

#### "Jeg velger meg..."

- Hvilke valg tar 14-15 år gamle gutter når de har det vanskelig og hva avgjør valgene?

Kila skole mottar og oppbevarer samtykkeskjema.

Jeg har mottatt informasjon om studien, og er villig til å delta


---

(Signert av prosjektdeltaker/ungdom, dato: ...../....., 2015)

Jeg/vi samtykker til at min/vår sønn deltar i studien.

---

(Signert av foreldre/foresatte, dato: ...../....., 2015)

 UNIVERSITETET I NORDLAND	Fakultet for samfunnsvitenskap	<b>VEDLEGG NR.4</b> Grethe M. Borgerød Student nr: 993948 Tlf: 415 63366 Mail: grethemb@hotmail.com
	Master i samfunnsvitenskap med fordypning i sosialt arbeid	Veileder: Reidun Follesø Tlf: 755 17313 Mail: Reidun.Folleso@uit.no

**Takk for at du deltar.**

\*\*\*\*

**Jeg velger meg...**

- Hvilke valg tar 14-15 år gamle gutter når de har det vanskelig og hva avgjør valgene?

**Tema/spørsmål:**

Jeg ønsker å undersøke hvilke situasjoner som utløser behov for sosial støtte og hvilke personer eller arenaer unge gutter da oppsøker og hvorfor.

Sosial støtte kan forklares med å få støtte, bli tatt vare på og få omsorg blant annet i form av emosjonell og materiell karakter, og videre at man er en del av et sosialt nettverk.

**Du må gjerne skrive utfyllende svar på baksiden eller på eget ark.**

Hvilke valg tar 14-15 år gamle gutter når de har det vanskelig og hva avgjør valgene?

- 1) I hvilke situasjoner trenger gutter sosial støtte?.....  
**Forklaring:** her skal du svare på hvilke situasjoner du tror gutter på din alder trenger sosial støtte. For eksempel når du skal ha en presentasjon, har kjærlighetssorg, når foreldrene dine krangler, at noen i familien har dødd osv.
- 2) Når gutter har det vanskelig så pleier de å..... (fullfør setningen).  
**Forklaring:** her skal du svare på hva gutter gjør når de har det vanskelig, for eksempel høre på musikk, er med venner, går på kino, spiser mat, spiller spill, jogger, snakker med noen osv.
- 3) Når jeg har behov for å snakke med noen om noe som er vanskelig, så vil jeg velge ..... (person) fordi..... (begrunnelse).  
Bruk den plassen du trenger for å begrunne svaret ditt, gjerne på baksiden eller eget ark).  
**Forklaring:** her skal du svare på hvem du velger (ikke navn) når du har behov for å snakke med noen, for eksempel bestevenn/-venninne, bekjente, mamma, pappa, søster, bror, helsesøster, lærer, nabo osv. og du skal begrunne svaret ditt.
- 4) I fremtiden skulle jeg ønske at.....(bruk den plassen du trenger for å forklare. Gjerne på eget ark).  
**Forklaring:** Her skal du svare på om det er noe du skulle ønske var annerledes neste gang du har det vanskelig.