



BACHELOROPPGAVE I PEDAGOGIKK

Hvordan opplever seks ungdommer
prestasjonspress i skolen, og hvordan påvirker
dette ungdommenes følelse av mestring og psyke?

PED2900
Vår 2019
Kandidatnr: 10017
Antall ord: 6474

Innhold:

1.0 Innledning.....	2
1.1 Presentasjon av problemstilling.....	2
1.2 Oppgavens hensikt.....	2
1.3 Oppgavens oppbygging.....	2
2.0 Teori.....	3
2.1 Definisjon av begrep brukt i oppgaven.....	3
2.2 Teoridel.....	4
2.2.1 Motivasjonsteorier.....	4
2.2.2 Målorientering.....	5
2.2.3 Stress i skolen.....	5
2.2.4 Kunnskapsløftet og PISA sjokket.....	8
3.0 Metode.....	8
3.1 Metodevalg.....	8
3.2 Gjennomføring av gruppeintervju.....	9
3.3 Kilde- og metodekritikk.....	10
4.0 Analyse.....	11
4.1 Presentasjon av gruppeintervju og analyse.....	11
4.2 Hvor kommer presset fra?.....	14
5.0 Avsluttende konklusjoner.....	16
6.0 Referanseliste.....	17
7.0 Vedlegg.....	18
7.1 Illustrasjon, The human stress curve.....	18
7.2 Refleksjonsnotat.....	18

1.0 Innledning

Denne oppgaven vil omhandle prestasjonspress blant unge, og har som formål å undersøke følgende problemstilling: «hvordan opplever seks ungdommer prestasjonspress i skolen, og hvordan påvirker dette ungdommenes følelse av mestring og psyke?».

I denne oppgaven ønsker jeg som sagt å belyse hvordan ungdom har det i sin hverdag og si noe om hvorfor det muligens er slik. Jeg har her valgt å avgrense undersøkelsen til å gjelde videregående elever ved studiespesialiserende, ettersom presset om faglige prestasjoner her er særlig store, kan det være fornuftig å anta at det mer eller mindre forventes at disse skal ta en høyere utdanning. I arbeidet med å besvare problemstillingen, vil jeg ta for meg en empirisk analyse av et gruppeintervju med seks ungdommer fra studiespesialiserende på en videregående skole i Trondheim. For meg ble arbeidet med oppgaven og valget om å la ungdommenes opplevelse av press svært viktig. Dette kommer til å komme klarere frem i analysedelen av oppgaven hvor ungdommenes utsagn kommer frem. Valget om å la ungdommenes egne opplevelser er for meg særlig viktig da jeg mener det er nettopp de som best kan si noe om dette presset.

1.2 Oppgavens hensikt

En bacheloroppgave i pedagogikk har som hovedhensikt å gi studenten en mulighet til å gjøre et dypdykk i et tema som en selv er interessert i etter temaer som har omhandler studiene ellers. Det er også i stor grad med på å gi et innblikk og øvelse i det å skrive akademisk samt en smakebit på hvordan det kan være å være forsker. Denne muligheten til å skrive en vitenskapelig tekst om noe en selv synes er interessant er noe som har vekket gleden over vitenskap for min del. Da jeg er generelt svært interessert i motivasjon og de pedagogiske aspektene innen psykologi fant jeg det som en selvfølge å rette oppgaven min i denne retningen. Med en stor fasinasjon over hvordan dagens ungdommer opplever skolen, og da spesifikt prestasjonspresset i samfunnet. Hvordan de selv finner motivasjonen til å jobbe frem mot mål som karakterer ble nettopp denne oppgaven spesiell for egen læring.

1.3 oppgavens oppbygging

Oppgaven som helhet vil basere seg på hva ungdommene sa under gruppeintervjuet sett i lys av relevant teori. Det er også nødvendig her å stille spørsmål til hvorvidt prestasjonspresset i samfunnet er reelt, eller om det er et populærvitenskapelig fenomen som i hovedsak er skapt

av mediene. Jeg velger her å strukturere oppgaven med noen ulike undertemaer som press, stress, motivasjon og fremtiden. Disse er temaene ungdommene selv var opptatte av, og dette mener jeg derfor bør ligge som en sentral del av oppgaven. I første del vil oppgaven ta for seg en teori del innledet med begreper som er viktig for oppgavens helhet og avklaring av begrepsbruk. Deretter vil det bli presentert teori som vil komplementere analysen av ungdommenes egne fortellinger og meninger. Analysedelen vil som sagt holde fokuset på hva ungdommene mener er viktig og til slutt en avslutning og konklusjon av oppgaven. Vedlegg finner en etter referanselisten.

2.0 Teori

2.1 definisjon av begrep brukt i oppgaven

Generasjon prestasjon er et mye omtalt begrep i dagens samfunn, og som oftest i en populærvitenskapelig kontekst. Begrepet brukes om dagens unge som vokser opp i et prestasjonspreget samfunn som i stor grad er med på å internalisere disse kravene om prestasjoner, både i og utenfor skolen. (Madsen, 2018, s.118) Tendensen er at en ofte snakker om at et økende antall ungdommer stresser og eller presser seg til sykdom eller utmattelse. Dette kan tenkes å være for at en skal passe inn i en «perfekt» verden hvor, det kan virke til at det er liten aksept for feil og mangler.

Stress og *press* er to begreper som ofte brukes om hverandre og som til dels kan ha en klar sammenheng. Her ønsker jeg å sette et skille mellom de to for orden videre i oppgaven. Når jeg videre skriver om stress og press vil forskjellene ligge i at stress er det mentale utspillet av press, i form av at elever føler stress rundt det å skulle prestere. Som NOVA-rapporten skriver, handler press i stor grad om noe som kommer utenifra og inn i hodet, eller fra en selv, mens stress heller er reaksjonen man får som følge av presset. Stress kan også beskrives som en slags uro i form av at en har noe eller flere ting en skulle ha gjort og at dette skaper en slags presset ubalanse i ens eget hode påvirket av det ytre. (Eriksen, Sletten, Bakken & Soest., 2017, s.51-53)

Med *psykisk* helse menes mental helse dette omhandler det å ha det godt med seg selv og kunne håndtere en normal mengde stress eller motgang i livet. Dette er noe som ikke kan defineres da dette vil omhandle ulike mengder hos ulike individ. Viktig her er fokuset på den psykiske helsen hos ungdom, hvor Uthus (2017) som også viser til at den første omfattende

undersøkelsen for å avdekke psykiske helseplager. Denne kan i midlertid vise til at hele 15-20% av barn og unge har en viss form for psykiske helseplager som gir nedsatt funksjon i hverdagen. (Uthus, 2017, s.18-19)

2.2 Teoridel

2.2.1 Motivasjonsteorier

Innen motivasjonsforskning har det lenge vært et skille mellom indre og ytre motivasjon noe som strekker seg tilbake til White og Piaget. Indre motivasjon handler om at mennesket har indre eller grunnleggende motiver for utvikling av kompetanse, eller det å bruke nye tilegnete ferdigheter eller kompetanse.

Selvbestemmelsesteorien er her sentral, da den ikke bare tar for seg hvor motivert en er men også hvilke typer motivasjoner en innehar for spesifikke oppgaver eller mål. (Skaalvik & Skaalvik, 2015, 65-66)

Man kan sies å være indre motivert når det som skal læres oppleves som interessant og det gir en slags følelse av tilfredsstillelse og glede. Det er her en vil få et størst utbytte av læringen, da en selv kan se nytten og finne glede i det man lærer seg. En som er indre motivert vil i større fra være orientert rundt prosessen, fremfor målet av læringen. Den indre motiverte elev vil også ha en følelse av at atferden er selvbestemt, og dermed gi oppgaven større personlig mening. (Ryan og Deci, i Skaalvik og Skaalvik, 2015, s.66) Den indre motivasjonen er sett på som den sterkeste i pedagogikken, og sett i en skolesammenheng er det ikke nødvendigvis sannsynlig at elevene er sterkt indre motivert for skolearbeidet. Dette har naturligvis en sammenheng med at det er vanskelig for en elev å se nytten av pensum som ikke i like stor grad appellerer til en. Ved å internalisere skolens verdier rundt skolearbeidet kan en som lærer øke den autonome motivasjonen hos elevene slik at de føler en høyere verdi av skolearbeidet. (Skaalvik & Skaalvik, s.68)

Innen ytre motivasjon skiller man gjerne mellom kontrollert ytre motivasjon og autonom ytre motivasjon. En kontrollert ytre motivasjon handler om at en ikke har noe valg i handlingene eller aktivitetene en utfører. Her er det da en eller flere som har en utøvende makt, slik som en lærer som kan sanksjonere elevenes arbeid eller en prøve hvor eleven selv jobber mot et mål i form av gode tilbakemeldinger eller en karakter. I en slik situasjon vil eleven jobbe mot et konkret mål motivert av å ikke gjøre det dårlig, unngå straff eller dårlige tilbakemeldinger. Med autonom ytre motivasjon, menes det at en har internalisert verdien av arbeidet fra det

ytre, og dermed arbeider eksempelvis med faget fordi en ser verdien av det uten at en nødvendigvis er styrt av målet eller eventuelle premier og sanksjoner det har for en selv. (Skaalvik & Skaalvik, 2015, s.67)

2.2.2 Målorientering

Målorientering er et relativt nytt begrep, men desto viktigere i dagens samfunn. Det tar utgangspunkt i at elever har ulike grunner for innsats og ytelse i skolefag. Vi skiller her mellom oppgave- og egoorientering. En som er oppgaveorientering handler om arbeidet med fagstoffet blir sett på som nyttig for egen læring og utvikling og problemløsning er en stor del læringen. En som i hovedsak er egoorientert, er gjerne mer opptatt av målet og dermed det å bli positivt vurdert av andre. Fokuset her anses som å være en slags fremvisning av egen kompetanse for egen selvverd. En som er egoorientert er mer opptatt av å prestere bedre enn andre eller likt som andre med en mindre innsats, eventuelle nederlag sees på som truende (Skaalvik & Skaalvik, 2015, s.42)

Innen ego-orientering er det også et skille mellom offensiv og defensiv egoorientering. Defensiv ego-orientering handler om at en elev jobber mot å bli negativt vurdert, mens en ego-offensiv elev jobber for å demonstrere høy kompetanse. (Skaalvik & Skaalvik, 2015

Gjennom de 20-30 siste årene har et stort antall studier vist til at oppgaveorientert arbeid med skole har en vesentlig god effekt, da elevene i stor grad viser større interesse for faget i tillegg til å aktivt oppsøke hjelp dersom en møter på problemer. Samtidig tyder det på at oppgaveorienterte elever er mer utholdende i læringen, og i større grad kan takle utfordringer. Det motsatte finner en i forskningen om ego-orientert læring. Her er tendensen at en har en betydelig mindre utholdenhet ved utfordringer samt at en ikke søker hjelp like lett som oppgave-orienterte. De av de ego-orienterte som er defensivt ego-orientert vil også bruke mer tid og krefter på å gjemme dårligere prestasjoner da de er opptatt av hvordan andre oppfatter en. (Skaalvik & Skaalvik, 2015 s.44-45)

2.2.3 Stress i skolen

Stress er nødvendig for at kroppen gjennom stressreaksjoner skal mobilisere energi. Ungdom er ofte mer utsatt for stress, da de er i en fase mellom det å være voksne og barn. Her skal det skje store forandringer og de skal i denne perioden lære utrolig mye, før de skal ta fatt på voksenlivet. (Eriksen et al., 2017, s.19) Det er altså ikke slik at alle former for stress er skadelig. Det en definerer som positivt stress hjelper oss for eksempel med å prestere i

krevende situasjoner. Opplevelsen av stress kan for eksempel bidra til at du blir mer skjerpet i arbeidet med en oppgave, dersom du står ovenfor en gitt frist. Likevel er stress over en lengere periode mer skadelig. Dersom en opplever en stor mengde stress over en lengere periode kan en i første omgang føle seg sliten og litt utmattet. Dette vil videre kunne gå over i en utmattelse eller depresjon. En kan se dette i lys av Yerkes og Dodsons "The human stress curve", som viser hvordan stress påvirker kroppen og motivasjon. (Vedlegg 1.)

Kurven og teorien til Yerkes og Dodson viser også til at lite krevende utfordringer også kan være negativt for produktiviteten og kan føre til liten motivasjon og til dels kjedsomhet. Det er i midten av kurven en vil at en optimalt skal ligge etter denne modellen hvor de mener en får mer energi, arbeidet føles lite krevende og man har godt fokus. (Lillejord, Børte, Ruud & Morgan, 2017, s.7) Lillejord et al. Viser også til optimale læringsøyeblikk som omhandler flytsonen som illustrert av Csikszentmihalyi. Dette handler i stor grad om å komme inn i denne flytsonen hvor en har skarpt fokus på den oppgaven en skal utføre og dermed ikke tenke på noe annet og en vil her arbeide med stor nøyaktighet og effektivitet. (Lillejord, 2017, s.17)

Denne modellen har i senere tid blitt forandret da nyere forskning har vist til at ulike stressnivåer ikke har like størrelser og heller at de kan variere med type oppgave samt de personlige og sosiale ressurser en person innehar. Det er også viktig å påpeke at forskjellige individer vil oppleve og takle stress på ulike måter og at det kan skifte hurtig over fra positivt til negativt stress. (Lillejord, 2017, s.9) Nixon har illustrert The human function curve som foretar seg et hvordan forholdet mellom negativt og positivt stress kan utarte seg over tid. Den viser til hvordan en sunn spenning i stressnivået vil lede opp til en komfortsone og deretter hvordan "humpen" vil drastisk bære nedover til utmattelse og deretter dårlig helse og sammenbrudd. Det vil derfor være viktig her å se en sammenheng mellom de to og at balansen mellom de to er vanskelig og ofte vil det være slik at mange unngår situasjoner som stresser dem og/eller finner metoder for å takle stresset. (Lillejord, 2017, s.9)

Innenfor skolerelaterte stressorer som vist i Lillejord (2017, s.25) handler dette i stor grad om hvordan de ulike partene av en elevs skolehverdag sammen utgjør stressorer og som igjen kan ha både positive og negative utfall her henholdsvis utmattelse/utbrenthet og engasjement. Den tar her for seg 18 artikler og oppsummerer de ulike om hvordan disse er utført, hva de har lagt fokuset på og naturligvis størrelsen på undersøkelsene. (Lillejord, 2017, s.25) sosiale relasjoner er noe som for mange kan være vanskelig og virke inn som en sterk faktor

for stress i skolen, her trekkes det i hovedsak inn sosiale relasjon mellom elevene, mellom elev og lærer, men også familierelasjoner. Det trekkes inn hvor viktig det er for en elev å ha sterke relasjoner med jevnaldrende da disse i stor grad vil kunne fungere som en motvirkende buffer for stress i skolen og sparringspartner. Særlig viktig er de sosiale relasjonene viktig for elever da de bytter trinn eller skoletype slik som overgangen mellom barneskole og ungdomsskole og videre til videregående skole. Lærerne er her også viktige for å skape trygge omgivelser for elevene. Som vist i Lillejord (2017, s.26) har Wang og Fletcher fra 2016 undersøkt og viser til at: «*Lite konflikt i vennsrelasjoner og lite stressende relasjoner med lærere var koblet med færre opplevelser av stress og færre problemer i skolen.*» Videre viser også Galloway m.fl. (2013) til at lekser også har en stor betydning for sosiale relasjoner da dette på sett og vis «tar» av elevenes tid til andre aktiviteter og sosialt samspill. Dette kan da være en svært viktig faktor da skolearbeid kan gjøres alene, men også sammen med andre og dermed fungere som en sosial aktivitet og styrke elevers relasjoner til hverandre. Her viser undersøkelsen til at det er en stor andel, hele 72% av elevene fra undersøkelsen som oppgir at de er stresset rundt skolearbeid og at mange opplever fysiske symptomer som søvnproblemer, hodepine og utmattelse. De som også oppga at de var stresset over skolearbeid oppga også at de mente skolearbeidet var både ekstrabelastende og lite meningsfylt. Skolearbeidet oppleves også som en spenningsfaktor mellom fritidsaktiviteter og skolearbeid. (Lillejord, 2017, s.26)

Videre i Lillejord(2017, s.28) viser til to studier som omhandler overgangen mellom skoleslag og hvordan dette kan virke inn som en stressor i en elevs skolehverdag. Dette kan naturlig være utfordrende for mange da det ofte kan være store omveltninger i form av bytte av lærere og voksne og forholde seg til samt nye venner og mange av vennene som kanskje også begynner på en annen skole enn en selv, samt nye regler og høyere krav og forholde seg til. Den portugisiske undersøkelsen går på hvordan elevene der går fra mindre og få klasser og til større og flere klasser i overgangen fra 4. til 5. skoletrinn, og viser i stor grad til hvordan denne skoleovergangen kan være stressende for mange da det blir en til dels forandret hverdag med nye regler og områder å forholde seg til. Mens undersøkelsen til Goldstein m.fl. (2015) viser til hvordan overgangen i form av en mer test og prestasjonsorientert hverdag fører til mer stress og prestasjonsangst og at dette i stor grad fører til dårligere resultater. (Lillejord, 2017, s.28)

2.2.4 Kunnskapsløftet og PISA sjokket

Kunnskapsløftet ble implementert i 2006 etter at de første resultatene fra PISA undersøkelsen viste til at norske 15-åringers skårer bare litt over gjennomsnittet, noe som sto i sterk strid med de forventningene en hadde til norske skoleelever kunnskaper og ferdigheter. Dette ble senere omtalt av mediene som PISA-sjokket og ble grunnlaget for at regjeringen på denne tiden satte i gang arbeid for å heve den norske skolestandard. Dette skapte en stor omveltning i norsk utdanningspolitikk til tross for at PISA-undersøkelsen ikke er tilrettelagt landenes læreplaner, men kun ut ifra hva OECDs ekspertgruppe mente var viktige og riktige kunnskapsnivåer for 15-årige skoleelever. (Volckmar, 2016, s.112)

3.0 metode

I arbeidet for å finne svar på problemstillingen, har jeg i denne oppgaven valgt å benytte meg av kvalitativ metode. Denne delen vil derfor inneholde metodevalg hvor jeg redegjør for valgene jeg har gjort for hvordan jeg velger å gjennomføre oppgavens helhet samt metodeteori. Deretter skriver jeg i oppgaven om hvordan jeg har gjennomført de metodiske delene av oppgaven etterfulgt av metodekritikk og begreper som er viktig innenfor vitenskapelig metode.

3.1 metodevalg

Innenfor den samfunnsvitenskapelige metodelæren finnes det et klart skille mellom kvalitativ og kvantitativ metode. I korte trekk handler kvalitativ metode om å dykke dypt i en problemstilling hvor en som regel gjør gjennomgående intervju på et mindre utvalg av populasjonen. Mens på den andre siden finner en den kvantitative metoden som er lettere å hente inn informanter fra en større andel av populasjonen, her bruker man som regel et spørreskjema som kan sendes til så mange man har mulighet til. Denne begrenser derimot dybden av informasjonen og dermed kan man miste mange av aspekter av problemstillingen. (Johannesen, Tufte & Christoffersen, 2010, s.31)

Kvalitativ metode brukes mye og ofte der en kan finne bredere og dypere samt en mer detaljert informasjon. Kvalitative intervjuer beskrives ofte som en strukturert samtale med klare formål. En har som oftest et sett med spørsmål en kan stille til informanten samtidig som en har mulighet til å følge opp de svarene en får til motsetning til et kvantitativt intervju som en spørreundersøkelse hvor en ikke har mulighet til å nøste opp til hvorfor en svarer som

en gjør. (Johannesen et al.,2010, s.135)

Kvalitative intervjuer

innenfor kvalitativ forskning havner som regel kvalitative intervjuer som havner som en hoved definisjon for kvalitativ metodikk. En undersjanger er da gruppesamtaler eller gruppeintervjuer som er den mest gjeldene for denne oppgaven. I en gruppesamtale kan ikke moderator forvente og få et direkte svar på spørsmålene sine men heller at man får igangsatt en samtale mellom de ulike partene av gruppen basert på temaet eller emnene spørsmålene omhandler. Her kan en også forvente å få mer reflekterte svar da de ulike svarene eller meningene som trekkes inn kan skape en form for diskusjon eller refleksjon innad i gruppen. Dersom gruppen også kjenner til hverandre kan det også være med å skape trygghet i form av at intervjuer/moderator er ukjent men en ikke er alene om å være deltaker. Gruppesamtaler sådan kan også i stor grad være med å finne mulige løsninger på et problem eller hva som i hovedsak hva som er problemet eller problemene. (Johannesen et al., 2010, s.150-151)

3.2 gjennomføring av gruppeintervju

Jeg har utført et gruppeintervju for å få et reelt innblikk i ungdommenes skolehverdag og hvordan skolen påvirker deres hverdag. Jeg opplever her å være i en samtale med seks meget reflekterte ungdommer som ikke bare så seg selv men også de rundt seg og som alle kom fra ulike bakgrunner. Det var en jevn kjønnsfordeling mellom intervjuobjektene på 18-19år. Her har jeg tatt et valg om at et gruppeintervju med elever som selv står ovenfor denne utfordringen er sentrale. Jeg tror at det er ungdommene selv som er best egnet til å belyse problemstillingen. Gjennom gruppeintervjuet gir jeg som intervjuer stafettpippen i større grad over til informantene mine og dermed har de en større frihet til å fortelle om hva de selv mener er viktig.

I forkant av gruppeintervjuet sendte jeg ut mailer til de ulike videregående skolene i Trondheim for å finne en passende gruppe ungdommer som kunne tenke seg å delta i oppgaven. Her fikk jeg respons fra flere av skolene men kun en skole hvor jeg faktisk fikk mulighet til å gjennomføre et gruppe intervju. Jeg møtte opp på skolen og utførte intervjuet på et avlukket grupperom i gangavstand fra hovedklasserommet til elevene slik at de skulle føle at de var i trygge omgivelser. Jeg gjorde også et valg om å kle meg mest mulig nøytralt slik at stiller meg selv som autoritær ovenfor ungdommene og heller være mer som dem selv. Før intervjuet startet fortalte jeg dem også om hvordan jeg ønsket at intervjuet skulle dreie

seg om hva de selv mente var viktig innenfor gitte rammer. Ungdommene oppfattet dermed selve intervjuet som imøtekommende og engasjerende og i etterkant forteller de oppfattet at de hele tiden hadde kontroll på samtalen og i relativt stor grad følte jeg viktige under samtalen.

3.3 kilde- og metodekritikk

En kan stille spørsmål til hvorvidt svarene innhentet fra gruppeintervjuet er pålitelige eller ikke. Dette handler mye om hvordan ungdommene forholdt seg til meg som intervjuer. Svarene kan til dels være overdrevet i ungdommenes egne gjenfortellinger om egen hverdag for å gjøre seg mer «interessante». Relasjonen som oppstår mellom intervjuer og intervjuobjektet er her viktig da dette kan ha en stor påvirkning på hvordan intervjuet utfolder seg. (Johannesen et al., 2010, s.142) Denne relasjonen mellom meg selv som intervjuer og intervjuobjektene er her enda mer vesentlig å trekke frem da det ikke er en betydelig aldersforskjell mellom meg selv og de som ble intervjuet. Dette handler i stor grad også om troverdighet i undersøkelsen, forskerens observasjoner eller fortolkning av svarene gitt i en undersøkelse slik som gruppeintervjuet er vesentlig for utfallet for undersøkelsen. (Johannesen et al., 2010, s.230) Videre hvordan intervjuer forholder seg til svarene i form av umiddelbare reaksjoner kan også i stor grad påvirke svarene videre i samtalen. Selv om jeg i begynnelsen ikke var noen rette eller gale svar og at det er hvordan de selv opplever presset som er viktig vil intervjuobjektene her forsøke å svare riktig, da dette er en naturlig menneskeligheten. Samtidig kan også jeg som på sett og vis er en del av dette fenomenet selv tolke svarene i ønsket retning eller ettersom hva jeg selv tenker er det mest riktige.

Det er her også viktig og reflektere over at dette kun er et lite utvalg av personer som ikke nødvendigvis kan generaliserer for resten av ungdomsgruppen som defineres som generasjon prestasjon. Dette handler om begrepet reliabilitet som er en av grunnpilarene innen forskning. Reliabilitet knytter seg opp mot hvordan data hentes og nøyaktigheten til undersøkelsen, samt hvordan dette bearbeides. (Johannesen et al., 2010, s.40) validitet er også et viktig begrep som betyr gyldighet, som i stor grad handler om at data som er hentet inn ikke nødvendigvis er virkeligheten selv men en representasjon av den. Dette deles inn i tre former for validitet, begrepsvaliditet, intern- og ytre validitet. Validiteten til innhentet data er viktig å ta til betraktning da fenomenet en har undersøkt kanskje ikke er gjeldene for lignende eller like fenomener på ulike steder. (Johannesen et al., 2010, s.69-70)

4.0 Analyse

I denne delen skal jeg belyse ulike utsagn og kommentarer innhentet via intervjuene med ungdommene i begynnelsen av oppgaveskrivingen. Temaene som gikk igjen i intervjuet var karakterpress, stress og fremtiden, det kan også virke som det er nettopp dette som i størst grad var viktig for ungdommene. ungdommene fikk også i stor grad selv styre hvordan intervjuet skulle forgå innen rammene for oppgavene. De viste til store frustrasjoner om presset om å prestere på alle fronter og at det for dem virker som at ingen av partene, som har forventninger til dem tenker over de andre arenaene hvor de skal prestere. Det kan her virke til at det er liten eller ingen kommunikasjon mellom de ulike partene.

4.1 Presentasjon av gruppeintervju og analyse

«Jeg er stressa og mentalt sliten hele tiden. Jeg er redd for å ikke prestere godt nok, hele fremtiden min avhenger av dette. Jeg tror kanskje jeg må droppe russetiden eller i hvert fall deler av den om jeg skal komme meg inn på studier.»

Dette sier en av jentene fra gruppeintervjuet med en tone av fortvilelse. Hun snakker om at hun er stresset for kommende eksamener og andre prøver som hun sier skal følge henne resten av livet, i form av at disse er avgjørende for om hun kommer inn på videre studier. Hun nevner også her en redsel for å ikke prestere godt nok. De andre ungdommene rundt bordet nikker også anerkjennende til henne i det hun sier det. Denne følelsen av stress rundt ens egne prestasjoner kan virke inn til at en yter mer ved at presset kan virke som en motivasjon samt fylle en med endorfiner vist tidligere i oppgaven. Som vist tidligere i oppgaven handler dette om positivt stress samt det å finne flyt sonen for arbeidet. Samtidig kan dette over lengere tid føre til at en blir sliten og etter hvert også utmattet. Det å være sliten over lengere tid kan muligens legge føringer på ens prestasjoner sett i skolesammenheng, og som hun sier er hun hele tiden stressa og mentalt sliten. Dette kan tyde på at hun over lengere tid har opplevd en viss mengde negativt stress som nå kan føre til at konsentrasjonen ikke er helt på topp å dermed kan prestasjonene også til dels utvikle seg i en negativ retning.

Fremtiden er også et viktig element i dette da det trekkes inn i flere sammenhenger. De

uttrykker i stor grad en viss frykt for hva fremtiden bringer i form av utdanning. Flere av ungdommene snakket om at de var både redd for å ikke komme inn men også at de var redde for å velge feil studier. Og som en av elevene sa «*Lærerne sier alltid at vi må jobbe mot karakterene fordi det er de som vil definere fremtiden vår*», en kan her tenke seg at en elev fra stadig tidligere skal elever få høre at karakterene deres er med på å bestemme deres fremtid og dette kan i stor grad være med på å sette dette prestasjonspresset i samfunnet. Ungdommene sier også gjentatte ganger at det de synes det er vanskelig å skulle velge fordi det er så mye å velge av og samtidig at de må tenke over hva de liker og hvilke type jobber de kan få i fremtiden. De sitter også igjen med en følelse av at om de skal lykkes så må de ta de utdanningene som illustreres som de øverste i samfunnet. Denne frykten for å ikke gjøre det godt nok kan i stor grad føre til at Elevene hele tiden vil sitte med en viss form for stress rundt ens egen fremtid og dermed sette dem i en situasjon hvor de må prestere til enhver tid.

«10% fraværsgrensa er helt jævlig, jeg har ikke tid til å bli syk.»

Flere av ungdommene sier at de og andre i klassen møter opp til timene sine selv om de er syke å kan smitte de andre fordi de ikke vil ha fravær på grunn av fraværsgrensa. En kan også tenke seg at det muligens er for mye arbeid for ungdommene da de sier at de ikke har tid til å bli syke. Det var her en jevn enighet om at dette nye kravet førte til at flere ble syke, riktignok småsyke som forkjølelse som man ikke får legeerklæring for da de som ellers ville holdt seg hjemme en dag eller to for å komme seg på bena møter opp på skolen å smitter de andre. Her finner en kanskje det største hullet med den nye ordningen da dette fører til at flere av elevene er syke på skolen og kanskje ikke får fullt utbytte av skolens timer eller arbeidet de skal utføre i timene. Ungdommene her kan føle en viss form for stress da de er redde for å bli syke, muligens fordi de ikke føler de har tid til å være syke dels på grunn av arbeidsmengden skolen gir dem. Og igjen slik at de ikke skal bli hengende etter og dermed ha et dårligere grunnlag for prøver og eksamener på slutten av året. Også den muligheten for at de til slutt kanskje ikke har flere sykedager igjen i enkelte fag som har færre timer i semesteret, som igjen vil si at det ikke er snakk om mange gangene en elev kan være syk før det møter fraværsgrensen på 10%.

Om Karakterpress i skolen er svarene veldig klare på at det er et vesentlig press om prestasjoner innenfor skolearbeid. En av elevene sier følgende: «*karakteren fire er jo egentlig*

midt på treet men den er ikke bra nok, det gir meg en dårlig selvfølelse og jeg føler at jeg har feilet meg selv og tenker da hele tiden at jeg kunne ha gjort bedre.» Her anerkjenner eleven selv at karakteren fire er midt på treet og at det egentlig skal være god nok. Til tross for dette føler ikke eleven at det er tilstrekkelig, dette kan i stor grad komme fra forventningene til høye karakterer iboende i eleven selv, men også fra de rundt. En kan tenkes at det er slik fordi en hele tiden får høre at det er de utdanningene som står høyest i samfunnet en skal strekke seg mot, her er det også som regel høyere karaktersnitt en må komme seg opp på. Som vist tidligere i teoridelen om stress og psykisk helse er ikke stress kun negativt, det er da viktig å trekke inn nettopp dette med at stress er med å skape engasjement og drivkraft rundt oppgavene en jobber med. Samtidig må en se dette som en smal vei hvor skilnaden mellom det som omtales som positivt og negativt stress er en vanskelig balansegang og kanskje vanskelig å opprettholde. For lite stress kan i stor grad føre til at arbeidet kan virke kjedelig og for mye kan bli utmattende, her er det viktig å trekke inn at alle og enhver er forskjellige og dermed vil ikke nødvendigvis det som er for lite motstand eller utfordring for en elev oppleves slik for en annen.

«Jeg må alltid prioritere der det brenner mest og jeg må jobbe med skole hele tiden. Jeg bruker som regel å gjøre realfag først fordi det tar mer tid også må jeg gjøre en halvhjertet innsats på det som er igjen.» Her er det naturlig å trekke inn at elevene i stor grad føler de må arbeide med skolerelaterte oppgaver i en rekkefølge fra det som må gjøres med en gang eller tar mest av tiden eller det som oppleves som viktigere eller tyngre. Også som vist i Lillejord (2017, s.26), har en undersøkelse fra USA (Galloway) kartlagt hvordan skolearbeid kan føre til stress og at flere av elevene i undersøkelsen oppgir at de har fysiske symptomer som hodepine eller søvnproblemer som en følge av stor arbeidsmengde og eller at arbeidet ikke oppleves som meningsfylt. Et klart flertall sier i undersøkelsen at de føler en viss form for stress knyttet til skolearbeid slik som lekser. I lys av denne kan en også vise til at det skaper et slags spenningsforhold mellom skolearbeid og andre fritidsaktiviteter som idrett, venner- og familietid. Dette er også noe som elevene fra eget intervju snakket om og at de føler de nedprioriterer andre aktiviteter som de heller ville jobbet med.

Flere av elevene fra gruppeintervjuet oppga også at de opptil flere ganger i uken sitter sent oppe med skolearbeid fordi de føler de henger etter med skolearbeidet og at dette igjen fører til at de ikke får sovet nok og blir slitene og at dette blir en evig ond sirkel som fører til at de mister fokus på skolen og igjen blir sittende med skolearbeid for å hente seg inn igjen på

kveldene. Dette kan på mange måter vise til at det i stor grad er med på å sette stort press på ungdommene som muligens kan hjelpe dem med å utvikle en viss form for negativt stress i hverdagen.

I Lillejord (2017, s.27) viser de til at både Galloway (2013) og Kackar m fl.(2011) ser en klar sammenheng mellom leksearbeid og elvenes stressnivåer, men riktignok at dette i stor grad avhenger av rammene rundt arbeidet med lekser slik som hvor arbeidet utføres, mengde og med hvem de gjør leksene med.

4.2 Hvor kommer presset fra?

Lillejord skriver om at presset om å arbeide med skolefag og presset om å prestere kommer fra mange kanter i form av at det delvis kommer fra elevene selv som ønsker å prestere. Naturlig kan en også anta at også til dels kommer utenifra i form av at det settes klare forventinger fra foreldre, venner og familie. Som Madsen (2018, s.110-112) skriver i boken generasjon prestasjon handler dette samfunnets ide om at det skal presteres uansett hva en holder på med og at det å prestere på høyt nivå er idealet en skal forsøke å oppnå. Dette at en hele tiden skal prestere på alle fronter kan i stor grad være med på å skape et spenningsforhold mellom aktivitetene en elev skal oppnå i skolen, men også ettersom det å være ungdom handler om langt mer enn bare skole. En skal også prestere på ulike fritidsaktiviteter som idrett, musikk, venner etc. Der stilles det også store krav om at en skal være tilstede og prestere og det kan virke som om de ulike partene med ulike krav ikke ser sammenhengen av de ulike arenaene ungdommene hører til og alle vil mene at det er de selv som er viktige. Under det utføre gruppeintervjuet med ungdommer fra en videregående skole i Trondheim snakket flere av dem om at de ikke kapasitet til å holde på med alt de ønsket og flere av dem sier at de sluttet på fritidsaktiviteter som idrett fordi de følte at det ble for mye for dem og at de dermed ikke strekker godt nok til på enkelte eller alle de ulike arenaene.

Dette kravet om å hele tiden skulle prestere går utover hverandre og en følelse av håpløshet over at de ikke har tid til alt er noe som gikk igjen hos ungdommene. På den andre siden sier en av de som ikke har ettermiddagene fylt med eksempelvis fotball følgende: *«for meg som ikke driver med idrett eller annet på fritiden, virker det nesten som om lærerne forventer at jeg da skulle satt av hele ettermiddagene til skolearbeid. Da har jeg liksom ikke en unnskyldning til å ikke være godt forberedt på en prøve eller fremføring.»* Hun sier deretter at dette er veldig frustrerende da det er slik at hun også skal ha tid til venner og familie men også seg selv. Det kan virke som en følelse av å ikke fullstendig strekke til i de ulike delene

som utgjør det å være ungdom og en frustrasjon over at noen andre skal ha en krav på ens egen tid og når andre hele tiden gjør krav på de ulike delene av en får en kanskje ikke tid til å lande og samle seg igjen. Det skrives ofte om store bekymringer om ungdommenes mengde press fra de ulike kantene og hvordan dette kan utspille seg i psykiske lidelser, utmattelse og andre fysiske plager. Og det er ikke nødvendigvis slik at det er en faktor alene som gjør at ungdommer stresser seg syke som er skyldig, men heller kan det være oppsamlingen av press fra ulike hold som sammen skaper et for stort vakuum i ungdommenes tilværelse som kan være grunnen til dette. Det er ikke vanskelig å se for seg at det er summen av press som i stor grad fører til at press gjør en syk.

I en kronikk publisert først i adressa.no, men her hentet fra utdanningsforskning hvor Marit Uthus snakker om at hun er bekymret over at det hun anser som en liten vilje til å se sammenhengen mellom barn og unges økende psykiske helseplager og presset om å prestere i skolesammenheng. Og som hun skriver videre i kronikken er prestasjon nesten som en forutsetning for at en ikke skal havne utenfor felleskapet i vår tid. Det økende fokuset på utdanning men også det med at vi skal øke kunnskapsnivået til norske elever etter PISA-sjokket fra tidlig 2000-tallet. Videre skriver hun også at skolene snart må formidle til sine elever at de er mer enn bare sine prestasjon og at elevene er sine egne personer og det må anerkjennes for den de er. Hun kritiserer her også regjeringen som riktignok og forståelig ikke ønsker å anerkjenne sammenhengen mellom barn og unges psykiske helse sammen med prestasjonspresset i skolen da dette vil samtidig kritisere egen politikk for utdanning (Uthus, 2017).

Her kan det i stor grad virke som om elvenes refleksjoner rundt dette med hvorvidt de ulike aktørene som legger press på ungdommene ikke ser hverandre ei heller anerkjenner presset de legger på dem i form av et rent press om prestasjoner. Og som elevene i egen undersøkelse snakket om som et stor frustrasjonsmoment i hverdagen da det hele tiden blir stilt krav og forventinger til ett visst prestasjonsnivå. Som også sagt tidligere er det en oppfattelse fra omverdenen men også hos elevene selv at utdanningen er så viktig at den kan gå fremfor andre aspekter av hverdagen slik som fritidssysler og aktiviteter. Selv om utdanningen er en viktig del av det å vokse opp i vår type samfunn, kan en også tenke at det å finne en balanse mellom de ulike arenaene en skal prestere vel så viktig.

5.0 Avsluttende konklusjoner

På mange måter kan det se ut til at det er et vesentlig press på dagens ungdommer for å ta høyere utdanning, at en skal prestere høyt og at presset kommer fra flere kanter samtidig. En kan heller ikke utelukke at det er press på flere arenaer på en og samme tid som alle stiller høye krav til ungdommenes prestasjoner uten at det tas hensyn til at ungdommene ikke bare skal prestere i de enkelte områdene.

Selv om det empiriske materialet i denne oppgaven er forbehold for de seks ungdommene som er intervjuet og dermed kan ikke nødvendigvis generaliseres for resten av ungdomsgruppen. Det er riktig større artikler som kan vise til at det muligens er høyt press og at presset i flere tilfeller kan føre til sykdom eller skadelige utfall. Og som Marit Uthus skriver i kronikken kan de ut til at presset er såpass stort at en burde ta et steg tilbake og se på konsekvensene av den målorienterte skolen.

For mange unge er ikke presset så stort at det påvirker dem i en negativ grad, men heller at dette motiverer dem til å prestere langt bedre enn de ellers ville. Dette fordi det er store forskjeller på hvordan karakter og prestasjonspress påvirker den enkelte. Det vil også være store forskjeller med tanke på i hvor stor grad den enkelte tar inn i seg presset og blir påvirket. En kan tenkes at disse store forskjellene mellom ungdommene er noe en burde tar mer til betraktning da en legger opp skoleløpet og samtidig være der for ungdommene slik at de lettere kan håndtere stress og press i skolen.

På mange måter kan en se det som en fordelaktig løsning å dempe presset om høye prestasjoner i skolen til fordel for elevenes psykiske helse. Samtidig bør det være et visst press på en slik måte at det motiverer elevene slik at skolearbeidet virker interessant.

6.0 Referanseliste

Eriksen I, M., Sletten M A., Bakken, A. & Soest, T. V. Stress og press blant ungdom. Erfaringer, årsaker og utbredelse av psykiske helseplager. NOVA. Rapport nr: 6/17 [file:///C:/Users/magla/Downloads/NOVA-Rapport-6-17-Stress%20og%20press-blant-ungdom-nettutgave%20\(2\).pdf](file:///C:/Users/magla/Downloads/NOVA-Rapport-6-17-Stress%20og%20press-blant-ungdom-nettutgave%20(2).pdf)

Hybertsen Lysø, I. (Red) & Karlsdottir, R. (2013). *Læring utvikling læringsmiljø, en innføring i pedagogisk psykologi*. Trondheim: Akademika forlag.

Johannesen, A., Tufte, P. A., Christoffersen, L. (2010). *Introduksjon til samfunnsvitenskapelig metode*. Oslo: Abstrakt forlag

Kvittingen, I. (2017, 21.april) Blir generasjon prestasjon syke av skolens krav?. *Forskning.no*. Hentet fra https://forskning.no/barn-og-ungdom-forebyggende-helse-helse/blir-generasjon-prestasjon-syke-av-skolens-krav/352062?fbclid=IwAR1pRbBC_4ykSAI5tGIusfJ7rpxMGqp38mVbKVyujrPPCXD2QUjJf6JHMJM

Lillejord, S., Børte K., Ruud E. & Morgan K. (2017). *Stress i skolen – en systematisk kunnskapsoversikt*. Oslo: Kunnskapssenter for utdanning. <https://utdanningsforskning.no/globalassets/stress-i-skolen---en-systematisk-kunnskapsoversikt.pdf>

Madsen, O. J. *Generasjon prestasjon, hva er det som feiler oss?*. (2018). Oslo: universitetsforlaget.

Ruud, M. (2018, 17.august) Skolepress og stress øker, særlig blant jenter. *Utdanningsnytt*. Hentet fra https://www.utdanningsnytt.no/nyheter/2018/august/skolepress-og-stress-okersarlig-blant-jenter/?fbclid=IwAR0G_PKWJCidzv_4YoyfGJO9_KEBLuYHqgK-3USfNkvFjBONfkzP6SoIobs

Skaalvik, E. M. (2015, 15. september) Prestasjonspresset i skolen. *Utdanningsforskning*. Hentet fra <https://utdanningsforskning.no/artikler/prestasjonspresset-i-skolen/?fbclid=IwAR1B9673V2SDuIrjYYNBpBpwdo2vm90DC2umZACuNWJ0lknJyA9r8fAqqxw>

Skaalvik, E., M. & Skaalvik, S. (2015). *Motivasjon for læring, teori + praksis*. Oslo: Universitetsforlaget.

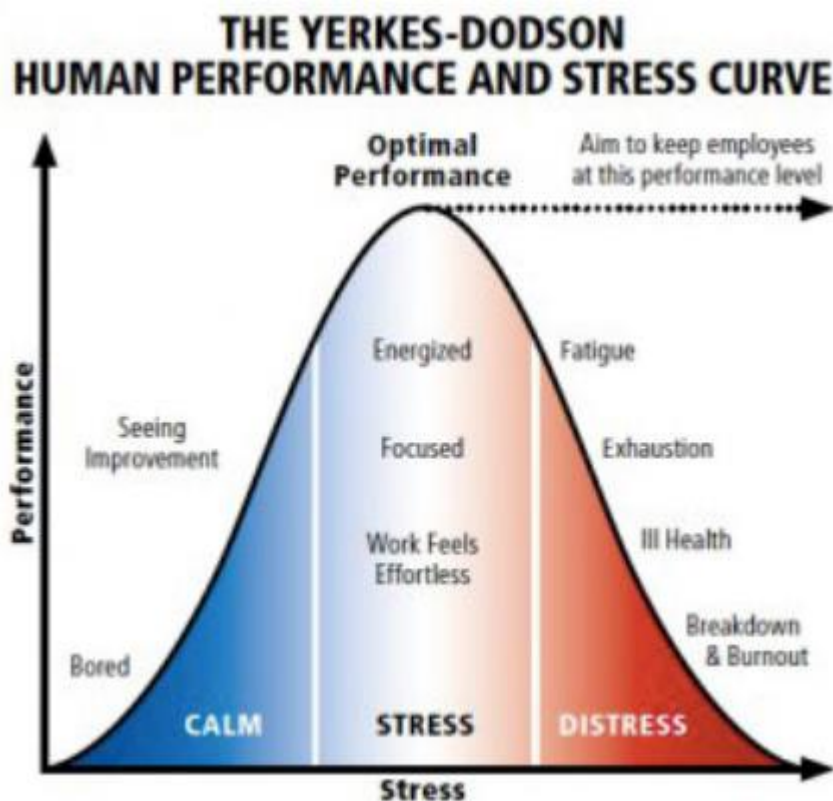
Uthus, M.(red). (2017). *Elevenes psykiske helse i skolen, utdanning til å mestre egne liv*. Oslo: Gyldendal akademisk.

Uthus, M. (2017, 04. april) Bekymret over presset i skolen. *Utdanningsforskning*. Hentet fra <https://utdanningsforskning.no/artikler/bekymret-over-preset-i-skolen/>

Volckmar, N. (2016). *Utdanningshistorie, grunnskolen som samfunnsintegrerende institusjon*. Oslo: Gyldendal akademisk

7.0 Vedlegg

Vedlegg 1. The Yerkes-Dodson human performance and stress curve:



Hentet fra <https://utdanningsforskning.no/globalassets/stress-i-skolen---en-systematisk-kunnskapsoversikt.pdf> (Lillejord et al. 2017, s.7)

Vedlegg 2. Refleksjonsnotat

I oppstarten av semesteret startet jeg tidlig med det forberedende tilhørende oppgaven, jeg hentet mye informasjon og bestemte jeg raskt for hvilket tema oppgaven skulle ha. Arbeidet videre gikk noe senere da vi ikke skulle begynne å skrive før vi hadde vært gjennom en del forberedelser og prosesser rettet rundt selve oppgaven. Videre da jeg var mer klar over innholdet jeg ønsket å inkludere i oppgaven startet jeg arbeidet rettet mot intervjuprosessen som er brukt i denne oppgaven.

Det tok litt tid å finne informanter da de fleste av skolene i Trondheim har forbeholdt seg til å kun gi studenter som har praksis på skolen tilgang til å intervju eller bruke skolen i sin i oppgaveskriving slik som en bacheloroppgave.

Da jeg selv er klar over at jeg hadde relativt litte rom til oppgaven i hverdagen grunnet jobb og verv måtte jeg organisere meg med planer for fremgang i oppgaven. Jeg organiserte meg ved å legge av ulike deler av ukene fremover mot innlevering for de ulike inndelingene av oppgaven. Dette fungerte i stor grad ved at jeg satte tidsfrister for meg selv og jobbet mot dem mellom de andre oppgavene og annet som var på agendaen min. Jeg føler selv at fremgangen i oppgaven gikk generelt sett greit fremover selv om jeg tidvis ikke overholdt alle fristene jeg hadde satt for meg selv, både på grunn av at jeg brukte mer tid på enkelte deler enn hva jeg selv hadde tenkt meg, men også av andre årsaker som jobb og familie.

De siste ukene før innlevering ble i stor grad brukt på oppgaven i form av at jeg brukte mye tid på å skrive med tilleggsinformasjon til ulike avsnitt. Jeg har også brukt en god del tid på å forbedre innholdet på oppgaven og kan nå si at jeg er ganske fornøyd med oppgaven som helhet. Riktig nok skulle jeg ønske at jeg gjennom utdanningsløpet hadde hatt mer tid til å øve på å skrive større oppgaver fremfor flere mindre oppgaver gjennom semestrene.

Jeg bestemte meg relativt tidlig i semesteret og prøve meg på å samle inn eget empiri og er meget fornøyd med å ha gjennomgått denne prosessen til fordel for egen utvikling og læring. Dette har kanskje vært den mest spennende delen av oppgaven for min del. Dette er noe jeg absolutt vil oppfordre mine venner som senere skal skrive en oppgave av denne betydning og synes absolutt at dette er noe jeg kunne tenkt meg å hatt mer av tidligere i utdanningen, da kanskje i sammenheng med en litt større semesteroppgave som øving til fremtidig bacheloroppgave.

Oppgaven som helhet er også et tema jeg selv er veldig engasjert for og finner funnene i oppgaven veldig interessante. Jeg synes også at det har vært en utfordring i seg selv med tanke på at jeg også på sett og vis er en del av «generasjon prestasjon». Her mener jeg at det har vært en utfordring med tanke på å holde meg selv nøytral i løpende tekst, og reflektere over begge sider av saken. På mange måter har jeg også senket presset jeg legger på meg selv og utviklet meg til å være langt mer avslappet i skriveprosessen. Jeg gleder meg nå til den tiden hvor jeg forhåpentligvis skal skrive en masteroppgave i fremtiden og eventuelt andre akademiske tekster.