

Fakultet for lærerutdanning og pedagogikk

Ann-Julie Arnesen og Fredrik Raknes

Masteroppgave

En kvalitativ studie av åtte 10. trinn jenters opplevelser av hverdagen med skole, fritid og sosiale medier

A qualitative study of eight 10th grade girls' experiences of their everyday life with
school, leisure and social media

PED3008-1 19H Masteroppgave i pedagogikk

Vår 2020

Forord

Arbeidet med denne masteroppgaven startet i begynnelsen av 2018. Dette skulle vise seg å bli en lang og krevende prosess for oss begge. Vi er samboere og har skrevet oppgaven sammen, vi har også blitt en familie på fire i løpet av denne prosessen. Elliot kom til verden i juli 2017, og Jesper i mars 2019. Det å skulle sjonglere masteroppgaveskriving med familieliv og full jobb ved siden av, har vært en utfordrende oppgave som har krevd mye av oss begge. Det har blitt mange sene kvelder der nattesøvn har blitt ofret, og mange kvelder der vi har pendlet gjentatte ganger mellom datamaskinen og barnerommet.

Det har vært mye hardt arbeid, men samtidig mange fine og lærerike stunder. Det å kunne fordype seg i et tema som vi har vært interessert i, har vært veldig lærerikt, givende og ikke minst motiverende. Samtidig hadde ikke dette vært mulig uten god og tydelig veiledning fra vår veileder, Harald Øyvind Thuen. Du fortjener en stor takk. Takk for at du har hatt tro på vårt prosjekt hele veien, og takk for at du har vært så tilgjengelig gjennom hele prosessen. Da vi byttet veileder i januar 2019, stod vi i en blindgate der vi selv følte at vi ikke hadde annet valg enn å endre retning. Du fikk oss til å kjøre videre og det var nå vi virkelig kom i gang. Du fikk oss til å komme i mål!

Vi vil også rette en stor takk til våre foreldre. Innspurten av denne oppgaven ble ikke helt som planlagt da Korona-viruset, Covid-19, inntok verden og alle skoler og barnehager stengte i mange uker. Vi kan skrive under på at hjemmekontor og «hjemme-barnehage» ikke er gunstig for masteroppgaveskriving. Tusen takk for at dere stilte som barnevakter da samfunnet åpnet for dette igjen.

Til slutt, en stor takk til hverandre! Takk for godt samarbeid og for at vi har fungert som motivatorer for hverandre da det har blitt imot. Vi er stolte over at vi nå kan skilte med en ferdig skrevet masteroppgave.

Ann-Julie Arnesen og Fredrik Raknes

Sammendrag

Med denne masteroppgaven har vi hatt som mål å få innsikt i hvordan jenter ved 10. trinn opplever sin hverdag med skole, fritid og sosiale medier. Disse tre arenaene har vi valgt ut på bakgrunn av ungdataundersøkelsene, som viser at dette er arenaer hvor dagens ungdom opplever stress og press. Vi var interessert i å gå i dybden av ungdommens egne tanker, følelser og opplevelser av hverdagen. På bakgrunn av dette formulerte vi denne problemstillingen for vårt prosjekt: *Hvordan opplever jenter ved 10. trinn hverdagen med skole, fritid og sosiale medier, og hva forteller de om stress og press knyttet til dette?*

Ungdataundersøkelser som gjennomføres over hele landet viser at det i løpet av de siste årene har forekommet en økning i antall ungdom som sliter med psykiske helseplager, dette gjelder særlig jenter. Samtidig viser undersøkelsene at dagens ungdom i all hovedsak har det bra. De er fornøyd med skolen, vennene og foreldrene sine. De er også aktive og drikker mindre alkohol enn tidligere ungdomsgenerasjoner (Bakken, 2019). Da vi gikk i gang med dette prosjektet ønsket vi å få dypere innsikt i hva som preger livet til jenter i dagens ungdomsgenerasjon.

Vi har gjennomført åtte individuelle intervjuer med jenter på 10. trinn. Den kvalitative forskningen som allerede foreligger på vårt forskningsområde tar i stor grad utgangspunkt i Oslo-ungdom (Eriksen, Sletten, Bakken & von Soest, 2017). Med denne oppgaven bidrar vi med forskning som tar for seg 10. trinns jenter som er bosatt og går på skole i en mindre by og bygd. Vi finner at jentene vi har snakket med opplever mindre stress og press enn jenter i storbyen Oslo. Dette gjelder særlig stress og press knyttet til skole, utdanning og karrieremuligheter. Våre informanter opplever ikke u håndterbart mye stress og press knyttet til skole, fritid og sosiale medier alene. Gjennom deres fortellinger og beskrivelser ser vi at det er «totalpakka» som fører til at de til tider føler seg stresset og slitne. Det handler om å innfri på alle arenaer, ikke skuffe noen, og å ikke gå glipp av noe. Dagens ungdom virker å til enhver tid skulle være tilgjengelige for vennene sine.

Kropp- og utseendepress synes ikke å være et stort problem blant våre informanter. Én av åtte oppgir at hun føler på dette. Vi har likevel funnet en viss forskjell i ungdomskulturen jentene er en del av. Om vi sammenligner de to ungdomskulturene, virker det å være et mye større fokus på klær og mote i ungdomskulturen i byen. Ungdomskulturen vi møter på bygda,

formidler en avslappet holdning rundt dette. De forteller at de kan gå med det de har lyst til, uten at de får noen reaksjoner eller kommentarer på dette.

Vi drøfter våre funn knyttet til jentens opplevelse av skole, fritid og sosiale medier, samt stress og press opp imot tidligere relevant forskning på feltet og teori. Her er Ungdataundersøkelsene og NOVA-rapporter særlig relevant. Vi benytter oss av teori om ungdom, individualisering, stress i forskjellige former, skolen og lærerens rolle i skolerelatert stress, ungdomskultur, fritid og sosiale medier.

Abstract

With this master's thesis, we aimed to gain insight in how 10th grade girls at secondary school experience their everyday lives with school, leisure and social media. We selected these three arenas based on the “youth data surveys”, which show that these are arenas today’s youth experience stress and pressure. We have also been interested in what the young people tell about their own experiences of stress and pressure related to these arenas. Based on this our thesis aim to answer the following research question: *How does eight 10th grade girls experience their everyday lives with school, leisure and social media, and what do they have to tell about stress and pressure associated with this?*

“Youth data surveys” conducted across the country show that there has been an increase in the number of youth struggling with mental health problems in recent years, especially girls. At the same time, the surveys show that today's youth are generally doing well. They are happy with their school, friends and parents. They are active and drink less alcohol than previous youth generations (Bakken, 2019). When we started our journey with this project, we wanted to gain a deeper insight in what characterizes the lives of young girls in today's youth generation.

We conducted eight individual interviews with 10th grade girls. The qualitative research that already exists in our research area is largely based on youth localized in Oslo (Eriksen, Sletten, Bakken & von Soest, 2017). With this assignment, we contribute research that deals with 10th grade girls who live and attend school in a smaller town and village. We find that the girls we have talked to experience less stress and pressure than girls in the big city of Oslo. This applies especially to stress and pressure related to school, education and career opportunities. Our informants do not experience a great deal of stress and pressure related to school, leisure and social media alone. Through their stories and descriptions, we see that it is the "total package" that sometimes makes them feel stressed and tired. It's about taking part in all the arenas, not disappointing anyone, and not missing out of anything. Today's youth seems to be available to their friends at all times.

Pressure on having a great body and looks does not appear to be a major problem among our informants. One in eight states that she experiences this type of pressure. We have nevertheless found a certain difference in the youth culture these girls are part of. If we

compare the two youth cultures, there seems to be a much greater focus on clothing and fashion in the city. The youth culture we encounter in the village conveys a relaxed attitude around this. They can wear whatever they want without getting any reactions or comments because of it.

We discuss our findings related to the girl's experience of school, leisure and social media, as well as stress and pressure against previously relevant research in the field, and theory. Here, the “Youth Data Survey” and NOVA reports are particularly relevant. We use the theory of youth, individualization, stress in various forms, the school and the teacher's role in school-related stress, youth culture, leisure and social media.

Innhold

| | |
|--|-----------|
| 1 Innledning og bakgrunn for oppgaven | 9 |
| 1.1 Presentasjon av problemstilling..... | 11 |
| 1.2 Oppgavens oppbygging..... | 12 |
| 2 Kunnskapsstatus | 14 |
| 2.1 Ungdataundersøkelsene i Norge..... | 14 |
| 2.1.1 Situasjonen i våre informanternes hjemme-kommuner..... | 17 |
| 2.2 Skolen..... | 19 |
| 2.2.1 Norske ungdommer – stress og press i skolen..... | 19 |
| 2.3 Fritid..... | 21 |
| 2.3.1 Ungdom og trening..... | 21 |
| 2.3.2 Kroppspress..... | 21 |
| 2.3.3 Barn og unges bruk av sosiale medier..... | 22 |
| 3 Teori | 23 |
| 3.1 Ungdom..... | 23 |
| 3.1.1 Ungdom i et individualisert samfunn..... | 24 |
| 3.1.2 «Generasjon prestasjon»..... | 24 |
| 3.2 Stress..... | 26 |
| 3.2.1 Stress i forskjellige former..... | 26 |
| 3.2.2 Stress, mestring og mestringsforventning..... | 27 |
| 3.2.3 Stress, motivasjon og selvbestemmelsesteori..... | 28 |
| 3.3 Skolen..... | 29 |
| 3.3.1 En læringsorientert skole vs. en prestasjonsorientert skole..... | 30 |
| 3.3.2 Lærerens rolle i skolerelatert stress..... | 30 |
| 3.4 Ungdomskultur..... | 32 |
| 3.5 Venner og fritid..... | 32 |
| 3.6 Sosiale medier..... | 33 |
| 3.6.1 Hva er sosiale medier?..... | 34 |
| 3.6.2 Sosiale medier, ris og ros..... | 34 |
| 3.6.3 Sosiale medier og kroppspress..... | 36 |
| 4 Metode | 38 |
| 4.1 Fenomenologi..... | 38 |
| 4.2 Valg av forskningsdesign..... | 39 |
| 4.3 Intervju som metode..... | 40 |
| 4.3.1 Utforming av intervjuguide..... | 42 |
| 4.4 Pilotintervju..... | 42 |
| 4.5 Utvalget..... | 44 |

| | |
|---|-----------|
| 4.5.1 Rekruttering av informanter | 46 |
| 4.5.2 Presentasjon av skolene | 46 |
| 4.6 Gjennomføring av intervju | 47 |
| 4.6.1 Tid og rom | 47 |
| 4.6.2 I forkant av intervjuet | 48 |
| 4.6.3 Intervjuene | 49 |
| 4.7 Etterarbeid | 51 |
| 4.7.1 Transkribering | 51 |
| 4.7.2 Analyse av intervju og drøfting | 51 |
| 4.8 80% seminar | 52 |
| 4.9 Sterke og svake sider ved vårt forskningsprosjekt | 52 |
| 4.10 Oppgavens reliabilitet og validitet | 54 |
| 4.11 Ethiske perspektiver | 55 |
| 5 Presentasjon av funn: Jentene på skole A | 56 |
| 5.1 Kort presentasjon av jentene | 56 |
| 5.2 Skole | 57 |
| 5.2.1 Trivsel og motivasjon | 57 |
| 5.2.2 Karakterer | 58 |
| 5.2.3 Valg av videregående skole og utdanning | 59 |
| 5.3 Fritid | 60 |
| 5.3.1 Trening og organisert fritid | 60 |
| 5.3.2 Fest og alkohol | 61 |
| 5.3.3 Sosiale medier | 62 |
| 5.4 Stress og press i forbindelse med skole, fritid og sosiale medier | 65 |
| 6 Presentasjon av funn: Jentene på skole B | 71 |
| 6.1 Kort presentasjon av jentene | 71 |
| 6.2 Skole | 71 |
| 6.2.1 Trivsel og motivasjon | 71 |
| 6.2.2 Karakterer | 73 |
| 6.2.3 Valg av videregående skole og utdanning | 74 |
| 6.3 Fritid | 75 |
| 6.3.1 Trening og organisert fritid | 75 |
| 6.3.2 Fest og alkohol | 76 |
| 6.3.3 Sosiale Medier | 77 |
| 6.4 Stress og press i forbindelse med skole, fritid og sosiale medier | 79 |
| 7 Drøfting | 86 |

| | |
|---|------------|
| 7.1 Hvilken rolle spiller skolen for hvorvidt jentene opplever hverdagen som stressende, og hva slags betydning har forventninger om skoleprestasjoner for opplevelse av skolerelatert press? | 86 |
| 7.2 Hva fyller jentene fritiden sin med? Kan fritid være en arena for opplevelse av stress og press, i så fall på hvilken måte? | 91 |
| 7.3 Hvordan bruker, og håndterer jentene sosiale medier? Er sosiale medier en bidragsyter til opplevelse av press, i så fall hvordan, eventuelt hvorfor ikke? | 95 |
| 7.4 Spiller bosted en rolle for hvorvidt man opplever stress og press i hverdagen? | 99 |
| 7.5 Oppsummering og svar på problemstillingen..... | 102 |
| 8 Avslutning | 105 |
| Litteratur..... | 108 |
| Vedlegg 1 Intervjuguide..... | |
| Vedlegg 2 Informasjonsskriv og samtykkeerklæring til skoler og elever | |
| Vedlegg 3 | |
| Ungdataresultater fra ti tilfeldige bykommuner i Norge..... | |
| Ungdataresultater fra ti tilfeldige bygdekommuner i Norge..... | |
| Vedlegg 4 Godkjenning fra NSD..... | |

1 Innledning og bakgrunn for oppgaven

Dagens samfunn omtales gjerne som prestasjonssamfunnet, kunnskapssamfunnet, utdanningssamfunnet og det individualiserte samfunnet. Generasjonen av ungdom som vokser opp i dette samfunnet blir ofte omtalt som «generasjon prestasjon». I aviser har vi de senere årene sett overskrifter som «Barn og unge stresser seg syke: Christina ble hasteinnlagt» (Ertesvåg, Wallenius, Huuse & Jæger, 2016), «Jeg føler et press for å være mange forskjellige versjoner av meg selv» (Svengård, 2018) og ««Generasjon prestasjon» blir fort «generasjon depresjon»» (Landro, 2017). Felles for disse artiklene er at de på en eller annen måte tar for seg de vanskelige sidene ved det å vokse opp, og å være ung i dagens samfunn. Det skrives om at unge stresser seg syke, at de skal prestere på alle arenaer, på skolen, hjemme, på trening og blant venner, og at vi lever i et samfunn hvor vi blir målt på alt vi gjør. «For en del føles det som at det øyeblikket man ikke presterer har man ikke lenger menneskeverd» (Landro, 2017, avsn. 1). Mediene fremstiller gjerne dagens ungdom, ungdommene i «generasjon prestasjon», som ungdommer som jager et perfekt liv, hvor kun det beste er godt nok. Mediene bidrar til å tegne et bilde av at unge jenter stresser seg syke, de sliter med selvbildet, og lider av det såkalte «flink-pike syndromet». Jaget etter det perfekte liv fører for mange til at de blir utslitt, deprimerede og rett og slett syke. Det er disse jentenes historier vi blir kjent med gjennom ulike medier. Men er det slik at dette er tilfellet for flertallet av dagens ungdom?

Ungdataundersøkelser som gjennomføres på skoler over hele landet viser at det stort sett står veldig bra til med norsk ungdom. De drikker mindre enn før, de er hjemmekjære, fornøyd med skolen og lokalmiljøet, og de aller fleste er aktive og har gode venner (Bakken, 2019). Til tross for dette har det forekommet en økning i antall ungdom som sliter med psykiske helseplager. Hva dette skyldes har blitt et viktig forskningsområde, og også en viktig del av den norske velferdspolitikken. Statsminister Erna Solberg omtalte i sin nyttårstale 2019, at flertallet av norsk ungdom har det bra, men at andelen som strever med sin psykiske helse likevel øker (Solberg, 2019). Hun fortalte også at temaet livsmestring er på full fart inn i flere fag på skolen, fordi: barn som er trygge, trives og mestrer, lærer mer på skolen (Solberg, 2019).

Øksnes, Sundsdal og Haugen (2018) skriver i sin bok om Ungdom, dannings og fellesskap at ungdom er et forskningsområde som har hatt lav prioritet, og at den forskningen som er gjort gjerne er rettet mot skole og læring. Når vi søker i forskning på ungdom, ser vi at det i løpet av de siste årene er publisert flere bøker/rapporter som tar for seg livet til dagens ungdom på et eller annet vis. I 2017 kom for eksempel NOVAs rapport «Stress og press blant ungdom: Erfaringer, årsaker og utbredelse av psykiske helseplager» (Eriksen, Sletten, Bakken & von Soest, 2017), i 2018 kom «Generasjon prestasjon, hva er det som feiler oss?» (Madsen, 2019) og i 2019 «Stress og mestring i skolen» (Bru & Roland, 2019). Dermed kan det virke som at økningen av psykiske plager blant unge også har bidratt til at forskning på, og interessen for å forstå ungdom som livsfase har økt.

Disse bøkene og rapportene, i samspill med ungdomsundersøkelsene hjelper oss å tegne et bilde av hvordan det er å være ung i dag. Eriksen et al (2017) skriver at det til nå har vært lite forskning på hva som ligger bak økningen av selvrapporterte psykiske helseplager. De trekker likevel frem at skolerelatert stress og kropps- og utseendepress er områder det er særlig relevant å se nærmere på for å forstå den negative utviklingen. NOVA-rapporten (Eriksen et al, 2017) peker på skole, kroppspress og sosiale medier som mulige årsaker til ungdommens opplevelse av stress og utvikling av psykiske plager/lidelser. Vi ser at mye av den kvalitative forskningen som er gjort på området, tar utgangspunkt i Oslo-ungdom. Dette poengterer blant annet Eriksen et al (2017) i NOVA-rapporten om stress og press blant ungdom. De skriver at de ikke med sikkerhet kan si hvordan situasjonen er andre steder enn der de har gjennomført intervjuer (Oslo). I artikkelen «Generasjon prestasjon? Ungdoms opplevelse av press og stress» (Bakken, Sletten og Eriksen, 2018), bidrar forskere i NOVA til å nyansere forestillingen om en ungdomsgenerasjon hvor flertallet er utsatt for uhåndterbart stress og press. Et viktig funn i denne artikkelen som baserer seg på tall fra ungdomsundersøkelsen, er at det er stor variasjon mellom dagens ungdom (Bakken et al., 2018). Det er få som opplever press på mange områder, og én av ti ungdommer har problemer med å takle hverdagspresset. De presiserer også at det er flere jenter enn gutter som er utsatt for press, og at jenter også har større problemer med å takle høyt press.

På bakgrunn av dette, ønsker vi med denne oppgaven å gjøre et dypdykk i hvordan åtte jenter ved 10. trinn opplever sin hverdag. Vil vi ved å intervjuer åtte «tilfeldige» jenter ved 10. trinn,

møte jenter som opplever stress og press på lik linje med jentene i NOVA-rapporten som tar for seg Oslo-ungdom? Eller vil vi møte jenter som ikke opplever stress og press i like stor grad, og som mester hverdagen på en god måte? Vi har inntrykk av at mange i dag ser på ungdommen som en presset generasjon som må prestere på alle områder. Er det virkelig slik, eller bidrar mediene til å gjøre fenomenet «generasjon prestasjon» til et større problem enn det egentlig er?

Som vi skrev innledningsvis omtales dagens samfunn blant annet som utdanningssamfunnet. Ungdataundersøkelsene (Bakken, 2019) og NOVA-rapporten (Eriksen et al., 2017) viser at mange unge i dag preges av å vokse opp i et kunnskapssamfunn hvor utdanning virker å være en forutsetning for et godt liv. Her kan det virke som at gode karakterer er selve grunnlaget for å kunne skaffe seg det livet man ønsker. Men, som Håkon Avseth så fint skriver det i en kronikk på nrk.no:

Om livet vi har fått utelukkende skal handle om skole, jobb og en mastergrad, når skal vi da forelske oss, le og skape minner for livet? Hvorfor skal alle ha ei hytte på fjellet, et naust ved sjøen og en ubrukelig mastergrad? (Avseth, 2015).

1.1 Presentasjon av problemstilling

På bakgrunn av det vi nå har presentert ønsker vi med denne oppgaven å ta et dypdykk i hvordan jenter på 10. trinn opplever hverdagen sin. Ettersom mye av forskningen som allerede foreligger retter stort fokus mot skolerelatert stress og press, har vi valgt å se på helheten, hverdagen. Vi er ikke ute etter å snakke med jenter som sliter med psykiske plager. Vi ønsker å snakke med tilfeldige jenter på 10. trinn om hvordan de opplever sin hverdag. Målet med oppgaven er å få større innsikt i hva som preger livet til dagens 14/15-åringer. Med dette har vi formulert følgende problemstilling:

Hvordan opplever jenter ved 10. trinn hverdagen med skole, fritid og sosiale medier, og hva forteller de om stress og press knyttet til dette?

For å kunne gi et best mulig svar på problemstillingen har vi videre formulert disse forskningsspørsmålene til hjelp:

- Hvilken rolle spiller skolen i hvorvidt jentene opplever hverdagen som stressende, og hva slags betydning har forventninger om skoleprestasjoner for opplevelse av skolerelatert press?
- Hva fyller jentene fritiden sin med? Kan fritid være en arena for opplevelse av stress og press, i så fall på hvilken måte?
- Hvordan bruker, og håndterer jentene sosiale medier? Er sosiale medier en bidragsyter til opplevelse av press, i så fall hvordan, eventuelt hvorfor ikke?
- Spiller bosted en rolle for hvorvidt man opplever stress og press i hverdagen?

Ulike valg vi har tatt i forbindelse med vårt forskningsprosjekt ser vi nærmere på i kapittel 4, metode. Med denne oppgaven ønsker vi å bidra med forskning som tar for seg ungdommer i andre miljøer enn storbyene. Opplever jenter ved 10. trinn som bor i mindre byer og tettsteder hverdagens krav og forventninger annerledes enn jenter som bor i storbyer som Oslo? Som vi ser er vi med det siste forskningsspørsmålet interessert i å se på om bosted kan spille en rolle for hvordan jenter opplever stress og press i hverdagen. Dette fordi NOVA-rapporten fra 2017 viser at jenter ved 10. trinn i Oslo virker å være særlig stresset når det kommer til skole og utdanning (Eriksen et al., 2017). Vi ønsker å se på om dette er tilfelle også andre steder i landet. Vi bestemte oss for å ta for oss både jenter som bor og går på skole i en by og jenter som bor og går på skole i en liten bygd, for å utforske dette.

1.2 Oppgavens oppbygging

Vi har startet denne oppgaven med å i kapittel 1 beskrive hva som er bakgrunnen for valg av tema, og hvorfor dette er relevant å forske mer på i dagens samfunn, samt å presentere problemstillingen vår. Videre vil vi i kapittel to se på hvilken kunnskap som allerede foreligger på vårt forskningsområde. Hva vet vi om dagens ungdom, og hva preger deres hverdagsliv? Her er særlig ungdataundersøkelser og rapporter fra NOVA relevant. I kapittel 3 tar vi et dykk inn i teoretiske perspektiver som er relevant for vår oppgave. Her presenterer vi blant annet ungdom som livsfase og individualiseringstenen. Vi ser også nærmere på

stressteori og stressmestring, motivasjon og selvbestemmelsesteori, samt den norske skolen, ungdomskultur, venner og fritid, og til slutt sosiale medier.

I kapittel 4 gir vi en grundig og detaljert presentasjon av metodevalg, valg av vitenskapsteoretisk retning, framgangsmåter og gjennomføring av intervju. Vi beskriver også arbeidet vi gjorde etter at intervjuprosessen var avsluttet. Vi avslutter kapittelet med å peke på sterke og svake sider ved vårt forskningsprosjekt, studiens reliabilitet og validitet, samt etiske perspektiver.

Kapittel 5 og 6 tar for seg og presenterer våre funn. Her går vi inn på de tre arenaene i vår problemstilling: skole, fritid og sosiale medier. Vi har valgt å dele opp våre funn i to kapitler, hvor kapittel 5 tar for seg jentene som går på skole i byen, mens kapittel 6 tar for seg jentene som går på skole på bygda. Dette har vi gjort for å få til en så ryddig framstilling som mulig. Til slutt i disse kapitlene ser vi på jentene opplevelse av stress og press knyttet til de ulike arenaene.

I kapittel 7, presenterer og drøfter vi våre fire hovedfunn. Hvert funn er knyttet til et forskningsspørsmål. Vi avslutter dette kapittelet med en oppsummering og et svar på vår problemstilling.

Kapittel 8 er vårt avslutningskapittel. Her forsøker vi å sette oppgaven og våre funn i et større perspektiv. Vi ser på hva vår forskning har bidratt med, og hva som kan være mulige veier videre.

2 Kunnskapsstatus

I dette kapitlet vil vi presentere tidligere forskning som er gjort på vårt felt. Vi vil særlig ta for oss hva ungdataundersøkelsene og rapporter fra NOVA sier om hvordan det står til med dagens ungdom. Ungdataundersøkelsene viser at det «I all hovedsak står bra til med norsk ungdom ... og at de fleste trives med det livet de lever» (Bakken, 2019. s. 2). Norske ungdommers hverdag preges av skole, fritidsaktiviteter, sosiale medier, trening og å være med venner. Vi vil først presentere noen tabeller hvor vi har tatt for oss ungdataresultater som vi finner relevante for vårt hovedfokus, ungdommers hverdagsliv, og opplevelse av stress og press. Deretter vil vi se litt nærmere på hva tidligere forskning sier om skole, fritid, trening og kroppspress og bruk av sosiale medier.

Før vi tar fatt på kunnskapsstatus vil vi kort forteller hva Ungdata og NOVA er. Ungdata er spørreundersøkelser som tilbys gratis på ungdoms- og videregående skoler over hele landet. Disse undersøkelsene tar for seg temaer som skole, foreldre, trivsel, venner og fritid, helse, vold og alkohol. Ungdommens deltakelse i disse undersøkelsene er anonyme og bidrar til å gi «et godt innblikk i hvordan det er å være ung i dag (Ungdata.no, 2016, ansv. 1). NOVA er et velferdsforskningsinstitutt som vektlegger «studier av livsløpet fra barndom til eldre år» (Oslomet, u.å., avsn. 1). Barndom, ungdom, familie og sosiale ulikheter er, blant flere, NOVAs hovedområder. NOVA er organisert i flere seksjoner, og det er seksjonen for ungdomsforskning som er særlig relevant for denne oppgaven.

2.1 Ungdataundersøkelsene i Norge

I vårt forskningsprosjekt har vi valgt å intervjuere jenter på to ulike skoler, den ene skolen er lokalisert i en by, den andre i en liten bygd. Et av våre forskningsspørsmål omhandler hvorvidt det er en forskjell i hvordan jenter på 10. trinn i bygda og i byen opplever hverdagen sin. Ungdata 2019 -Nasjonale resultater (Bakken, 2019), viser et hovedbilde av at norske ungdommer har det bra, uavhengig av hvor de bor. Rapporten viser at det er «nesten ingen forskjeller når det gjelder hvor fornøyd ungdom er med foreldrene sine, hvor mange som har fortrolige venner, hvor mange som trener eller som er utsatt for psykiske plager – og det er bare mindre forskjeller på områdene skoletrivsel og opplevelsen av stress og press» (Bakken, 2019, s. 6). Dette totalbildet virker å være basert på fylker. I vårt forskningsspørsmål er vi

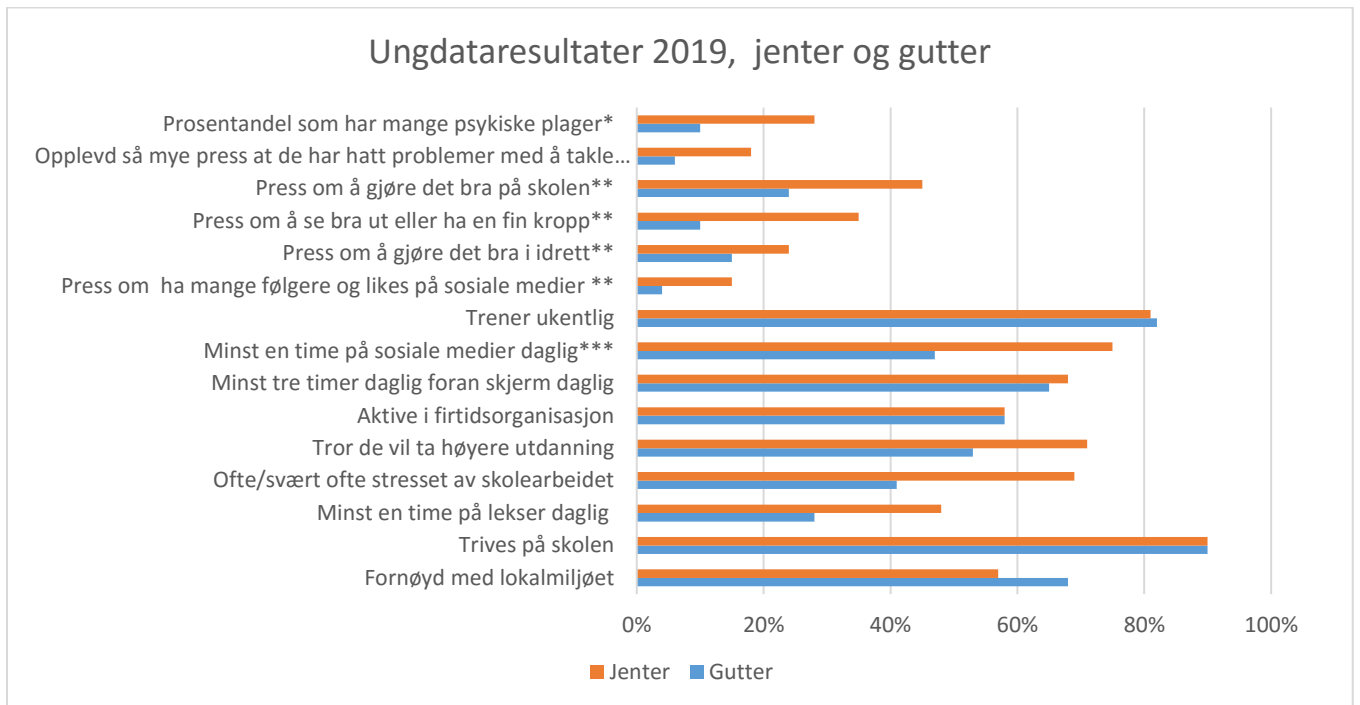
opptatt av variasjoner mellom by-bygd. Vi har ikke klart å finne forskning som spesifikt tar for seg og sammenligner hvordan ungdom i byen og ungdom på bygda har det.

For å kunne danne oss et detaljert bilde av hvordan det står til med norsk by og bygdeungdom, har vi tatt for oss tjue kommuner - halvparten bykommuner, den andre halvparten bygdekommuner. Vi har hentet tallene fra ungdatabasen. Her har vi søkt opp kommunene og plukket ut de temaene/spørsmålene vi fant relevante for vårt prosjekt. Vi har dessverre ikke funnet spesifikke tall for jenter og gutter i hver kommune, kun et gjennomsnitt der begge kjønn er inkludert i tallene. På ungdatabasen ligger rapporter med nøkkeltall fra hver kommune som har deltatt. Det kan virke som at det kun er de siste årene at disse rapportene har tatt for seg forskjeller blant jenter og gutter. Ettersom en av våre to utvalgte kommuner ikke har deltatt på noen år, foreligger det ingen detaljert rapport med nøkkeltall for jenter og gutter. Her er det et gjennomsnitt som blir presentert, og dette gjennomsnittet inkluderer begge kjønn. Derfor har vi sett oss nødt til å bruke gjennomsnitt hvor begge kjønn er inkludert i alle kommunene. For å være sikre på at vi bevarer anonymiteten til våre informanter har vi valgt å anonymisere alle kommunene vi har brukt. Våre informanter bor i to av de kommunene som er med i vår sammenligning.

I rapporten Ungdata 2019 - nasjonale resultater (Bakken, 2019), finner vi derimot mer detaljert oversikt over nasjonale gjennomsnittstall for både jenter og gutter. Vi har derfor valgt å lage to ulike diagrammer. En som tar for seg forholdet by-bygd, og en som tar for seg jenter og gutter ved 10. trinn over hele landet. Vi har valgt å inkludere gutter her for å vise at det foreligger en forskjell i hvordan jenter og gutter opplever hverdagen og livet sitt. I denne rapporten finner vi også informasjon om hvor mange som opplever press på ulike områder. Dette er vesentlig for vårt prosjekt, men det foreligger dessverre ikke detaljerte tall for dette på kommunenivå.

I Vedlegg 3 ligger tabeller med detaljerte tall for alle kommunene.

Diagram 1. Ungdataundersøkelsene i Norge: Nasjonale resultater, gutter og jenter på 10. trinn (basert på tall fra Ungdata 2019- Nasjonale resultater (Bakken, 2019)).



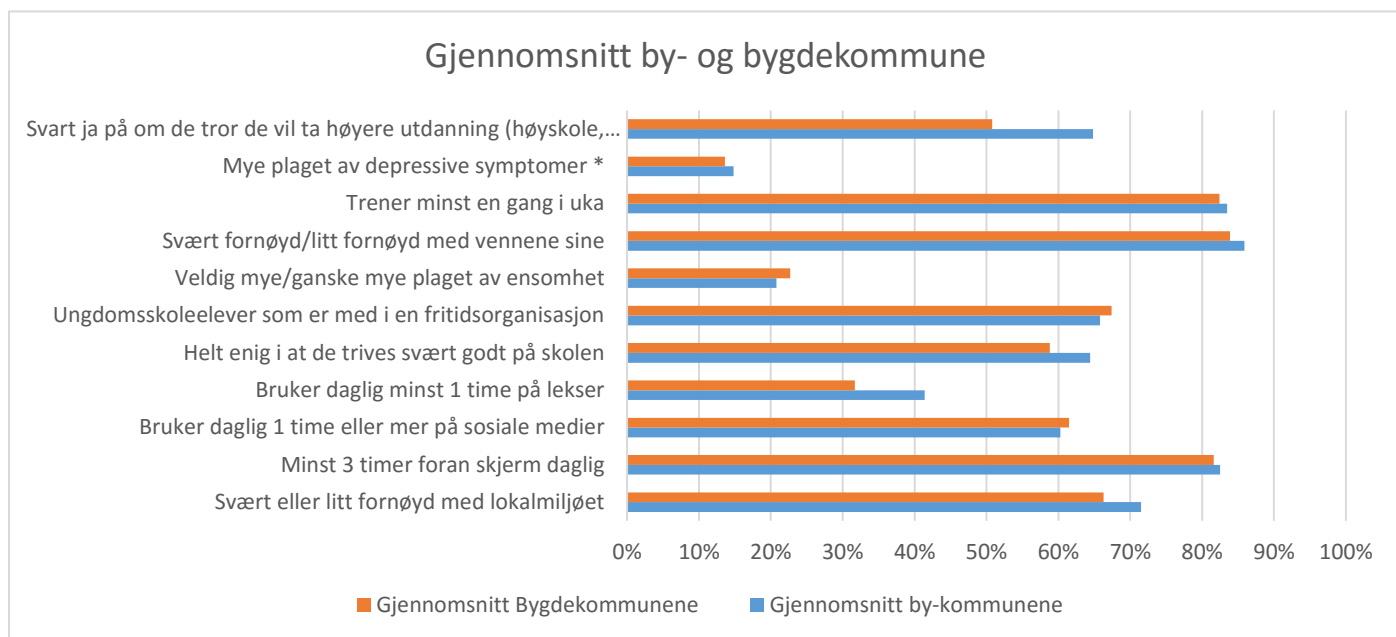
*Bekymret deg for mye om ting, følt at alt er et slit, hatt søvnproblemer, følt deg ulykkelig, trist eller deprimert, følt håpløshet med tanke på framtida, følt deg stiv og anspent (Ungdata.no).

** Oppgir at de opplever mye eller svært mye press (Ungdata.no).

***gjennomsnitt 8. 9 og 10.trinn i 2018.

Gjennom dette diagrammet ser vi tydelige skiller mellom jenter og gutters opplevelse av press. Jentene scorer høyere på alle spørsmål som omhandler stress og press. Jentene er mer opptatt av å gjøre det bra på skolen og å ta høyere utdanning. De er mer stresset av skolearbeid og langt flere jenter føler et press på å gjøre det bra på skolen.

Diagram 2. Ungdataundersøkelsene i Norge by- og bygdekommuner (basert på tall fra ungdatab.no (u.å.)).



* Ungdommene har svart at de er minst ganske mye plaget av disse symptomene: "Følt at alt er et slit", "Hatt søvnproblemer", "Følt deg ulykkelig, trist eller deprimer", "Følt håpløshet med tanke på framtida", "Følt deg stiv eller ansent" og "bekymret deg for mye om ting" (Ungdata.no)

Vi ser at det er små eller minimale forskjeller mellom by- og bygdeungdommer når det kommer til de forskjellige temaene i undersøkelsen. Temaet hvor det er størst forskjeller er relatert til skole. Ungdommer i byen ser ut til å være mer opptatt av å ta høyere utdanning enn ungdommer på bygda, 65% mot 51%. I bykommunene oppgir 64% av ungdommene at de trives svært godt på skolen, mot 59% av bygdeungdommene. Det er også flere i byen som bruker minst en time på lekser daglig, 41% mot 32%. Når det gjelder skjerm og tidsbruk på sosiale medier, ser det ut til å være små forskjeller på by- og bygdeungdommen. Her er det verdt å nevne at disse tallene ikke sier noe om hvordan og hva ungdommene bruker sosiale medier til.

2.1.1 Situasjonen i våre informanters hjemme-kommuner

I det foregående undersøkte vi totalt tjue kommuner, der ti av disse kommunene var bygdekommuner, og ti var bykommuner. Ved å gjøre dette, fikk vi et bredere bilde på hvordan ungdatabresultatene forholdt seg til de geografiske variasjonene vi var ute etter å undersøke. Vi var også interesserte i å finne ut av hvordan situasjonen var i våre to utvalgte

kommuner. Vi har av den grunn gjort en direkte sammenligning av ungdomsresultatene i de to kommunene hvor vi gjennomførte intervjuer.

Tabell 1 Ungdataresultater fra vår utvalgte by- og bygdekommune (basert på tall fra ungdomsdata.no (u.å.)).

| Tema | By | Bk* |
|---|------|------|
| Svært eller litt fornøyd med lokalmiljøet | 79 % | 55 % |
| Minst 3 timer foran skjerm daglig | 77 % | 88 % |
| Bruker daglig 1 time eller mer på sosiale medier | 55 % | 65 % |
| Bruker daglig minst 1 time på lekser | 56 % | 40 % |
| Helt enig i at de trives svært godt på skolen | 70 % | 51 % |
| Ungdomsskoleelever som er med i en fritidsorganisasjon | 68 % | 56 % |
| Veldig mye/ganske mye plaget av ensomhet | 16 % | 26 % |
| Svært fornøyd/litt fornøyd med vennene sine | 88 % | 84 % |
| Trener minst en gang i uka | 81 % | 77 % |
| Mye plaget av depressive symptomer ** | 10 % | 19 % |
| Svart ja på om de tror de vil ta høyere utdanning (høyskole, universitet) | 65 % | 54 % |

*Bk= Bygdekommune

** Ungdommene har svart at de er minst ganske mye plaget av disse symptomene: "Følt at alt er et slit", "Hatt søvnproblemer", "Følt deg ulykkelig, trist eller deprimert", "Følt håpløshet med tanke på framtida", "Følt deg stiv eller anspent" og "bekymret deg for mye om ting" (Ungdata.no).

Ut ifra tabellen å lese, er det en ganske markant forskjell i forhold til hvor fornøyd ungdommen er med lokalmiljøet sitt. Her ser vi at ungdommene i bykommunen er mer fornøyd. Det er 24% flere i bykommunen som svarer at de er litt fornøyd eller svært fornøyd med lokalmiljøet sitt, enn på bygda. Dette kan kanskje henge sammen med at flere bygdeungdommer svarer at de er ganske plaget av ensomhet. Antallet som svarer at de er plaget av depressive symptomer er 9 % høyere i bygdekommunen, sammenlignet med bykommunen.

Når det kommer til skole, viser ungdomsresultatene at ungdommen i bykommunen trives bedre på skolen. Her svarer hele 70 % at de er enige i at de trives svært godt, noe som er 19% høyere enn i bygdekommunen. Ungdommen i byen bruker også mer tid på lekser enn hva ungdommen på bygda gjør, og det er også flere som svarer at de tror de kommer til å ta høyere utdanning her. Skjermtiden ser ut til å være lavere blant ungdommen i bykommunen,

sammenlignet med ungdommen i bygdekommunen. 77% av by-ungdommene mot 88% av bygdeungdommene, svarer at de bruker minst tre timer foran en skjerm daglig.

Det er små variasjoner mellom de to kommunene når det kommer til hvor fornøyd ungdommen er med vennene sine, og det ser ut til å være små forskjeller i hvor mange som trener minst en gang i uken. Det er dog litt forskjeller i forhold til hvor mange som er med på fritidsaktiviteter. Det er flere by-ungdommer enn bygdeungdommer, som er med i en fritidsorganisasjon, 68% mot 56%.

2.2 Skolen

Utdanning er ikke lenger bare et tilbud, det har i stor grad blitt en forutsetning for at man skal klare seg i livet, og komme seg inn på arbeidsmarkedet (Illeris et al, 2009). Tidligere kunne tenåringer velge om de ville gå på skole eller arbeide. Slik er det ikke lenger. Reform 94 la grunnlaget og i og for seg en forventning om at alle skal gå 13 år på skolen. Dermed er 13 års skolegang normen i dag. De få ungdommene som faller utenfor og ikke fullfører ses på som marginaliserte ungdom som må hjelpes inn igjen i skoleløpet. Det ligger altså et stort press på ungdommer om å gå på skolen og fullføre videregående opplæring. Norske ungdommer opplever stress når det kommer til skole. Mye av det stresset elever på 10. trinn opplever, kan knyttes til valg av, og inntak på videregående skole. Det kan også knyttes til det faktum, at valgene de tar og resultatene de oppnår virker avgjørende for fremtiden. Ferske tall fra ungdomdata (Bakken, 2019), viser at norsk ungdom i hovedsak trives på skolen og er fornøyde med lærerne. Likevel svarer 69% av jentene og 41% av guttene ved 10. trinn at de «ofte eller svært ofte blir stresset av skolearbeidet» (Bakken, 2019, s. 35). Dette ser NOVA nærmere på i sin rapport om stress og press blant ungdom.

2.2.1 Norske ungdommer – stress og press i skolen

NOVAs rapport fra 2017 «Stress og press blant ungdom: erfaringer, årsaker og utbredelse av psykiske helseplager» tar utgangspunkt i fokusgruppeintervjuer med to forskjellige ungdomsmiljøer på tiende trinn i Oslo. Denne rapporten viser at 53% av jentene på 10. trinn rapporterer at de er plaget av psykiske helseplager (Eriksen et al., 2017). Hovedfunnet i denne rapporten er at den største årsaken til ungdommenes opplevelse av psykiske helseplager er

stress knyttet til skolesituasjonen. Stressårsakene er knyttet til de kravene ungdommene opplever stilles fra skolen, samt de kravene ungdommene stiller til seg selv. Det skolerelaterte stresset øker mot slutten av ungdomstrinnet og mot slutten av videregående. Det er det siste året på hver skole standpunkt karakterer settes, og det er disse karakterene som avgjør om du kommer inn på den skolen du ønsker videre. Dette er i stor grad årsaken til at skolestresset øker disse årene. Ungdommer opplever stress og prestasjonspress i hverdagen og et langsiktig press på at de må oppnå en god utdanning og skaffe seg en god karriere. Ungdommene som deltok i undersøkelsene NOVA's rapport bygger på, er opptatt av karriere allerede på 10. trinn. Valg av videregående er et valg for fremtiden. Illeris, Katznelson, Nielsen, Simonsen og Sørensen, (2009, s. 83) omtaler valg av videregående som det «første og kanskje største bevidste skridt på identitetsdannelsens lange vei i det individualiserende samfunn». Ungdommene kan velge fritt hvilken skole de vil søke seg inn på. De mange valgmulighetene er også en kilde til stress, og beslutningens alvor preger ungdommen. For jentene handler det vanskelige valget om at det føles for tidlig å skulle avgjøre fremtiden sin allerede nå. Lærernes fokus på, og prat om at 10. trinn er avgjørende for inntak og dermed viktig for fremtiden hjelper heller ikke (Eriksen et al, 2017). Det videregående skoleinntaket er viktig, de må komme inn på den riktige videregående skolen, slik at de kan få det livet de ønsker i fremtiden. Om de kommer inn eller ikke kan avgjøres av desimaler. Dermed teller hver eneste prøve og karakter. «Én 3'er kan ødelegge den totale karakteren», sier en av jentene i undersøkelsen (Eriksen et al, 2017, s. 65). Da sier det seg selv at presset på å prestere i alle fag blir stort. Rapporten viser også at langt flere jenter enn gutter opplever stress knyttet til skolearbeidet. 66% av jentene som deltok i deres undersøkelse sier at skolearbeidet gjør at de ofte føler seg utslitt (Eriksen et al, 2017). Verdt å merke seg er at denne rapporten bygger på undersøkelser av ungdommer i Oslo. For oss blir det spennende å se om de samme tendensene gjelder hos jentene vi har snakket med.

Skaalvik og Federici (2015) har gjort en undersøkelse av prestasjonspress i skolen. De har tatt for seg ungdomsskoler og videregående skoler i Sør- og Midt-Norge. De skriver at prestasjonspresset mange elever nå opplever, er et resultat av de verdiene og forventningene som oppleves både i og utenfor skolen. De finner at elever som opplever stort prestasjonspress er mer nedstemte, utmattede, og har lavere selvverd enn andre elever (Skaalvik & Federici, 2015). Resultatene til Skaalvik og Federici avspeiler en skole som er prestasjonsorientert. Et økt læringstrykk og innføring av internasjonale tester, har ført til et sterkere press på å få gode

prøveresultater. En fare ved at skolen blir mer og mer prestasjonsorientert er at elevene vil begynne å vurdere seg selv og sin verdi ut ifra testresultater (Skaalvik & Federici, 2015). For skoleelever er det karakterene som framstår som det viktigste når det handler om å lykkes på skolen (Øia, 2007).

2.3 Fritid

Ungdataundersøkelsene fra 2019 viser at norske ungdommers fritid preges av sosiale medier, organiserte fritidsaktiviteter, å være med venner, gjøre skolearbeid, trene og spille dataspill (Bakken, 2019). Mange kan oppleve et press på å finne tid til alt de ønsker å prioritere i fritiden sin. Det kan handle om å finne tid til å dyrke både sine egne «fritidsinteresser, samvær med venner, familie og evt. kærester, lektier og fritidsjobb» (Illeris et al, 2009, s. 156). Ungdommene har selv ansvaret for å organisere sin fritid, og dermed kan fritiden ses på som en individualisert arena. Individualisering vil vi komme mer tilbake til i kapittel tre.

2.3.1 Ungdom og trening

«Vi var mer ute før!» er en kjent frase når eldre generasjoner skal sammenligne seg selv med nåtidens ungdommer. Mange skylder dette på sosiale medier, og stereotypien om en ungdomsgenerasjon som sitter i sofaen med mobilen, lever i det beste velgående hos mange. Bakken (2019) skriver at man i ulike sammenhenger kan få inntrykk av at norsk ungdom er i ferd med å forfalle fysisk. Samtidig viser ungdataundersøkelser at ungdomsgenerasjonen er svært aktiv når det kommer til trening, enten det er organisert gjennom et idrettslag eller om man trener på treningsstudio. Det er like mange ungdommer som trener i dag som for tjue år siden, men mange er lite aktive ellers i hverdagen, da det tilbringes mye tid foran ulike typer skjermer (Bakken, 2019).

2.3.2 Kroppspress

Ungdataundersøkelsene fra 2019 viser at det er særlig jenter som opplever press rundt det å ha fin kropp. 35 % av jentene svarte at de opplever mye eller svært mye press på å se bra ut eller ha fin kropp (Bakken, 2019).

I NOVAs rapport kommer det frem at det er en forholdsvis sterk sammenheng mellom kroppsbilde og depressive symptomer for jenter (Eriksen et al., 2017). I intervjuene med ungdommene blir utseendepress løftet frem som noe ungdommen kan relatere seg til. Mange av jentene har en bevisst og kritisk holdning til utseendepress, og peker på at det eksisterer en mal i forhold til hvordan man skal se ut. Avviker man fra denne malen, opplever jentene at de blir sett ned på (Eriksen et al., 2017).

2.3.3 Barn og unges bruk av sosiale medier

Medietilsynet har gjennomført en undersøkelse som blant annet tar for seg de unges tidsbruk på ulike aktiviteter i løpet av en dag. Her svarer 79 prosent at de brukte tid på sosiale medier, og 30 prosent av disse svarte at de brukte mer enn to timer. Denne gruppen består av en større andel jenter enn gutter (Medietilsynet, 2018). Videre kommer det frem i undersøkelsen at det er Snapchat, Instagram og Facebook som er de mest populære sosiale mediene blant barn og unge. Hele 81 % i aldersgruppen 9-18 år oppgir at de bruker Snapchat, mens 67 % oppgir at de bruker Instagram. Facebook er minst populær av de tre nevnte, men blir fortsatt brukt av 54 prosent (Medietilsynet, 2018).

3 Teori

Teorikapittelet vil ta for seg den teorien vi har funnet mest relevant for vårt forskningsområde. Vi vil begynne med en generell presentasjon av ungdom som fenomen, før vi spesifikt går inn på teori som er relevant for ungdommers hverdagsliv. Noen steder finner vi det naturlig å flette inn forskning fra ungdatabaser og NOVA rapporter, fordi teorien og den tidligere forskningen henger tett sammen.

3.1. Ungdom

Ungdomstiden er livsfasen som utspiller seg mellom barndommen og voksen alder, men akkurat når den starter og hvor lenge den varer er det forskjellige meninger om. Den vanligste oppfatningen er likevel at ungdomstiden starter i 11-års alder og varer til man har etablert seg med en voksen tilværelse, med jobb, inntekt, et sted å bo og etter hvert kanskje en familie (Illeris, Katznelson, Nielsen, Simonsen & Sørensen, 2009). Hva det innebærer å være ungdom forandrer seg med tiden, videre i dette kapittelet vil vi se nærmere på hva som preger livet til dagens ungdom.

Samfunnet i dag omtales gjerne som «kunnskapssamfunnet», «utdanningssamfunnet» eller «prestasjonssamfunnet». Dette gjenspeiler seg i litteraturen vi har lest om ungdomsliv, hvor skole og utdanning vies stor plass. Øksnes, Sundsdal og Haugen (2018) belyser dette i sin bok om ungdom, dannelse og fellesskap. De skriver at ungdom er et forskningsområde som har hatt lav prioritet, og at den forskningen som er gjort gjerne er rettet mot skole og læring. Store deler av ungdomstiden er knyttet til nettopp skole, utdanning og store valg. Som elev ved 10. trinn skal man ta et valg om man ønsker å gå en studiespesialiserende linje på videregående, eller om man ønsker å gå en yrkeslinje. Når man så er ferdig på videregående stilles man ovenfor enda flere og større valgmuligheter. Ønsker man å gå rett inn i en studenttilværelse, og hva vil man i så fall studere? Skal man ta et friår fra skole og kanskje reise rundt i verden å oppleve? Noen finner kanskje ut at de ikke vil studere videre i det hele tatt, og går rett inn i arbeidslivet. I tillegg til å finne ut av hva man ønsker med livet sitt, hva man skal bli og vil jobbe med senere i livet, står store spørsmål som: hvem er jeg? Hvem ønsker jeg å være? sentralt i ungdomstiden. Man skal utforme sin egen livsstil og identitet (Illeris et al., 2009). Samtidig som hver enkelt fritt kan velge hva de ønsker å gjøre, kan det oppleves et press fra foreldre, venner, skole og samfunnet generelt om at man skal kunne begrunne sine valg og at

man skal være suksessfull. Dersom man skulle være så uheldig å velge feil, har man ingen andre enn seg selv å skyldes (Illeris et al., 2009). Dette kan vi knytte opp mot individualisering som vi tar for oss i neste underkapittel.

3.1.1 Ungdom i et individualisert samfunn

Som vi har vært inne på, står ungdommene ovenfor en større frihet, og omgir seg med flere valgmuligheter enn tidligere i forhold til å administrere og skape sine egne liv. Samfunnet har gjennomgått store forandringer, og sosiologer som Ulrich Beck (1992), Anthony Giddens (1991) og Zygmunt Bauman (2006) blir viktige i forhold til individualiseringstenen. Den peker på at vi har gjennomgått en frigjøring fra strukturer som var viktige for våre valg, i det tidligere industrisamfunnet. Hvor du kom fra, hva foreldrene dine jobbet med og kjønn, hadde langt større betydning i det gamle industrisamfunnet enn hva det har i dag. Man har beveget seg bort fra kollektive strukturer og rettet seg mot det individuelle, «Enhver blir sin egen lykkes smed i større grad en tidligere» (Von Soest & Hyggen, 2013, s. 101).

Dagens samfunn betegnes gjerne som et individualisert samfunn. Krange (2004) peker på at det er særlig de unge menneskene som kjenner konsekvensene av individualiseringen, og at den innebærer at ungdommen er overlatt til seg selv når de skal ta viktige valg som vil prege deres fremtidige liv. Når unge mennesker skal velge hvilken videregående skole de skal inn på, eller hvilken utdanning de skal ta, må de orientere seg i et hav av muligheter. Selv om det individualiserte samfunnet gir flere valgmuligheter for den enkelte, gir det på den andre siden svakere føringer på hva som skal velges (Fauske, 2011). I tillegg vil utfallet av valgene man tar tilskrives den enkelte, noe som betyr at ansvaret fullt og helt hviler på en selv. Dette tenker vi kan være en faktor som bidrar til stress og press blant unge.

3.1.2 «Generasjon prestasjon»

Ole Jacob Madsen kom i 2018 ut med boken «Generasjon prestasjon, hva er det som feiler oss?» I denne boken retter Madsen søkelyset mot «vår tids største paradoks», «Objektivt sett har vi aldri hatt det bedre – målt i materiell velstand eller gjennomsnittlig levealder – samtidig ser stadig flere ut til å føle seg subjektivt dårligere og strever med ulike psykiske helseproblemer av varierende alvorlighetsgrad (2018, s. 14). Boken retter fokus mot hvordan

ungdom egentlig har det, og begrepet generasjon prestasjon brukes for å beskrive ungdom som «vokser opp i et prestasjonssamfunn og internaliserer tidens krav om å prestere både i og utenfor skolen» (Madsen, 2018, s. 118). I boken tar Madsen blant annet for seg medieoppslag om generasjon prestasjon, flink-pike syndromet, ungdataresultater og NOVA-rapporter, for å belyse norske ungdommers liv. Han bruker direkte sitater fra ungdommer i sin framstilling. Blant annet forteller han om en jente som lider av flink-pike syndromet. Hun forteller at kun det beste er godt nok, på alle arenaer. Å få en femmer er ikke godt nok, å bli nummer to i idrett er ikke godt nok, og uansett hvor mye hun trener, blir ikke kroppen fin nok. Denne jenta forteller at hun ikke er alene om å føle det slik, hun vet at mange andre jenter føler som henne. Slike uttalelser som kommer fram i medieoppslag, i blogger og diverse tv-programmer, bidrar til økt bekymring for ungdom som vokser opp i generasjon prestasjon.

Madsen forsøker også å belyse temaet fra et annet perspektiv. Er det egentlig så mye verre å være ung i dag, enn det var tidligere? Han skriver at det mest sannsynlig også var vanskelig å være ung før, men at man på denne tiden ikke hadde ulike medier, og spørreundersøkelser som Ungdata, som direkte spurte «synes du noen ganger alt er håpløst?» (Madsen, s. 19). Videre skriver han at helsepolitikk og diverse kampanjer objektivt sett kan bidra til bedre helse, men at et stort fokus og oppmerksomhet rundt psykisk helse også kan bidra til at mange føler seg subjektivt dårligere. Å stadig bli eksponert for informasjon om psykiske lidelser/plager, kan bidra til at mange vil kjenne seg igjen i det som blir fortalt, og dermed få en slags oppfatning av at man sliter mer enn man egentlig gjør. Madsen peker her på at det er viktig at man minner ungdommer på at det er en helt normal del av livet å oppleve nederlag og at man ikke mestrer. Det å føle på smerte og lidelse, er ikke ensbetydende med at det er noe som feiler deg (Madsen, 2018).

Det er i dag mer åpenhet om psykiske lidelser og helseplager enn det var tidligere, og man kan spørre seg om dette er positivt eller negativt. «Mer åpenhet gjør det rett og slett enklere å være syk både i positiv og negativ forstand» (Madsen, 2018, s. 160). I dag er det mye fokus på «å snakke om det», og på den ene siden kan det å snakke med noen eller sette ord på hvordan man har det absolutt være virkningsfullt. På den andre siden kan det bidra til at mange blir gjort oppmerksomme på noe de ellers ikke ville bitt seg merke i.

3.2 Stress

Stress er et begrep som brukes om løst og fast i hverdagen, og viser ofte til våre reaksjoner på hverdagens krav og utfordringer som vi som mennesker står ovenfor og må løse (Eriksen et al, 2017). I følge Espnes og Smedslund (2009) har stress i historisk sammenheng blitt definert på tre ulike måter. Den ene definerer stress som ytre påvirkninger, mens den andre definisjonen knytter begrepet stress til reaksjonene på disse ytre påvirkningene. Den tredje definisjonen av stress, legger til grunn at begrepet må sees i sammenheng med både de ytre påvirkningene og reaksjonene på dem. Med andre ord handler stress ifølge denne definisjonen om samspillet mellom de ytre påvirkningene og reaksjonene på dem. Hendelser eller situasjoner som kan utløse stress, refereres gjerne til som stressorer (Espenes & Smedslund, 2009).

Espnes og Smedslund (2009) deler stressorer inn i fire hovedkategorier 1) *personlige*, 2) *sosiale/familiære*, 3) *arbeid*, og 4) *omgivelser*. De *personlige* stressorene viser til personlige mål og ting man vil oppnå, som for eksempel en god karakter på eksamen. Videre vil de *sosiale og familiære* stressorene dreie seg om spenninger i det sosiale nettverket som kan vise seg i form av press, krangler eller frustrasjon i en sosial gruppe. Markante livshendelser som representerer et skifte i de sosiale relasjonene er også sentrale her. Skilsmisse og død kan i forbindelse med dette fungere som eksempler på *sosiale og familiære* stressorer. Stressorer knyttet til *arbeid* kan være knyttet til endringer i ansvar, lønn eller at man får sparken og lignende. Den siste kategorien av stressorer angår *omgivelsene* våre, og her kan for eksempel ubehag som støy i et klasserom være en kilde til stress (Espnes & Smedslund, 2009).

3.2.1 Stress i forskjellige former

Stressbegrepet gir ofte negative assosiasjoner, og brukes gjerne i slike sammenhenger. Man skiller gjerne mellom akutte og kroniske former for stress. Det akutte stresset kan oppleves som ubehagelig, men trenger på den andre siden ikke å være skadelig dersom man raskt finner en løsning på utfordringen eller problemet (Eriksen et al, 2017). Når man snakker om de negative helsekonsekvensene som stress fører med seg, snakker man gjerne om negativt stress. Det negative stresset kjennetegnes ved at det oppstår et gap mellom de forventningene og utfordringene man utsettes for, og de personlige og sosiale ressursene som man har tilgjengelig (Eriksen et al, 2017). Om det negative stresset vedvarer i en lengre periode, og

man ikke finner en løsning på problemet, snakker man om det Samdal, Wold, Harris & Torsheim (2017) betegner som kronisk stress.

Selv om stress i mange tilfeller kan ha en negativ innvirkning på ens egen helse, finnes det også enkelte former for stress som kan bidra til det motsatte. I enkelte tilfeller kan det å føle på stress, faktisk virke oppbyggende og føre til at man bygger karakter og utvikler seg i en positiv retning. Denne formen for stress omtales av Samdal et al (2017) som «godt eller sunt» stress. Det gode eller sunne stresset kjennetegnes ved at man kan oppleve spenninger i kroppen som økt puls og opprømtet. Det viktige her er at stressorene ikke oppleves som truende eller skremmende (Samdal et al., 2017). Espnes og Smedslund (2009) kaller denne prosessen for fysiologisk herding. Denne fysiologiske herdingen dreier seg om stressorer av mellomlang varighet, som vil si at stressorene kommer og går i perioder. Om individet tolker og vurderer stressorene det blir utsatt for som en utfordring, kan de føre til herding, ved at man høyner nivået for å oppleve en stressor som stressutløsende (Espnes & Smedslund, 2009).

3.2.2 Stress, mestring og mestringsforventning

«Stress og mestring står i et slags motsetningsforhold til hverandre, på den måten at økt mestring gir mindre stress» (Espnes & Smedslund, 2009, s. 135). Som Espnes og Smedslund skriver her, vil det at man mestrer en situasjon eller utfordring, føre til mindre stress. På den andre siden vil det at man ikke mestrer resultere i mer stress. Troen på, eller forventningen man har til å mestre, blir av Samdal et al (2017) betegnet som mestringsforventning. Eriksen et al (2017) omtaler det å mestre og ikke mestre som *positive* og *negative responsutfall*. Det *positive responsutfallet* gir mestringsopplevelser av positiv karakter, som man kan få etter å ha kommet godt ut av en situasjon som opplevdes som utfordrende (Eriksen et al, 2017). De *negative responsutfallene* representerer en opplevelse av å ikke mestre. Opplevelsen av å ikke mestre kan som tidligere nevnt føre til økt stress, og om man preges av en rekke slike opplevelser, kan det få negative konsekvenser når det kommer til helsen.

Mestringsopplevelser som knyttes til *positive responsutfall*, kan bidra til å styrke selvtilliten og ens ressurser til å takle og håndtere en lignende, stressende situasjon i fremtiden (Samdal et al., 2017). Her er det også naturlig å tenke at positive responsutfall kan bidra til fysiologisk herding, ved at mestringsopplevelsene man erfarer, bidrar til større tro på egen mestring.

3.2.3 Stress, motivasjon og selvbestemmelsesteori

«Å oppleve stress i hverdagen er en naturlig del av det å være menneske, og fysiologiske stressreaksjoner er en nødvendig del av kroppens system for å mobilisere energi» (Eriksen et al, 2017, s. 19). Eriksen et al (2017) peker her på mobilisering av energi som en viktig respons på stress. Ole Fredrik Lillemyr (2007) snakker også om at mobilisering av energi er viktig, men knytter denne mobiliseringen til begrepet motivasjon. Lillemyr (2007) definerer motivasjon som drivkraften bak våre handlinger, og peker på at det som er viktig for oss og som gir mening for oss, er en essensiell del av den drivkraften som motivasjonsbegrepet representerer. Om vi setter det Eriksen et al (2017) skriver om stress, opp mot det Lillemyr (2007) skriver om motivasjon, er det helt klart at disse begrepene har en nær tilknytning til hverandre, og at de har påvirkningskraft på hverandre. Sammenhengen mellom stress og motivasjon løftes særlig frem innenfor selvbestemmelsesteori (self determination theory), som er utviklet av Richard M. Ryan og Edward L. Deci (2000).

Innenfor selvbestemmelsesteori skilles det mellom indre og ytremotivasjon. Om en handling eller aktivitet er indremotivert, skjer den på bakgrunn av at aktiviteten eller handlingen i seg selv gir tilfredsstillelse. Er man ytremotivert, vil ytre faktorer som for eksempel belønning kunne være en drivkraft for handlingen (Ryan & Deci, 2000). Et eksempel for å illustrere forskjellen på indre og ytremotivasjon kan være en elev som jobber med matematikk. Om en elev jobber med matematikk fordi han ser nytteverdien i arbeidet i forhold til fremtidig karriere, snakker vi om ytremotivasjon. Her er eleven ytremotivert, fordi det er ikke gleden av å gjøre matematikk i seg selv som er drivende, men nytteverdien faget kan ha i forhold til den fremtidige karrieren. Hadde eleven satt seg ned og gjort matematikk kun fordi han syntes at det var gøy, og fordi at det gav ham personlig tilfredsstillelse, ville det vært snakk om en indre motivasjon (Ryan & Deci, 2000). Selvbestemmelsesteorien peker på indre motivasjon som en stressbeskyttende faktor. En dominerende ytremotivasjon kan på sin side fungere som en stressøkende faktor. Dette fordi at ytremotivasjon ofte opptrer i form av ytre press som skapes av omgivelser og i miljøer man er en del av. Det ytre presset sammen med forventningene som ligger til grunn, kan føre til at individet, i søken etter bekreftelse, velger å gå etter mål som ikke er ens egne (Deci & Ryan, 1985). Et typisk eksempel her kan være en student som studerer jus fordi det gir høy sosial status i denne studentens miljø. Om studentens motivasjon kun baseres på den sosiale statusen som jusstudiene bringer med seg, vil studiene være gjort

på bakgrunn av mål som egentlig ikke er studentens egne. Dette kan videre føre til at studenten dras bort fra egne verdier og interesser.

3.3 Skolen

Skolen er en arena hvor ungdom tilbringer store deler av hverdagen sin, og spiller med det en viktig rolle i deres liv. Vi vil i det følgende se på sider ved den norske skolen som kan spille en rolle for hvorvidt man opplever stress og press eller ikke.

Skole og utdanning har vært et viktig politisk satsningsområde gjennom flere ti-år. På 90-tallet fikk vi Reform 94 og Reform 97. Det at alle nå har rett på 13 års skolegang er et resultat av disse reformene. Reform 94 hadde som hovedmål at all ungdom skulle få et likeverdig opplæringstilbud, samt at så mange som mulig skulle fullføre opplæringen, mens reform 97 blant annet senket alder for skolestart fra sju år til seks år (Sandberg & Markussen, 2007). Med Norges medlemskap i OECD, Organisasjonen for økonomisk samarbeid og utvikling, fulgte et fokus på norske elevers skoleprestasjoner. Gjennom testing som PISA-undersøkelsene blir norske skoleelevers resultater sammenlignet internasjonalt, med skoleelever i andre land. Den første PISA-undersøkelsen ble offentliggjort i 2001, og resultatene av undersøkelsen i 2000, 2003 og 2005 var sjokkerende. Norge var ikke på skoletoppen i verden slik man gjerne trodde, og det såkalte PISA-sjokket var et faktum (Elstad & Sivesind, 2010). Dette førte til en snuoperasjon i norsk skolepolitikk. I 2004 kom Stortingsmelding nr. 30 Kultur for læring (Utdannings og forskningsdepartementet, 2004) og i 2006 Kunnskapsløftet (kunnskapsdepartementet, 2005). Med disse fulgte et økende fokus på å heve læringsresultatet for alle elever. I Kunnskapsløftet av 2006 står det at norske elever scorer dårligere enn land vi vil sammenligne oss med når det gjelder de grunnleggende lese-, skrive og regneferdighetene (Kunnskapsdepartementet, 2005). Med et økende læringstrykk fulgte også målstyring og testing, og nasjonale prøver hvor barna blir testet i lesing, regning og engelsk ble innført i grunnskolen. Slik testing skulle ifølge Skaalvik og Skaalvik bidra til økt motivasjon og læring blant elevene (2017). Dette til tross, kan det virke som økt fokus på testing og resultater, har ført til mer stress og prestasjonspress blant både elever og lærere.

3.3.1 En læringsorientert skole vs. en prestasjonsorientert skole

Skaalvik og Federici (2015) viser til forskning som skiller mellom en prestasjonsorientert og læringsorientert skole. En prestasjonsorientert skole legger vekt på prøver og prøveresultater, og sammenligninger mellom elever og skoler. En slik prestasjonsorientert skole signaliserer til elevene sine at det er viktig å være best og bidrar med det til et prestasjonspress i skolen. En læringsorientert skole vektlegger derimot framgang og innsats hos hver enkelt, og elevene vurderes ut ifra egen framgang. En slik skole er opptatt av å skape interesse, forståelse og mening og vil redusere prestasjonspresset. En prestasjonsorientert skole kan ha flere negative virkninger på elevene, blant annet dårlig forhold mellom elev og lærer. Dette kan utspille seg i at elevene lar være å spørre om hjelp, selv om de egentlig har spørsmål og lurer på noe. I tillegg kan en slik skole bidra til lav innsats og motivasjon hos elevene når de møter utfordringer, samt skape mer angst på skolen (Skaalvik & Federici, 2015).

Det store fokuset på læring og testing i dagens skole merkes på elevene. «For mange unge representerer skolen et betydningsfylt møte med krav og forventninger som stilles den enkelte på vegen fra barndom til voksenalder» skriver Heggen og Øia i sin bok *Ungdom i endring: mestring og marginalisering* (2005, s. 55).

3.3.2 Lærerens rolle i skolerelatert stress

Lærerens rolle er uten tvil relevant når det kommer til elevenes opplevelse av stress og press i skolen. «Opplevelse av stress i skolen er påvirket av kulturen eller verdsettelse man eksponeres for: Hva er det som tillegges verdi i læringsmiljøet? Hva er det som eksplisitt blir heiet frem og gitt oppmerksomhet?» skriver Tvedt og Bru (2019, s. 55). De to skriver også om det motivasjonelle klimaet i en klasse, og skiller mellom mestringsklima og prestasjonsklima. Her spiller læreren en sentral rolle. Dette kan ses i sammenheng med den læringsorienterte- og prestasjonsorienterte skolen vi beskrev tidligere. I et mestringsklima blir elevenes innsats, utforskning og forståelse vektlagt og verdsatt, her skal kompetanse utvikles. I et prestasjonsklima skal prestasjoner demonstreres. De sterke elevene får mye oppmerksomhet, prestasjoner blir sammenlignet og de gode prestasjonene høyt verdsatt. Elever i klasser med et prestasjonsklima vil i større grad være utsatt for stress enn elever som går i klasser med et mestringsklima. Elever med lavt faglig nivå, eller lav selvoppfatning vil i stor grad være sårbare i et prestasjonsklima (Tvedt & Bru, 2019, s. 55). Særlig her spiller

relasjonen mellom lærer og elev en stor rolle. Læreren har stor påvirkningskraft når det kommer til elevenes mestringstro, opplevelse av egen kompetanse og ikke minst trivsel. Læreren vil være en «stressdempende ressurs» for de elevene som opplever han/henne som en trygg voksenperson som virkelig bryr seg om dem, og ikke vurderer dem ut ifra prestasjoner (Tvedt & Bru, 2019, s. 60).

Gode relasjoner og sosial støtte er spesielt viktig dersom man opplever stress. Bru (2019) bruker Thoits' beskrivelse av sosial støtte, og deler inn i instrumentell og emosjonell støtte. Instrumentell støtte på skolen er for eksempel lærerens faglige hjelp gjennom veiledning, tilrettelegging og undervisning. Emosjonell støtte handler om hjelp til å forstå at man er bra nok og kan møte og stå i de utfordringer man blir stilt overfor (Bru, 2019). Ungdommene i NOVAs rapport er opptatt av at lærerne burde snakke mer med elevene og forklare dem at det ikke alltid er nødvendig å stresse så mye som de gjør (Eriksen et al, 2017). Gjennom emosjonell støtte kan lærerne vise forståelse og sympati for at ting kan være vanskelig, og gi elevene bekræftelser på at de fleste kan oppleve utfordringer knyttet til skolearbeid. Dette kan være en god måte å vise emosjonell støtte: «Selv om du ikke har helt kontroll på dette lærestoffet enda, er jeg sikker på at du vil forstå det med målrettet innsats» (Bru, 2019, s. 39).

Mange opplever læreren som en viktig og stor kilde til stress. De opplever at læreren ikke forstår deres begrensninger, og ikke tar hensyn til at noe rett og slett er for vanskelig (Eriksen et al, 2017). En annen viktig faktor er at elevene føler lærerne ikke tar hensyn til at de har andre fag enn sitt eget. Det kan virke som at lærerne tenker at sitt fag er det viktigste, og at de ikke samarbeider. Ofte kommer store prøver eller innleveringer i ulike fag på samme tid (Eriksen et al, 2017). Dette fører til stress når det gjelder å rekke å gjøre alt de skal, samtidig som de kan føle på press på at det de gjør skal være bra nok. Forutsigbarhet og kontroll kan bidra til å motvirke opplevelse av denne typen stress i skolen. Lærerne kan bidra til dette gjennom god planlegging og samarbeid seg imellom, slik at man så godt det lar seg gjøre unngår at prøver, innleveringer og presentasjoner i ulike fag legges samtidig. Dette er en viktig prioritering, ifølge Tvedt og Bru (2019). Ser vi dette i lys av NOVAs forskningsrapport kan det virke som at i hvert fall noen skoler og lærere har et forbedringspotensial her. I en opplevelse av forutsigbarhet og kontroll ligger også at elevene føler at arbeidsmengden er

tilpasset hva de faktisk kan mestre. Hvis kravene blir for store, og elevene mister tro på egen mestring øker faren for stress (Tvedt & Bru, 2019).

Oppsummert kan vi si at gjennom blant annet å arbeide for et mestringsorientert klima, vise sosial støtte (instrumentell og emosjonell), tilrettelegge og tilpasse undervisning og samarbeide med de andre lærerne, kan læreren være en bidragsyter til å forebygge skolerelatert stress.

3.4 Ungdomskultur

Begrepet ungdomskultur kan brukes om ungdoms hverdagsliv og handlinger, om det ungdommene skaper selv og om særegne ungdoms fenomener. «Ungdomskultur dreier seg om en form for meningsskaping overfor kulturelle ytringer i samtiden som ungdom aktivt utformer seg imellom, og hvor voksnes direkte innflytelse på prosessen er begrenset eller fraværende» (Aagre, 2014, s. 138). Ungdomskultur kan gi seg uttrykk i språklige uttrykksformer, smak og holdninger, og bevissthet når det gjelder for eksempel klesstil og musikksmak, skriver Aagre (2014). Populære medier spiller en stor rolle når det gjelder ungdomskultur, og preger i stor grad ungdommens uttrykksformer. Ungdomskulturen er forskjellige fra sted til sted og bearbeides lokalt.

Ungdomskultur handler altså om meningsskaping ungdommer imellom, det kan handle om holdninger, verdier, oppfatninger og uttrykksformer. Meningsskapingen er sosial og utformes lokalt, hva som menes å være «rett» eller verdsettes mest kan endres med tiden, og påvirkes gjerne av populære medier.

3.5 Venner og fritid

På vegen fra barn til voksen vil behovet man har for å «orientere seg bort fra foreldra og i retning av jamnaldrende» øke (Heggen & Øia, 2005, s. 79). Det å ha venner gir en følelse av å være godtatt og akseptert. Ungdoms venner nettverk kan gå på tvers av ulike arenaer de er en del av. Man kan for eksempel ha venner både på skolen og i ulike fritidsaktiviteter. Noen har kanskje en eller to nære venner, som de er mye sammen med, mens andre er en del av større

gjenger i tillegg til å ha en eller to nære. Enkelte ungdommer er ensomme, uten en tilhørighet til et vennemiljø. Disse ungdommene trekker seg gjerne tilbake på rommet sitt, uten å ta del i det sosiale ungdomslivet (Heggen & Øia, 2005).

Ungdom betegner gjerne fritid som den tiden de ikke er på skolen (Illeris et al, 2009). Hva som er fritid og ikke kan diskuteres. Er det for eksempel fritid når tiden brukes til å gjøre dugnad for fotballaget? Å avgrense hva som er fritid kan være vanskelig, skriver Aagre (2014). «Fritiden kan være impulsiv og lystbetont, men også dypt eksistensiell og alvorlig, akkurat som leken» (Aagre, 2014, s. 183). Opplevelsen av fritid kan sies å ha like mye med en mental tilstand å gjøre, som med tid. Selve følelsen av fritid er et viktig element i oppfattelsen av hva fritid er. Men til syvende og sist finnes det likevel en slags bevisst grense mellom det å være på skolen, hvor dagsordenen er satt, og å ha fri, hvor man i prinsippet selv kan bestemme hva man skal gjøre (Illeris et al, 2009).

Vi har valgt å koble venner og fritid sammen fordi mye av fritiden tilbringes sammen med venner, enten hjemme hos hverandre, ute, eller i organiserte fritidsaktiviteter. Fritid har stor betydning for ungdommers liv, særlig i forhold til sosialisering med jevnaldrende (Illeris et al, 2009). Det er vanlig å skille mellom organisert fritid og «fri fritid». Fritidsorganisasjoner kan for eksempel være idrettslag, korps, fritidsklubber og religiøse foreninger, her er gjerne voksne involvert. Den frie fritiden er uten innflytelse fra voksne, og det er opp til en selv hva man vil bruke tiden til (Aagre, 2014).

3.6 Sosiale medier

Digital teknologi er noe ungdommer omgir seg med daglig, enten det er i form av spillkonsoller, TV, nettbrett, sosiale medier, eller en smarttelefon. Utviklingen av smarttelefonen har gjort at de digitale tjenestene har blitt mye mer tilgjengelig enn hva de var ti til femten år tilbake i tid. Det man før måtte ha en PC for å gjøre, kan nå fullt og helt gjennomføres på en smarttelefon. Når ungdommen omgir seg i umiddelbar nærhet til en smarttelefon, 24 timer i døgnet, sier det seg selv at bruken og tilgjengeligheten til disse tjenestene endrer seg. Det hele har på mange måter gått fra å være underholdning og tidsfordriv, til noe som helt og holdent er en nødvendighet for å kunne følge med i samfunnet.

3.6.1 Hva er sosiale medier?

Ifølge Ida Aalen finnes det ikke en anerkjent definisjon på hva sosiale medier er for noe, og sosiale medier fungerer på den måte som et sekkebegrep (Aalen, 2015). Det vi til daglig omtaler som sosiale medier på norsk, er i stor grad det man innenfor forskningen vil kalle for sosiale nettverkstjenester eller (SNS) (Aalen, 2013). Aalen viser til Boyd og Ellison sin definisjon av SNS, som ifølge henne skal være den mest utbredte definisjonen på SNS.

Sosiale nettverkssider er nettbaserte tjenester hvor personer kan

- 1. konstruere en offentlig profil eller halv-offentlig profil innenfor et begrenset system.*
- 2. lage en liste over andre brukere som de har en relasjon eller kobling til, og*
- 3. der en bruker kan se og navigere seg gjennom sin egen og andres liste over relasjoner. (oversettelse hentet fra Aalen, 2013, s. 16).*

Ut ifra denne definisjonen av SNS, kan man si at Facebook og Twitter oppfyller kravene. Snapchat som man i dagligtalen ville kalle for et sosialt medium, faller her utenfor SNS-definisjonen. «Snapchat-brukerne har ikke en profil, og andre brukere kan ikke se alle de andre du er koblet til» (Aalen, 2015, s. 20). Videre i vår oppgave vil Snapchat og Instagram likevel også omtales som sosiale medier, ettersom vi i dagligtalen omtaler disse slik.

3.6.2 Sosiale medier, ris og ros.

Hannemyr, Liestøl, Lüders og Rasmussen (2015) peker på at fremveksten av sosiale medier kan dateres helt tilbake til 1970-tallet, avhengig av hvilken definisjon man bruker på begrepet. De trekker frem det første ti-året av 2000-tallet som en viktig epoke i fremveksten av sosiale medier. Her ble mulighetene for deling og produksjon av innhold mye enklere, og vi fikk fremveksten av sosiale medier som Wikipedia i 2001, Blink i 2002, MySpace i 2003, YouTube i 2005 og Facebook i 2006. Fremveksten av disse sosiale mediene og brukervennligheten disse representerte, gjorde at mange snakket om en kommunikasjonsrevolusjon (Hannemyr et al., 2015). Informantene våre som går på tiende trinn, er født midt inne i denne epoken, og man kan si at generasjonen de tilhører, på mange måter er født inn i og vokst opp i en epoke der sosiale medier er en sentral del av menneskers liv. I dag er de mer sentrale og tilgjengelige enn de har vært noen gang, og smarttelefonen er

stort sett med overalt hvor vi går. Dette får på godt og vondt noen konsekvenser for våre sosiale liv.

Den amerikanske psykologen Sherry Turkle (2011) er kritisk til hva mobiltelefoner og sosiale medier gjør med kommunikasjonen oss imellom. Hun tar for seg mange eksempler i boken sin, og ett av dem dreier seg om at man aldri er helt alene lengre. Hun bruker den moderne barn og foreldre relasjonen som et eksempel her. Den handler om at foreldrene ikke sender barna noen steder uten mobiltelefon, og at de forventer at barna skal være tilgjengelige hele tiden. Om barna skulle stå ovenfor en utfordring, så er foreldrene aldri langt unna. Følelser som redsel og det å tvile på seg selv som barna tidligere måtte kjenne på helt selv og kjempe seg gjennom, blir nå overskygget av mobiltelefonen, da de aldri får muligheten til å gjøre noe helt på egenhånd (Turkle, 2011).

Turkle peker også på at smarttelefonen og sosiale medier skrur opp tempoet i livene våre ved hjelp av multitasking. Foreldre som svarer på mail samtidig som de snakker med barna sine, er ett klassisk eksempel. Denne multitaskingen er med på å flytte oss ut av et her og nå, og når vi er sammen, så er oppmerksomheten vår samtidig rettet andre steder. Rammene rundt den gode gamle samtalen viskes sakte men sikkert ut, og det intime og nære som ansikt-til ansikt-samtalen krever, kan bli for mye for den enkelte å takle. Turkle mener at vi er godt på vei til å erstatte direkte kommunikasjon med det hun kaller for mediert kommunikasjon. Hun nevner i forbindelse med dette at mange blant annet velger å tekste i stedet for å ringe, fordi telefonsamtalen blir for personlig og avslører for mye (Turkle, 2011).

Ida Aalen (2013) peker på noen positive effekter som sosiale medier bringer med seg. Hun trekker blant annet frem at sosiale medier er med på å gjøre verden mindre ved at de legger til rette for at vi knytter oss til andre mennesker. Menneskene vi knytter oss til i sosiale medier trenger ikke være personer vi nødvendigvis er nært knyttet til, og Aalen skriver her at man innen sosial nettverksteori ser på personer som knutepunkter og at man videre analyserer båndene mellom disse knutepunktene. Hun kommer med en forenklet definisjon som hun bryter ned til tre kjernebegreper: *Svake bånd*, *sterke bånd* og *ingen bånd* (Aalen, 2013).

Svake bånd defineres ved at to personer er bekjente, men at man ikke har spesielt nær tilknytning utover bekjentskapet. *Sterke bånd* derimot defineres som at to personer er nære venner, eller at de er i en familiær relasjon. *Ingen bånd* viser til at to personer ikke har bekjentskap til hverandre, men at de godt kan ha en felles bekjent (Aalen, 2013). Aalen peker videre på at alle disse båndene kan ha en viktig funksjon for ens sosiale nettverk. Om man kun har *sterke bånd*, vil informasjonen man har tilgang på være begrenset. Eksempelvis har personer i en bestemt vennegjeng vennskap med de samme personene, og på sin side vil dette kunne føre til at informasjonen man har tilgjengelig vil være den samme. Har man derimot *svake bånd* eller *ingen bånd*, kan mennesker fra ulike vennegrupper og mennesker med bekjente, gi tilgang til ny informasjon, og dermed fungere som en brobygger mellom ulike vennegjenger og grupper. Med andre ord er både *svake bånd* og *ingen bånd* viktige for å utvide og styrke sin sosiale kapital (Aalen, 2013).

Turkle mener på sin side at samtidig som vi får muligheten til å få et større nettverk enn noen gang, er det også slik at sosiale medier skaper større avstand. Sosiale medier og mobiltelefoner gir oss muligheten til å holde venner, familie og bekjente mer på avstand, ved at vi tyr til mediert kommunikasjon i stedet for direkte kommunikasjon (Turkle, 2011).

3.6.3 Sosiale medier og kroppspress

«Kroppspress defineres gjerne som krav om å se ut på bestemte måter, og kravene defineres gjerne i lys av rådende idealer for skjønnhet og attraktivitet» (Sand, 2019, s. 170). Dette kan bidra til at man ikke føler seg fin nok, at man føler seg for tykk eller tynn, eller blir misfornøyd med ulike deler av kroppen sin. I dagens samfunn kan man i løpet av en dag bli eksponert for flere ulike kilder som kan bidra til kroppspress, gjennom blant annet TV og ulike reklameformer som viser kroppsidealene (Sand, 2019). Richard Perloff (2014) peker på sosiale medier som en kilde som kan være med på å forverre ungdoms syn på eget utseende og kropp over tid. Sosiale medier gir tilgang til bilder av utseende og kropp, og det at idealene som presenteres er tilgjengelige til alle døgnets tider, gjør at det blir vanskeligere å ikke la seg påvirke. Perloff (2014) peker også på at idealene som vises i sosiale medier ikke bare er forbeholdt tynne kvinnelige modeller. Kropps- og utseendeidealene kan også presenteres gjennom jevnaldrende, som også kan være bekjente (Perloff, 2014). Aalen (2015) skriver at det finnes studier som tyder på at det å sammenligne seg med for eksempel venner, bekjente

og jevnaldrende på Facebook og Instagram, kan være mer skadelig for selvfølelsen enn å sammenligne seg med større profiler, som bloggere, kjendiser og modeller. I sosiale medier kan du støte på en som ligner litt på deg selv, er på samme alder, har samme kjønn og befinner seg i samme livssituasjon som deg, men som er hakket slankere, hakket penere og hakket mer veltrent enn deg selv. Om selvfølelsen er svak fra før av, blir den ikke bedre av et slikt møte (Aalen, 2015, s. 116).

4 Metode

Sigmund Grønmo (2016, s. 24) sier at valg av forskningsmetode først og fremst baserer seg på samfunnsforholdet man skal forske på, og problemstillingen man forsøker å belyse. Med vår problemstilling ønsker vi å få innsikt i hvordan åtte helt vanlige jenter på 10. trinn opplever sin hverdag med skole, fritid og sosiale medier, og om de i stor eller liten grad opplever stress og press knyttet til disse arenaene.

Som nevnt innledningsvis i denne oppgaven har vi valgt å intervju åtte jenter på en skole i byen og en på bygda, for å finne svar på vår problemstilling. I dette kapittelet vil vi gå dypere inn på fenomenologi som vitenskapelige tilnærming til prosjektet og valg vi har gjort i forhold til forskningsmetode. Deretter gir vi en detaljert framstilling av prosessen, fra utforming av intervjuguide til analyse og drøfting. Til slutt ser vi på sterke og svake sider ved forskningsprosjektet, oppgavens reliabilitet og validitet og etiske perspektiver.

4.1 Fenomenologi

Ettersom vår problemstilling omhandler jenters egne opplevelser av hverdagen finner vi det naturlig å velge en fenomenologisk tilnærming for vårt forskningsprosjekt. Fenomenologien ble først gjort kjent som filosofi av Edmund Husserl, rundt år 1900. Innenfor kvalitativ forskning er fenomenologi «et begrep som peker på en interesse for å forstå sosiale fenomener ut fra aktørens egne perspektiver og beskrive verden slik den oppleves av informantene» (Kvale og Brinkmann, 2009, s. 45). Formålet med vårt forskningsprosjekt er nettopp det å få større innsikt i våre informanternes opplevelse av hverdagen sin, gjennom en beskrivelse av deres tanker, følelser og opplevelser.

Lindseth og Norberg (2004) viser til Husserl som beskriver to holdninger og måter å tenke på innenfor vitenskapen, «natural attitude» og «phenomenological attitude». «Natural attitude» betyr at man tar med seg sine forforståelser og fordommer av fenomenet inn i utforskningen, mens man med en «phenomenological attitude» tilstreber å legge disse forforståelse og antakelsene til side. Det er sistnevnte Husserl mener vi skal rette fokuset mot. Vi skal ikke prøve å dra konklusjoner og finne sannheter, men heller gå i dybden av subjektets erfaringer og livsverden. Trekker vi dette inn i vår studie betyr det at vi i intervjusituasjonen ikke må dra

konklusjoner ut fra det informantene sier der og da, men heller sette oss inn i, og ta del i det som blir fortalt (Lindseth & Nordberg, 2004). Thomassen (2006) skriver at en fenomenologisk undersøkelse først og fremst er beskrivende, og for å få til en fenomenologisk beskrivelse peker også hun på at man må sette sine forforståelser, antakelser og forventninger til side. Dette for at fenomenet selv skal komme klarest mulig frem (Thomassen, 2006). For å klare å beskrive fenomenet slik det oppleves av subjektet på en best mulig måte, kan vi si at vi må innta en «phenomenological attitude». I og med at vi valgte et tema og en problemstilling vi interesserer oss veldig for, hadde vi naturligvis noen tanker og forventninger før vi gikk i gang med forskningsprosessen. For å innta en fenomenologisk tilnærming var vi nødt til å jobbe med oss selv for å klare å sette disse forforståelser til side.

Vi har hatt som mål å få større innsikt i hvordan jenter ved 10. trinn opplever hverdagen sin med skole, fritid og sosiale medier, samt om de opplever stress og press knyttet til disse. For å finne ut av dette var vi nødt til å gå i dybden av hvordan informantene selv opplever sin egen hverdag, stress og press og hva som forårsaker det. For oss var et poeng med prosjektet å få frem jentenes virkelige opplevelser av stress, press og samfunnet i dag. Psykisk helse, særlig blant jenter, opptar mye plass i medier, og det er et tema som opptar politikken. Det handler i stor grad om at jenter stresser seg syke. Vi har sett på ungdomsundersøkelser og lest rapporter fra NOVA som gir oss en pekepinn på hvordan situasjonen er. Vi ønsket å gå enda mer i dybden. For å få til det måtte vi møte jenter selv, snakke med dem, løfte fram deres opplevelser og høre deres egne ord om hvordan de har det, framfor å bare lese rapporter skrevet av forskere. Dette henger tett sammen med den fenomenologiske tilnærmingen, hvor man tilstreber å beskrive fenomenet ut ifra aktørenes opplevelsesverden. Med et fenomenologisk vitenskapssyn prøver man å finne den dypere meningen i informantenes erfaringer om fenomenet som studeres. I fenomenologien er det hverdagslivets erfaringer som står i sentrum, og utgangspunktet for forskningen er informantenes subjektive opplevelser, tanker og følelser (Postholm, 2011).

4.2 Valg av forskningsdesign

Med utgangspunkt i det Grønmo (2016) sier om valg av forskningsmetode, og vår fenomenologiske tilnærming, benytter vi i dette forskningsprosjektet en kvalitativ forskningsmetode. Kjernen i vår problemstilling er få dypere innsikt i 10. trinn jentenes

opplevelse av sin egen hverdag, og hvordan de opplever stress og press. For å finne ut av dette, må vi snakke med jentene selv. Thor Arnfinn Kleven (2011) peker på at kvalitative metoder skaper en større nærhet og fleksibilitet i datainnsamlings situasjonen enn hva kvantitative metoder gjør. De kvantitative metodene skaper en større distanse mellom forsker og forsøkspersonene. Ifølge Kleven kan kvalitative metoder gi tilgang til en dypere kunnskap om et fenomen, enn den overflatekunnskapen som enkelte kvantitative metoder har en tendens til å gi (2011, s. 19). I dette forskningsprosjektet er formålet å gå i dybden av hver informants opplevelser og erfaringer.

4.3 Intervju som metode

Vi har valgt intervju som forskningsmetode, ettersom hovedinteressefeltet i vår problemstilling baserer seg på informantenes opplevelser og erfaringer. Brinkmann og Tanggaard peker på at forskningsintervjuet er den mest utbredte metoden innenfor kvalitativ forskning, og at det er en metode som kan gi oss innblikk i menneskelige opplevelser slik de oppleves fra deres ståsted (2012, s. 16-19). Intervju er også den eneste metoden som vanligvis brukes i fenomenologiske studier, ifølge Postholm (2011).

Da valget hadde falt på kvalitative intervjuer, måtte vi også foreta et valg om vi ønsket å intervjuer individuelt eller i grupper. Ettersom vårt hovedmål var å få dypere innsikt i åtte 10. trinn jenters opplevelse av hverdagen, falt det naturlig for oss å velge individuelle intervjuer. Thagaard (2013) skriver at fokusgruppeintervjuer kan være et godt verktøy når man skal få frem synspunkter og holdninger i en gruppe som skal studeres. Samtidig peker de på at tendensen ofte blir at noen synspunkter får mer plass og blir mer dominerende enn andre (Thagaard, 2013). For å unngå at informantene ble påvirket av hverandres svar og holdninger til tematikken, ble det klart for oss at individuelle intervjuer var det som ville passe oss best. Vi ser på det individuelle intervjuet som en nødvendighet for at problemstillingen vår skulle besvares, og for at vi i det heletatt skulle ha mulighet til å løfte frem våre åtte informanters personlige stemme og fortellinger.

Det finnes mange forskjellige måter å intervjuer på. Noen intervjuer er preget av en løs struktur med få planlagte spørsmål, mens andre intervjuer er stramt strukturerte med mange styrende spørsmål fra intervjueren sin side. Løst strukturerte intervjuer kan være utfordrende på den måte at tematikken lett kan sprike i mange forskjellige retninger. På et annet plan kan

de løst strukturerte intervjuene gi intervjueren mulighet til å komme tett på informantens livsverden (Brinkmann & Tanggaard, 2012, s. 24). Før man går i gang med selve intervjuprosessen er det viktig å ha gjort et godt forarbeid og bestemme seg for hvordan intervjuet skal struktureres.

Det kvalitative forskningsintervjuet innenfor et fenomenologisk perspektiv er semistrukturert. «Det er verken en åpen samtale eller en lukket spørreskjemasamtale» skriver Kvale og Brinkmann (2009, s. 46). Turner (2010) skriver i sin artikkel «Qualitative Interview Design: A Guide for Novice Investigators» om ulike måter å strukturere intervjuene sine på. Vi har valgt det han kaller «General interview guide approach» for vårt forskningsprosjekt. Denne formen for intervju er nokså fleksibel, men innehar samtidig en viss struktur, hvor man på forhånd har bestemt seg for ulike temaer som skal tas opp. Under selve intervjuet kan man tilpasse spørsmålene sine til den man intervjuer. Det vil si at informantene ikke nødvendigvis blir stilt akkurat de samme spørsmålene, noe Turner skriver kan være en svakhet med metoden (Turner, 2010). I vårt prosjekt ser vi heller dette som en styrke. Ingen er like, og det at vi kan tilpasse og stille oppfølgingsspørsmål gjør at vi kan ordlegge oss slik at vi kommer enda tettere inn på informantene og deres opplevelsesverden. Thagaard (2013) skriver også om viktigheten av fleksibilitet for å kunne rette oss mot informantenes forutsetninger. Vi er ikke ute etter «rette» svar på gitte spørsmål i våre intervjuer, vi er ute etter ungdommenes tanker, erfaringer og opplevelser rundt sin hverdag. Derfor er det ikke en nødvendighet at alle stilles nøyaktig samme spørsmål. Denne formen for intervju åpner også for at sider ved fenomenet, som vi ikke hadde sett for oss på forhånd kan komme frem. Vi tenker at denne måten å intervju på henger godt sammen med vår fenomenologiske tilnærming, hvor vi tilstreber å få fram hver enkelt informants opplevelsesverden.

Postholm (2011) viser til Rubin og Rubin som beskriver ulike framgangsmåter vi som forskere kan bruke for å få informanten til å reflektere og utdype mer om det de forteller. Disse går ut på å oppfordre informanten til å fortelle mer ved hjelp av oppfølgingsspørsmål som nevnt over, eller bruk av prober som nikking, «hm», «ja..» og korte pauser for å vise informanten at du vil at de skal utdype enda mer (Postholm, 2011, s. 80). Kroppsspråket vårt kan også brukes for å signalisere at vi er interesserte og ønsker å høre mer om det de forteller om, gjennom for eksempel og lene oss fram med et interessert ansiktsuttrykk. I våre intervjuer

prøvde vi aktivt å benytte oss av disse metodene, av og til med hell av og til ikke, mer om dette i delkapittel 4.6 Gjennomføring av intervju.

4.3.1 Utforming av intervjuguide

Selv om vi valgte en fleksibel intervjuform, var vi nødt til å utforme en intervjuguide med temaer vi ønsket å ta opp og forslag til spørsmål vi vil stille. Ettersom informantene våre er relativt unge, og vi ikke på forhånd kunne vite noe om hvor snakkesalige de ville være, var det greit å ha en mal for intervjuet. Slik sikret vi oss at intervjuene ikke stoppet opp underveis fordi vi ikke visste hva vi skulle gå videre med. Da vi satte oss ned for å utforme intervjuguiden tok vi for oss prosjektskissen og forskningsspørsmålene våre. Postholm (2011) skriver at forskeren bør ha kunnskap om det fenomenet/de temaene han eller hun skal forske på før intervjuprosessen settes i gang, dette fordi informanten bør oppleve spørsmålene som relevante. For å få til dette så vi på tidligere forskning på området, slik at vi fikk en pekepinn på hvilke temaer som var aktuelle å ta opp. Til slutt landet vi på disse overordnede arenaene som omhandler ungdommers liv:

- Skole
- Fritid og sosiale medier
- Stress og press

Videre jobbet vi med å utforme spørsmål som skulle være åpne og lettfattelige for ungdommene. Det var viktig for oss at relasjonen mellom intervjuer og informant skulle bli så lite asymmetrisk som mulig, slik at informantene ikke skulle føle seg underlegne. Vi ønsket at ungdommene skulle snakke så fritt og åpent som mulig om temaene, og passet derfor på at vi ikke formulerte teoretiske spørsmål med vanskelig fagspråk. Da intervjuguiden var klar sendte vi den inn til veileder for veiledning. Vi fikk tilbakemelding på at noen av spørsmålene burde forenkles, ettersom målgruppa var 14/15-åringer. Her var det veldig fint med veiledning, ettersom dette var noe vi allerede hadde tenkt på, men ikke helt klart å følge opp.

4.4 Pilotintervju

Før man setter i gang intervjuprosessen bør forskeren «trenes opp i å gjennomføre intervjuer» (Postholm, 2011, s. 82). Dette var første gangen vi gjennomførte slike intervjuer og vi ønsket

derfor å gjennomføre såkalte pilotintervju. Vi brukte litt tid på å finne jenter som passet kriteriene våre. Vi hadde allerede prøvd å kontakte skoler for å begynne rekrutteringen av informanter, men ikke fått svar. Dette kommer vi tilbake til i kapittel 3.5.1 Rekruttering av informanter. Vi bestemte oss for å ikke benytte oss av denne rekrutteringsmetoden til pilotintervju, da vi var redde for at vi ikke ville klare å rekruttere mange nok jenter til hovedintervjuene våre. Dermed måtte vi benytte oss av bekjenskaper og forhøre oss litt rundt om noen kjente jenter i riktig alder som ville stille opp. En kollega satte oss i kontakt med en venninne av seg som hadde en datter på 10. trinn, hun kunne stille opp sammen med en venninne. Da vi endelig hadde to jenter klare, kunne vi avtale tid og sted for pilotintervju.

Før pilotintervjuene måtte vi avklare hvordan vi skulle gjøre lydopptak med god kvalitet. Vi var litt sent ute med dette, da det kun var to dager til intervju. Alle lydopptakere som var til utlån på bibliotek var allerede utlånt eller befant seg på bibliotek i andre byer. Vi ønsket ikke å bruke opptaksfunksjon på mobilen, da vi ikke hadde brukt dette før, ikke var sikre på om dette ville gi god nok lyd kvalitet eller om lagringsplassen på mobilen var stor nok. Vi gikk da til innkjøp av to lydopptakere. Vi brukte dagen i forkant på å forberede oss, lese godt gjennom intervjuguiden og å bli kjent med lydopptakeren.

Dagen etter møtte vi de to jentene på skolen en av oss jobber. Vi ga de litt informasjon om prosjektet og hva intervjuene ville handle om. Vi ønsket at intervjusituasjonen skulle bli så lik hovedintervjuene som mulig, og ga god informasjon om at dette var frivillig og anonymt, at de når som helst kunne avbryte intervjuet eller la være å svare på spørsmål hvis det var ubehagelig. Deretter fordelte vi oss på to grupperom og gikk i gang med intervjuene. Vi gjennomførte intervjuene utenfor skoletid, så det var stille og rolig rundt oss og ingen forstyrrelser.

Da vi kom hjem, hørte vi på lydopptakene. Vi la merke til at vi begge av og til var litt nølende og usikre, og at det var litt forskjell på hvor pratsomme jentene var. Den ene jenta hadde mye å fortelle, og den som intervjuet henne var litt mindre bundet av intervjuguiden, enn den som intervjuet jenta som var litt mer tilbaketrukket. Her måtte det jobbes litt mer for å få jenta til å fortelle. I dette intervjuet var intervjuguiden veldig god å lene seg på. I og med at dette var

første gang vi intervjuet på denne måten skulle vi optimalt sett ha gjennomført flere pilotintervjuer hver. Men vi måtte si oss fornøyde med dette da det var vanskelig å finne jenter som ville stille opp.

I bunn og grunn satt vi igjen med samme oppfatning: at intervjuguiden inneholdt et passe antall spørsmål, og at vi begge måtte være åpne for å tilpasse spørsmålenes formulering og rekkefølge underveis, ut ifra hvordan informantene svarte på spørsmålene. Vi ble av den grunn enige om å ikke gjøre noen endringer i intervjuguiden.

4.5 Utvalget

Antall informanter som bør velges i kvalitativt forskningsarbeid, er et valg og en avgjørelse som bør tas på bakgrunn av flere forskjellige faktorer. Brinkmann og Tanggaard (2012) peker på at rammene for prosjektet, tiden man har til disposisjon, og ressursene man har tilgjengelig, er momenter som bør ligge til grunn når man skal foreta et utvalg av informanter. De sier at en normalramme for kvalitative forskningsprosjekt ligger på alt fra 3-20 informanter, men at det finnes forskningsprosjekter med både flere og færre. «Less is more»-prinsippet er ofte gjeldende i kvalitativ forskning, da en stor mengde data kan gjøre at man ikke får lagd en like grundig analyse og fortolkning, som ved forskningsprosjekter der en mindre mengde data inngår (Brinkmann & Tanggaard, 2012, s. 20-21). Vi landet på at åtte informanter ville være et passe antall for vårt prosjekt.

Ifølge Tove Thagaard (2013), baserer kvalitative studier seg på strategiske utvalg. Poenget med et strategisk utvalg er å velge deltakere som har kvalifikasjoner og egenskaper som er strategiske i forhold til problemstillingen og de teoretiske perspektivene i undersøkelsen (2013, s. 60). Vi baserte vår utvelgelse av informanter på et slikt strategisk utvalg som Thagaard beskriver. For å vite hvilke egenskaper og kvalifikasjoner informantene skulle inneha, lagde vi med utgangspunkt i problemstillingen vår, noen kriterier. Ved å implementere kriterier, ble det klarere for oss at de informantene vi søkte etter var de strategiske for vårt prosjekt. Kriteriene vi satte opp for utvalget var som følger:

- *Utvalget må bestå av jenter ved 10. trinn.*
- *Utvalget må inneholde et likt antall jenter fra by og bygd.*

Forskning fra NOVA viser at det er særlig blant jentene at det har forekommet en økning i psykiske plager (Sletten & Bakken, 2016; Eriksen et al., 2017.) Av den grunn har vi i begrensings øyemed, valgt å ta for oss jentene ved 10. trinn. Med dette kriteriet for utvalget, eliminerer vi variabelen kjønn, noe som tillater oss å bruke et mindre utvalg av informanter. Med bakgrunn i forskningen som viser at det er flest jenter som sliter med psykiske plager, tenker vi at det er interessant å snakke med jentene, og løfte frem deres hverdagsliv. På den andre siden har vi ikke satt «utvalget må bestå av jenter med psykiske plager» som et kriterie. Dette på bakgrunn av at formålet med oppgaven ikke er å forske på psykiske lidelser blant jenter, men å forske på hvordan jenter opplever sin hverdag.

I NOVAs rapport kommer det frem at elevene ved 10. trinn i Oslo føler press i forhold til inntak på videregående skole. 10. trinn er det siste og avgjørende året på ungdomsskolen, og for mange er karakterene de oppnår dette året avgjørende for vegen videre (Eriksen et al., 2017). Vi kunne tatt for oss videregående elever, men som vi beskrev i kapittel 1.2 ønsker vi å se på om det er noen forskjell i hvordan by- og bygdejenter opplever hverdagen. Spiller bosted noen rolle for hvorvidt man opplever stress og press i hverdagen? spør vi. Ved å velge ungdomsskole, kan vi i større grad forsikre oss om at ungdommene vi snakker med bor i lokalmiljøet. Hadde vi valgt videregående skole, er elevgruppen i mye større grad en miks av by- og bygdeungdommer på samme skole, ettersom ungdommene da har tatt et bevisst valg og søkt seg inn på videregående i byen eller på bygda.

Det andre kriteriet vi satte opp for utvalget vårt, dreide seg om at vi ønsket et likt antall informanter fra by og bygd. Med bakgrunn i vår problemstilling og forskningsspørsmål, tenker vi at det er en selvfølge at vi skal bruke like mange informanter fra de to miljøene vi skal sammenligne, slik at ikke den ene blir overrepresentert. Vi tenker at en overrepresentasjon av informanter i ett av miljøene, ville kunne hatt en svekkende effekt på studiens reliabilitet (Kvale & Brinkmann, 2009, s. 250).

4.5.1 Rekruttering av informanter

Vi begynte å jobbe med å rekruttere informanter i begynnelsen av mai 2019. Før vi i det hele tatt gikk i gang med å kontakte skoler, lagde vi en oversikt over skoler som kunne være aktuelle for oss. Det var her viktig at kontrasten mellom bygd og by ble ivaretatt, og det var av den grunn et fokus for oss at bygdeskolen skulle ligge et godt stykke fra nærmeste by. Her brukte vi blant annet Google Maps for å danne oss et bilde av hvordan skolene lå til geografisk sett.

Etter at oversikten var klar, tok vi kontakt med rektorene ved de aktuelle skolene. Vi tok kontakt via epost, hvor vi sendte med informasjonsskriv om masterprosjektet og samtykkeerklæring som vedlegg. Vi fikk svar fra kun en skole. De var interessert, men svarte at det måtte bli til høsten på grunn av eksamensperiode. Med dette ble rekrutteringen lagt på vent frem til høsten 2019.

Høsten 2019 tok vi på nytt kontakt med skolen som hadde meldt sin interesse for prosjektet. Vi fikk ikke svar og sendte av den grunn en ny mail. Da vi ikke fikk svar på noen av mailene, så vi oss nødt til å kontakte andre skoler. I begynnelsen av november satt vi endelig med to skoler som ville stille opp for oss. Rektorene satte oss i kontakt med kontaktlærerne ved 10. trinn. Vi fikk da endelig satt tidspunkt for intervju, og kontaktlærerne skulle ha fire jenter klare til de avtalte datoene. Her mistet vi kontrollen over den videre rekrutteringen, og makten ble lagt i lærernes hender.

4.5.2 Presentasjon av skolene

Av hensyn til våre informanters anonymitet vil vi ikke oppgi i hvilken by- og bygdekommune våre informanter bor. Vi har derfor også valgt å kalle skolene for skole A og skole B. Informasjonen vi har funnet har vi hentet fra kommunene og skolenes hjemmesider.

Skole A, byskolen er en ungdomsskole med ca 300 elever fordelt på 8.-10. trinn. Den er en av totalt tre ungdomsskoler i byen, som for øvrig har et innbyggertall på ca 30 000 innbyggere. Den ligger også i gangavstand fra by-sentrum. Skolen er tilknyttet Nasjonalt senter for

flerkulturell opplæring, og er med dette ansvarlig for opplæring av elever med annet morsmål enn norsk. På bakgrunn av dette, har skolen elever fra mer enn 50 forskjellige nasjoner. Informantene som går på denne skolen vil videre i oppgaven vises til som by-jentene.

Skole B, bygdeskolen er en skole med klassetrinn fra 1.-10. klasse. Den ligger sentralt til i bygda og bruker nærmiljøet aktivt i læringsarbeidet. Det er ca fire mil til nærmeste by og to og en halv mil til nærmeste tettsted. Skolen har et elevtall på ca 120, der barnetrinnet består av ca 85 elever, mens ungdomstrinnet består av ca 35 elever. Skolen er fådelt, og undervisningen skjer i aldersblandede grupper. 10. trinnselevene har eksempelvis undervisning sammen med elever fra både 8. og 9.-trinn. Skolen er leksefri, og det har den vært i flere år. Informantene som går på skole B vil videre i oppgaven vises til som bygde-jentene.

4.6 Gjennomføring av intervju

For å få til en mest mulig ryddig presentasjon av vår intervjugjennomføring har vi valgt å dele dette inn i: «Tid og rom», «I forkant av intervjuet» og «Intervjuet».

4.6.1 Tid og rom

Siden vi er to som skriver oppgave sammen, valgte vi å intervju hver for oss. Dette både for å spare tid, og fordi vi tenkte at intervjusituasjonen ble bedre og tryggere for informantene om vi bare var en som intervjuet. Intervjuene ble gjort på to forskjellige dager, en dag i byen og en på bygda. Da vi skulle intervju på bygda måtte vi ha med oss sønnen vår på åtte måneder og bestemor som barnevakt. Ettersom denne skolen lå ganske så langt unna et kjøpesenter eller lignende de kunne oppholde seg på den tiden vi intervjuet, måtte de være med inn på skolen. Vi fikk to grupperom til rådighet. Det ene grupperommet lå like ved allrommet babyen vår og bestemor oppholdt seg. For oss var det naturlig at Ann-Julie, som mor, var på rommet i nærheten av babyen i tilfelle det skulle være noe. Det hendte seg i løpet av intervjuet at vi hørte noen babylyder. Men ikke noe voldsom gråting som dro oppmerksomheten vekk fra intervjuet. Det bidro egentlig bare til en litt lettere stemning, da vi jentene smilte når de hørte han. Kanskje følte de at de ikke ble så stivt og formelt. Under intervjuene på by-skolen var ikke dette et tema, da kunne sønnen vår og barnevakten kose seg på kafé i byen.

Vi intervjuet totalt åtte jenter med et likt antall fordelt på hver skole, og når alle intervjuene var ferdige, hadde vi begge intervjuet like mange jenter på hver skole. Vi gjorde det på denne måten for å tilstrebe at vi begge fikk mest mulig lik innsikt i begge miljøer. Alle intervjuene ble også gjennomført i det Jacobsen (2015) kaller naturlig kontekst, på skolen som elevene hørte til, og vi tenker at intervjusituasjonen på den måte ble hjemmebane for elevene, og bortebane for oss. Thagaard (2013) skriver om det å ta regi over intervjusituasjonen, gjennom blant annet å vurdere hvilken betydning valg av lokale kan ha. Her er det et mål at den som intervjues skal føle seg trygg og kan snakke fritt. Det at vi reiste ut til skolene tenker vi bidro til at jentene kunne føle seg tryggere i intervjusituasjonen enn om vi hadde invitert dem til et sted som var fremmed for dem. Pilotintervjuene gjennomførte vi utenfor skoletid, da verken vi eller de to jentene hadde noen annen mulighet. Hovedintervjuene måtte foregå i skoletiden, da det var gjennom skolen vi hadde rekruttert jentene. Vi møtte opp på skolen fra morgenen av, før skoledagen begynte. Slik kunne vi få snakket litt med lærerne først og huket inn de jentene vi skulle ha med oss. Selv om det var mange elever på skolene og mye støy opplevde vi ikke dette som noen stor forstyrrelse, da grupperommene i hovedsak var stille og rolige.

De to siste intervjuene på skolen i byen ble mot slutten noe preget av at det nærmet seg friminutt, vi merket at jentene ble litt rastløse og ville bli ferdige. Her kunne vi kanskje ha planlagt bedre, samtidig var det vanskelig å vite hvor lang tid intervjuene ville ta. Dette var en tidsfaktor vi ikke hadde tenkt over på forhånd. Da vi satt i intervjuet hadde vi to valg, fullføre intervjuet, eller ta en pause og la de få friminutt for så å komme inn igjen. Selv om vi ikke snakket sammen gjorde vi begge den vurderingen at vi fortsatte intervjuet, ettersom vi nærmet oss slutten. Vi opplevde da et lite «hastverk» avslutningsvis, og at vi måtte bli ferdige. Dette var ikke en optimal situasjon, men det å ta en pause følte vi ble feil. Da ville jentene få mulighet til å snakke med de to andre informantene som allerede var intervjuet og hørt hva de fortalte om de ulike temaene. Vi ønsket ikke at jentene skulle bli preget av hverandres meninger og tanker. Derfor tok vi valget som vi gjorde.

4.6.2 I forkant av intervjuet

Vi ble møtt velkommen av kontaktlærer ved ankomst på begge skolene, og vi fikk anledning til å hilse på jentene sammen før vi skulle intervjuet. Denne anledningen benyttet vi til å prate om litt løst og fast, og gi litt informasjon om hvem vi er og hva som skulle skje. Her fortalte

vi om hvordan intervjuene kom til å foregå, og vi løftet frem at vi var opptatt av at det var de som var ekspertene, og at det ikke fantes riktige eller gale svar. Vi presiserte for alle sammen at vi var ute etter deres opplevelse rundt tematikken, og at det kun var de som hadde svar på hvilke følelser og opplevelser de har. Etter at vi hadde blitt enige om hvor vi skulle hente jentene for intervju og rekkefølge, var det klart for selve gjennomføringen av intervjuene.

Intervjuene ble avholdt på grupperom på skolene. Jentene ble i forkant av intervjuene gjort oppmerksom på at deltakelsen var valgfri, at de hadde sin fulle rett til å ikke svare på spørsmål de fant ubehagelige, og at de kunne avbryte intervjuet om de ikke ville mer. Vi informerte også om at vi tok lydopptak av intervjuene, og at disse kun skulle bli brukt til transkribering og at de så ville bli slettet. Dette var alle jentene innforstått med, og det virket ikke på oss som at noen av jentene hadde noen problemer med dette. Vi hadde også med penn og papir i tilfelle vi skulle ønske å skrive ned noen notater underveis. Ingen av oss benyttet oss av dette i stor grad, da oppmerksomheten vår var rettet mot informantene, og å lytte til det de hadde å fortelle. Vi følte vi falt litt ut da vi begynte å notere mens informanten fortalte, dette kan nok ha å gjøre med at vi ikke er erfarne intervjuere. Vi ønsket heller å vie 100% oppmerksomhet mot informanten, og stole på at lydopptakene ga oss det vi trengte.

4.6.3 Intervjuene

Jevnt over opplevde vi å snakke med jenter som hadde mye å fortelle, og vi fokuserte på å være rolige og innta en lyttende rolle i intervjuene. Dette følte vi at vi fikk til spesielt godt i de intervjuene hvor jentene hadde mye å fortelle. Her kunne vi slappe mer av i forhold til intervjuguiden, la jentene fortelle og så komme med oppfølgingsspørsmål. Disse intervjuene fløt veldig fint, og vi opplevde de mer som en god samtale enn en utspørring. Noen av jentene var derimot litt mer tause og sjenerte. Her merket vi at det var vanskeligere å slappe av selv, og at samtalene bar preg av spørsmål-svar, spørsmål-svar. Vi følte at vi ble veldig bundet av intervjuguiden og at vi selv tok større plass i intervjuene. Vi prøvde blant annet å bruke både nikking, stillhet og «mhm», såkalte prober for å oppfordre disse jentene til å utdype mer, men dette førte til nervøs latter, fnising og svar som «ehh, jeg vet ikke». Da dette ikke fungerte merket vi at mangel på rutine og erfaring gjorde at vi tok større plass i intervjuene enn ønsket. Samtidig følte vi at det måtte til, da vi måtte jobbe litt for å dra samtalene videre og få jentene til å åpne seg og fortelle. Disse jentene var stille og kanskje litt mer reservert når det gjaldt å

fortelle om sine følelser og opplevelser. Samtidig som vi ønsket at de skulle fortelle mest mulig, hadde vi respekt for at dette var vanskelig for dem. Vi var bevisste på at de skulle være mest mulig komfortable med situasjonen, derfor ville vi ikke presse dem til å snakke om noe de var ukomfortable med. Dermed varte intervjuene fra 27 til 46 minutter.

Noen jenter var altså mer snakkesalige enn andre, vi stilte for eksempel alle jentene spørsmål som omhandlet bloggere og store Instagramprofiler. Vi spurte om de selv følte at de ble påvirket av slike profiler på noen måte, og i så fall hvordan, eventuelt hvorfor ikke. På spørsmål om de følte de ble påvirket svarte to jenter slik:

Eksempel 1: ehm, nei ikke egentlig. For jeg har veldig lite peiling på kjendisnorge. Folk kan si navn og jeg aner ikke hvem de er, og de.. alle sammen sier jeg lever under en stein, for at jeg ikke vet hvem disse folkene er. Men det er nok mest fordi jeg ikke har sett på de showene de har vært med på. Jeg har ikke.. jeg har ikke sånn.. tv-greie, så jeg får ikke sett på.. det som pleier å gå på tv da. Jeg vet ikke hvem folk er (ler). Hvis du nevner noen norske kjendiser nå, så.. tipper jeg at jeg ikke vet hvem de er. Så.. meg personlig.. påvirker det nok ikke.

Eksempel 2: ikke egentlig..

Dette er bare et lite eksempel på hvor stor forskjell det kunne være på hvor mye jentene pratet. Jenta i eksempel 1 fortalte fritt og mye gjennom hele intervjuet, mens jenta i eksempel 2 måtte dras mer framover. Selv om det var variasjon i hvor mye jentene snakket og fortalte opplevde vi alle som oppriktige, vi følte ikke at de bare svarte noe for å bli ferdig, eller at de svarte det de tenkte vi ville høre. Vår oppfatning der og da var at de fleste jentene framsto trygge på seg selv.

Vår oppgave videre ble å gjøre et godt etterarbeid, før vi gikk i gang med analyse og drøfting.

4.7 Etterarbeid

Etter at alle intervjuene var gjennomført satt vi med mye materiale som måtte jobbes videre med. Først kom transkribering av lydopptakene, deretter analyse av vårt materiale, utforming av funn og drøfting.

4.7.1 Transkribering

Vi gikk i gang med å transkribere lydopptakene umiddelbart etter at vi var ferdige med intervjuene. Vi hadde fire intervjuer hver som skulle transkriberes, og dette brukte vi to uker på. I transkriberingsprosessen oppdaget vi både styrker og svakheter ved intervjuene vi gjorde. Svakheter vi oppdaget var blant annet at vi var for raske med å gå videre på enkelte temaer og at noen av oppfølgingsspørsmålene våre ble setninger med flere spørsmål på en gang. Styrkene vi oppdaget var at vi var flinke til å lytte og til å komme med bekreftelser som «mhm», «ja», «akkurat» underveis i intervjuet. Alle slike bekreftelser og også nølende ord som «hh» og «hmm» ble med i transkripsjonene, for at de skulle gjengi intervjuene på en så autentisk måte som mulig.

En ting som ble veldig tydelig for oss utover i transkripsjonene, var at vi utviklet oss som intervjuere for hvert intervju som gikk. Det var merkelig forskjell på det første og det siste intervjuet vi gjorde. I det siste intervjuet, lyktes begge to mye bedre med å stille gode oppfølgingsspørsmål, vi var mer sikre på gangen i intervjuguiden og man kunne høre på lydopptaket at vi fremstod som tryggere intervjuere enn hva vi gjorde på det første opptaket. Vi ser i forbindelse med dette at det helt klart kunne ha vært en stor fordel å gjennomføre flere pilotintervju, i og med at dette var første gang vi gjennomførte slike intervjuer.

4.7.2 Analyse av intervju og drøfting

Da vi tok fatt på analysen, ble det klart for oss at vi måtte dele den opp ved å først analysere intervjuene på skole A, og deretter intervjuene på skole B. Vi bestemte oss for å vie et kapittel til hver skole, kapittel 5 og 6. Vi fant raskt ut at for at dette skulle bli et overkommelig arbeid, og ikke minst en ryddig presentasjon, måtte vi dele opp presentasjonen av funn i underkapitler som tar for seg temaene skole, fritid og sosiale medier, og til slutt stress og press. Dette var et tidkrevende, men også et veldig spennende arbeid. Det var nå vi virkelig fikk gå inn i alle

jentenes tanker, følelser og opplevelser av hverdagen! Gjennom analysen fikk vi også bli kjent med alle de åtte jentene, og ikke bare de fire jentene vi intervjuet hver for oss.

Etter analysearbeidet var ferdig. besto arbeidet fremover i å gå nøye gjennom analysen og finne våre hovedfunn (kapittel 7). Vi valgte å formulere et funn per forskningsspørsmål, for deretter å drøfte disse opp mot relevant teori og tidligere forskning. Til slutt kunne vi ved hjelp av våre funn og forskningsspørsmål besvare vår problemstilling (kapittel 7.5).

4.8 80% seminar

I mars 2020 deltok vi på obligatorisk 80% seminar med veilederen vår og en opponent. Dette foregikk på nett via Zoom, ettersom vi på grunn av Koronakrisen ikke kunne møtes. Her la vi fram oppgaven så langt vi hadde kommet. Deretter diskuterte og drøftet vi vegen videre sammen med veilederen vår og opponenten. Dette seminaret skulle vise seg å være ekstremt nyttig og lærerikt for oss. Vi fikk nye impulser, og god veiledning på hva vi måtte ta fatt på. «Å finne fokus» for oppgaven ble vår viktigste oppgave nå. Dette endte rett og slett med at vi gjorde noen store endringer når det kom til oppgavens hovedfokus og problemstilling.

Dersom man leser intervjuguiden (vedlegg 1), informasjonsskrivet (vedlegg 2) og godkjenning fra NSD (vedlegg 4), vil man se at det er noen forskjeller i problemstillingen og fokuset vi presenterte i kapittel 1.1 og det som står i disse vedleggene. Vi gikk fra å ha hovedfokus på stress og press blant jenter, og forskjeller på by- og bygdejenters opplevelse av stress og press, til et hovedfokus på å få større og dypere innsikt i hvordan 10. klasse jenter opplever hverdagen sin med skole, fritid og sosiale medier, og om/eventuelt hvordan de opplever stress og press knyttet til dette. Forholdet by/bygd har fått plass som et forskningsspørsmål. Det at vi gjorde disse endringene gjorde vegen videre klarere for oss, og motivasjonen for å skrive videre økte.

4.9 Sterke og svake sider ved vårt forskningsprosjekt

Som vi skrev i kapittel 4.5.1 rekruttering av informanter mistet vi makten for den videre rekrutteringen da lærerne skulle sørge for å ha fire jenter klare til intervju til avtalt dato. I ettertid tenker vi at dette kan ha vært en svakhet ved vår fremgangsmåte, da lærerne selv kunne velge hvilke jenter de ønsket skulle representere skolen. Vi ser at dersom vi hadde

ønsket mer kontroll over hvilke jenter som stilte til intervju, måtte vi satt opp flere kriterier for utvalget, slik at lærerne kunne gått ut ifra disse. Samtidig var ikke vi ute etter å finne spesielle jenter på 10. trinn. Vårt hovedmål har vært å få større innsikt i hva som preger hverdagen til 14/15 år gamle jenter i dag. Det vi derimot ser er at vi kanskje burde intervjuet jenter på flere ulike skoler, for å få representert flere miljøer. De fire by-jentene vi intervjuet går på samme skole, og det virket som de tilhører den samme vennekretsen, det samme gjelder bygde-jentene. Men, ettersom vår problemstilling i hovedsak tar for seg hvordan jenter ved 10. trinn opplever hverdagen med skole, fritid og sosiale medier, og stress og press knyttet til dette, samt at det var vanskelig å rekruttere informanter, så vi oss fornøyde med det utvalget vi fikk.

Jacobsen (2015) beskriver noe han kaller intervjuereffekt. Dette handler om at intervjuet formes av de partene som deltar i samtalen, og at den som blir intervjuet vil bli påvirket av den som intervjuer. Hvordan intervjueren snakker, bruker kroppsspråk, går kledd og opptrer i samtalen, er viktig her. «En intervjuer som virker aggressiv og pågående, kan skape helt andre resultater enn en som virker uinteressert» (Jacobsen, 2015, s. 242). Intervjueffekten kan bli særlig viktig i forskningsprosjekter med flere enn én intervjuer. Faren er at intervjuerne gir ulike stimuli og opptrer ulikt i intervjusituasjonen, og dermed ender opp med ulike resultater. Vi var bevisste denne problemstillingen da vi skulle gå i gang med våre intervjuer, derfor brukte vi litt tid på å bli enige om hvordan vi ønsket intervjuene skulle ta form. Vi skulle være gode lyttere, benytte oss av prober, ikke være for påtrengende, og la jentene få fortelle så fritt som mulig. Vi opplevde intervjusituasjonen veldig likt. Vi opplevde begge å snakke med pratsomme jenter med mye på hjertet, og mer sjenerte jenter som vi måtte jobbe litt mer med for å få til å fortelle. Derfor har ikke vi opplevd det som noe problem at vi var to personer av ulikt kjønn som gjennomførte intervjuer. Det at vi var to gjorde at vi kunne ha flere informanter, og dermed få et større empirigrunnlag for vår drøfting. Derfor ser vi det heller som en styrke enn en svakhet at vi i dette prosjektet var to personer som intervjuet.

Vi ser det også som en styrke i denne oppgaven at vi har gitt grundige beskrivelser av hvordan vi har gått fram fra begynnelse til slutt. Dette metode-kapittelet er nokså langt og omfattende, men vi håper og tror at våre detaljerte beskrivelser bidrar til å styrke oppgavens troverdighet.

4.10 Oppgavens reliabilitet og validitet

Reliabilitet handler om kritisk vurdering av hvorvidt forskningen er gjennomført på en pålitelig og tillitsvekkende måte eller ikke (Thagaard, 2013, s. 201). Innenfor kvalitativ forskning vurderes særlig forskningens troverdighet, og tillitt til forskningen kan være et uttrykk for dette. Tove Thagaard (2013) skriver at reliabilitet i utgangspunktet handler om at en annen forsker skal kunne benytte seg av de samme metodene, og på den måte komme frem til samme resultat som du har gjort. Altså skal forskningen være repliserbar. Hun stiller samtidig spørsmål ved om dette kriteriet er relevant i kvalitativ forskning. Her viser hun til en annen forskningslogikk, som legger vekt på at «kvalitative data utvikles i samarbeid mellom forsker og personer i felten» (Thagaard, 2013, s. 202). Ut ifra dette er ikke kriteriet om repliserbarhet relevant. I kvalitativ forskning hvor repliserbarhet ikke er en mulighet, må forskeren gjennom redegjørelse for hvordan data er samlet inn og behandlet, argumentere for forskningens reliabilitet. Derfor har vi viet dette metodekapittelet stor plass, vi har gått i detalj og beskrevet nøye hvordan vi har gått fram og gjennomført de ulike prosessene vi har vært gjennom. På denne måten håper vi å vekke leserens tillitt og troverdighet på at kvaliteten på forskningen er god.

«Vi kan presisere begrepet *validitet* ved å stille spørsmål om de tolkninger vi kommer frem til, er gyldige i forhold til den virkeligheten vi har studert» (Thagaard, 2013, s. 205). Vi mener at våre tolkninger av vårt eget materiale er valide, av den grunn at vi har valgt å gjengi informantenes utsagn, så ordrett som overhode mulig. Dette har vi gjort både i transkriberingen av intervjuet, men også i kapitlene hvor vi presenterer våre funn. Ved at vi har gjengitt informantenes utsagn så ordrett som mulig, tenker vi at vi så godt det lar seg gjøre har lagt til rette for at våre tolkninger skal være gyldige. Det er viktig for oss å presisere at fokuset for vår masteroppgave har vært å løfte frem hver enkeltes informants individuelle opplevelse av hverdagen. Opplevelsene til informantene har blitt løftet frem gjennom deres egne utsagn, og de har ikke blitt påvirket av hverandre, da intervjuene var individuelle. Dette tenker vi også er et punkt som kan være med på å styrke validiteten til vårt forskningsprosjekt. Som nevnt, har vi gått grundig til verks både i metodekapittelet og i kapitlene hvor vi presenterer våre funn. Dette tenker vi kan bidra til å styrke oppgavens validitet og reliabilitet.

4.11 Ethiske perspektiver

All forskning, også forskning utført av studenter skal følge og ta hensyn til etiske normer og verdier. Det er av den grunn viktig at man tar høyde for hvilke etiske spørsmål som må avklares før man går i gang med innsamling av data (Everett & Furuseth, 2012). Vi var klar over at vi med vår problemstilling ville innhente skildringer fra ungdommers egen hverdag, og at temaer som stress og press kan fremkalle sensitive opplysninger om informantene. På bakgrunn av dette, sendte vi inn en søknad for vårt masterprosjekt til Norsk Samfunnsvitenskapelige Datatjeneste (NSD). Vi fikk godkjenning fra NSD og fikk beskjed om at vi måtte ha skriftlig samtykke fra våre informanter og deres foresatte. Skriftlig samtykke fra foresatte var et krav fra NSD, da våre informanter var i aldersgruppen 14-15 år da intervjuene ble gjennomført.

Informantene er anonymisert med fiktive navn, og er dermed ikke gjenkjennbare for andre enn oss to som forskere og den enkelte informant. Intervjuene er også som tidligere nevnt tatt opp på en lydopptaker, og opptakene ble overført til vår personlige PC. Den er beskyttet med passord, og innholdet har da bare vært tilgjengelig for oss to som forskere. Informantene ble gjort oppmerksomme på at opptakene ville bli slettet når masteroppgaven er ferdigstilt. Denne informasjonen fikk de både gjennom samtykkeskjema og gjennom samtale i forkant av intervjuene.

5 Presentasjon av funn: Jentene på skole A

Vi har valgt å dele presentasjon av funn i to hovedkapitler: Presentasjon av funn: Jentene på skole A og Presentasjon av funn: Jentene på skole B. Dette for å lage en så oversiktlig presentasjon som mulig, før vi setter i gang med drøfting. Vi følger intervjuguiden vår og deler derfor inn i delkapitler med temaene: Kort presentasjon av jentene, skolen, fritid og sosiale medier. Mye av vårt materiale glir inn i hverandre, og vi har måttet gjøre en vurdering på hvor vi skal presentere det. Særlig når jentene snakker om stress og press glir mange av temaene inn i hverandre. Derfor vil vi til slutt i hvert analysekapittel presentere jentenes opplevelser, tanker og følelser om stress og press i hverdagen.

For å gi en god analyse, og å beskrive våre funn på en god måte vil vi i flere tilfeller bruke sitater fra jentene. For å bevare deres anonymitet har vi brukt fiktive navn. I og med at det ikke er mer enn fire jenter på hver skole har vi valgt å begynne med en liten presentasjon av jentene, slik at vi gjennom analysen kan danne oss et bilde av hvem disse jentene er.

5.1 Kort presentasjon av jentene

Celine: 15 år. Bor i byen. Foreldrene er begge utdannet lærere. Faren jobber som kultursjef og moren er rådgiver for lærere og rektorer. Ser foreløpig ikke for seg å flytte på seg når hun blir eldre.

Maya: 15 år. Bor i byen. Mor er utdannet førskolelærer, men jobber nå som rådgiver i utdanningsforbundet. Far er revisor. Hun ser for seg å flytte, fordi hun kjenner byen hun bor i godt, og vet om alt som er der. Hun vil ut å oppleve mer av Norge og verden, siden hun har reist lite. Kan se for seg å flytte til en annen by i Norge, både større byer og mindre plasser kan være spennende, men også til et annet land med mange muligheter.

Line: 15 år. Foreldrene er skilt, når hun bor hos faren sin bor hun 5 km unna byen/skolen, mens moren bor i nærheten av skolen. Far er regnskapsfører og mor er økonomisk rådgiver. Hun trives godt her hun bor, men ser likevel for seg å flytte til en enda større by etter hvert.

Sofie: 15 år. Har bodd i flere byer, men flyttet til nåværende bosted da hun begynte i første klasse. Far er utdannet lege og mor er advokat. Hun har allerede en plan om å flytte til en større by for å studere, og er usikker på om hun kommer til å flytte tilbake igjen eller ikke etter studier, men tror ikke det.

5.2 Skole

Etter å ha snakket med jentene om deres bakgrunn gikk vi over til å snakke om skole. Her deler vi inn i trivsel og motivasjon, karakterer og valg av videregående skole og utdanning.

5.2.1 Trivsel og motivasjon

Det første vi spurte om var om de trives på skolen. Jevnt over trives de fire jentene godt på skolen. Celine kommenterer at det kommer an på dagen, «Det er litt sånn både og, noen dager er det helt greit, og venner og andre er hyggelige, mens andre dager kan det være at du får et par kommentarer som kanskje ikke er ment vonde, men som blir vonde». Hun beskriver at noen blir stemplet som de dumme i klassen, og at hun er en av dem. Hvis noen rekker opp hånda og stiller spørsmål, kan det bli slengt ut kommentarer som at «åh, du er så dum» og lignende, fordi det egentlig var et lett spørsmål. Kommentarer som dette bidrar til lavere trivsel på skolen. På spørsmålet om trivsel var det bare Celine som tok opp slike kommentarer, men også Maya nevner dette senere i intervjuet. Hun forklarer at veldig mange av guttene synes det er gøy å slenge ut kommentarer om jentene. Videre sier hun at slike kommentarer blir sårende når de kommer igjen og igjen. Maya beskriver seg selv som en oversensitiv person, og det skal ikke mye til å såre henne. Dermed sier det seg selv at kommentarer som går på både utseende og skoleprestasjoner blir sårende. Selv om Maya ikke kobler dette direkte opp mot trivsel, er det naturlig å tenke at dette bidrar til at hun trives mindre på skolen de dagene hun opplever negative kommentarer.

Når det kommer til motivasjon kobler jentene dette til fag, lekser, karakterer og et ønske om å gjøre det bra. Maya forklarte for eksempel at det er noen fag hun virkelig hater, og at det er noen fag hun liker ganske godt. I de fagene hun hater er motivasjonen lav, og hun føler hun ikke får det til. I fagene hun liker har hun mer motivasjon, og hun prøver å gjøre det bedre enn i de fagene hun ikke liker, det er morsommere å legge innsats i det man liker. For mye lekser var en gjenganger i svarene til jentene. Når det blir for mye på en gang daler motivasjonen. Samtlige av jentene trakk fram matematikkfaget og forklarte at i åttende og niende klasse hadde de nesten ikke lekser i matte, mens nå i tiende kom alt. Celine kan sitte i en og en halv til to timer med mattelekser hver eneste dag, og det blir hun demotivert av. Sofie beskriver seg selv som perfeksjonist. Når det kommer til matteleksene utsetter hun de gjerne fordi hun vet de kommer til å ta lang tid. Hun sitter i tre til fire timer med faren sin fordi hun er opptatt

av å gjøre det bra. Alle jentene bruker tid på lekser hjemme hver dag. Line beskriver hvordan mengden lekser, prøver og framlegg går i perioder.

For den uka her så har vi ikke så mye lekser, men de forrige to ukene så hadde vi veldig mye lekser, framlegg og prøver på en gang, så da blir det litt mye. Så de kjører liksom to uker der de tar alt på en gang, også tar de to uker der de ikke gjør noen ting.

Det Line kommenterer her er hvordan lærerne planlegger og legger opp timeplanen. Hun kunne ønsket seg at det hadde vært bedre fordelt. I løpet av to uker kan de ha framlegg i fire/fem ulike fag, i tillegg til et par innleveringer hver uke. Celine, Maya og Line er enige i oppfatningen av at de har ganske mye lekser, og en del prøver, og at det kan bli for mye. Sofie har en litt annen oppfatning, hun sier de kanskje har fire prøver i halvåret, pluss tentamener. Leksene synes hun er greie, det er for eksempel oppgaver i matte som skal leveres inn, men de får ikke karakter på det. Dette gjør at de ikke kan «unnsyltrentre» og lærerne ser at elevene henger på hele tiden, og det synes hun er helt greit. Kanskje henger Sofie sitt syn på lekser og prøver sammen med at hun er mer motivert enn de andre til å gjøre det bra i alle fag, og synes derfor det er greit å gjøre en skikkelig innsats.

5.2.2 Karakterer

Jentene stiller nokså høye krav til seg selv når det gjelder karakterer. Karakteren tre nevnes knapt av jentene, ikke en gang i fag de ikke liker/ ikke er flinke i. Vi finner likevel noe variasjon når det kommer til kravene jentene stiller til seg selv. Sofie er den som stiller høyest krav til seg selv. Det er kun i nynorsk hun er fornøyd med en firer, fordi ingen i klassen får bedre enn det. I de andre fagene er det kun femmere og seksere som gjelder. Celine er fornøyd med en firer i de to fagene hun ikke liker, men forventer mer av seg selv i fag som norsk, samfunnsfag og musikk. Line forklarer at i matte og naturfag for eksempel, hadde hun vært fornøyd med en firer, men i de fleste fag ville hun ikke vært fornøyd med denne karakteren. Maya er fornøyd så lenge hun får fire eller bedre. Får hun en treer blir hun litt misfornøyd.

Maya og Sofie nevner foreldrene sine når de snakker om hvorfor de er opptatt av å få gode karakterer. De vil gjøre foreldrene sine stolte. Sofie forteller at hennes foreldre var flinke på skolen selv, hun «vil på en måte please de», selv om de er opptatt av at hun ikke må få gode karakterer for deres skyld. Foreldrene til Sofie er begge høyt utdannede, far er lege og mor advokat. Dette kan tenkes å være en grunn til hvorfor Sofie føler at hun må ha gode karakterer. Celine er den eneste som nevner at hun vil ha gode karakterer for å komme inn på den videregående skolen hun vil. Maya er ikke bekymret for dette, og tenker at hun har gode nok karakterer til å komme inn.

Selv om jentene kan sies å ha nokså høye mål, legger de ikke skjul på at innsats og interesse for faget har mye å si for karakterutfallet. Sofie skiller seg noe ut i forhold til de andre. Hun er den som uansett fag og interesse forventer høye karakterer. Hun skiller ikke mellom fag hun liker og ikke liker når hun snakker om karakterer. En firer er som nevnt kun godt nok i nynorsk, og det er fordi ingen andre får bedre heller. Hun sammenligner seg med de andre i klassen, og viser med sine uttalelser at hun er opptatt av å være blant de beste. Hun har en klar plan for fremtiden, og vet at høye karakterer må til for å nå sine mål. De andre jentene har ikke like klare framtidsplaner, og stiller derfor kanskje ikke fullt så høye krav til seg selv som Sofie. Maya sammenligner seg også med vennene sine, og forklarer at hvis en venninne får femmer på en prøve og hun en treer, blir hun lei seg. Selv om hun i likhet med Sofie sammenligner seg med andre, kan vi si at det blir på et annet nivå enn Sofie. Som nevnt over er Maya fornøyd så lenge hun får firere. Det hun muligens mener er at det er sårt når det er stort sprik mellom karakterene hun og vennene får.

5.2.3 Valg av videregående skole og utdanning

De fire jentene har en klar formening om hvilken videregående skole de skal søke seg inn på. De skal gå en studiespesialiserende linje på den største videregående skolen i byen. Hva som skal skje etter videregående er de mer usikre på. Det er kun Sofie som har planen klar. Hun skal ta et friår før hun skal studere juss i Bergen og bli advokat. Hun forklarer hvorfor hun vil ta et friår slik, «Jeg føler nesten at det er den eneste pausen du har i livet i såpass ung alder. Om man ikke gjør det så er det bare skole, rett på studering og så jobb, også.. til du blir pensjonist liksom». Friåret vil hun bruke til å reise, oppleve nye ting og jobbe. De tre andre jentene har ingen sterk formening om hva de ønsker å bli eller jobbe med. Maya kommenterer

bare at hun ønsker å jobbe med noe morsomt, ikke sitte på et kontor hele dagen. Samtidig forteller hun at hun har vært inne på tanken på å bli advokat hun også, fordi det høres spennende ut. Men det innebærer mye lesing og skriving, noe hun egentlig ikke er så glad i. Hun tror hun får et større innblikk i hva hun vil bli når hun blir eldre. Celine og Line har ingen tanker eller formening om hva de ønsker å jobbe med når de blir eldre, men de ser for seg å studere etter hvert.

5.3 Fritid

Jentenes fritid preges i stor grad av trening eller andre organiserte fritidsaktiviteter, sosiale medier og å være med venner. I tillegg kommer skolearbeid, som vi allerede har vært inne på. Det virker ikke som at jentene bruker mye tid sammen i hverdagen utenom på skolen. I hverdagen er de sammen på skolen og kanskje trening, men ellers foregår det meste av kommunikasjon på sosiale medier. I helgene derimot er de mer sammen og finner på ting.

5.3.1 Trening og organisert fritid

Alle jentene forteller at de trener hver uke. Celine og Maya deltar i organiserte aktiviteter. Celine går på fotball og tar sangtimer, mens Maya går på fotball og svømming. Celine forklarer at på denne tiden av året er det pause i fotballen, så da trener hun på treningsstudio. Hvor mye varierer fra uke til uke. Det kan være alt i fra en til tre ganger i uka nå som det ikke er fotball, avhengig av hva hun orker og har tid til. På spørsmål om hun føler at hun må trene svarer hun «jo, men det er ikke alltid jeg orker. Men jeg tenker på det liksom». Hun viser i svarene sine at trening er viktig for henne, og at hun kan få dårlig samvittighet når hun ikke får trent, hun føler det er viktig å holde seg i form. I tillegg til å trene tar hun sangtimer flere ganger i uka.

Line bruker også en god del av fritiden sin på trening. Hun gikk på fotball i sju år, men sluttet i år. Nå trener hun på egenhånd, på treningsstudio. Her bruker hun ca sju til åtte timer hver uke, fordelt på fire dager. Hun forklarer at hun trener for å holde seg i form, for å kunne løpe og gjøre vanskelige øvelser uten å bli altfor sliten. Sofie forteller at hun trener ganske regelmessig. Alt fra to til fire ganger i uka på treningsstudio, samt joggeturer ute. På spørsmål om hvorfor hun trener svarer hun:

Jeg har faktisk tenkt på at hvis vi skal ha styrke i gymmen, så trener jeg kanskje ekstra på det den uka, fordi jeg vil liksom ikke henge bakpå, så jeg har faktisk tenkt mye på at 50% av grunnen til at jeg trener er jo faktisk at jeg ikke vil at folk skal tenke på meg som usporty.

Ved siden av trening på treningsstudio rir Sofie to til tre ganger i uka. Dette tar totalt fire timer hver gang, en time kjøring hver vei pluss to timer ridning. Hun forteller også at hun jobber som barnevakt, som regel to ganger i uka, av og til tre. Det kan være alt fra en og en halv time til fem timer. Hun er den eneste av jentene som forteller at hun jobber ved siden av skole og andre fritidsaktiviteter.

Maya trener også mye. Hun trener svømming fire til fem ganger i uka, og hver økt er på to og en halv til tre timer. I tillegg trener hun fotball, men nå er det pause der. Hun verken orker eller synes det er nødvendig å trene noe på egenhånd ved siden av det organiserte. Tidligere trente hun svømming hver dag. Hun sier «jeg tror det er foreldrene mine som vil jeg skal fortsette med svømming, eller jeg vil jo fortsette, bare ikke så mye som jeg gjør nå». Hun forklarer at hun har trappet ned i år, og begynt på fotball igjen for å få mer kontakt med vennene sine.

Her ser vi en tydelig forskjell i forhold til hvor motivasjonen til treningen ligger hos jentene. Celine og Line sin grunn til å trene virker å være indremotivert ved at de vil holde seg i form, og være utholdende. Sofie viser at hun er ganske ytremotivert. Hun har jo tidligere beskrevet seg selv som perfeksjonist, og dette kommer også godt frem her. Som i alle andre fag vil hun heller ikke i gym være noe dårligere enn de andre. Maya viser at hun liker å trene, og er nok indremotivert, men samtidig viser hun at hun er noe ytremotivert i forhold til svømmingen, og holder på med dette mye for foreldrenes skyld.

5.3.2 Fest og alkohol

Når vi snakker med jentene om alkohol er de veldig samstemte. De går på fester som er organisert, gjerne halloween-fest, «get together- fester» eller bursdager. Her drikkes det ikke

alkohol. Celine beskriver hvorfor hun ikke drikker alkohol slik «Fordi jeg føler ikke at jeg må, eller i min vennegjeng er det ingen som tenker på å gjøre det. Det er liksom ikke et tema». Dette beskriver godt det alle jentene svarer på spørsmål om alkohol. De er også samstemte i at andre jenter på deres alder drikker alkohol. Noen på deres skole, men det er veldig mye mer på en annen ungdomsskole i byen, forklarer flere av jentene. Line sier dette «På en annen skole her er det litt krise egentlig. Det er ikke slik at absolutt alle drikker, men de som drikker, drikker veldig hardt». Videre forklarer hun at det har vært noen episoder nå hvor noen har blitt sendt på sykehuset på grunn av for mye alkohol. Når hun sammenligner jentene på sin skole med denne skolen, beskriver hun seg og sine medelever som veldig rolige.

5.3.3 Sosiale medier

Spørsmålene knyttet til sosiale medier innledet vi med å fortelle at ungdommer på deres alder bruker i gjennomsnitt tre og en halv time foran skjermen i løpet av en dag. Dette kunne alle jentene kjenne seg igjen i, og de tror de ligger på rundt det samme selv. Sofie syntes dette hørtes lavt ut, da hun vet at flere av hennes venninner kan ligge på seks til sju timer daglig, hun trodde egentlig at hun hadde et lavt gjennomsnitt.

Instagram, Snapchat, Facebook og Tiktok er de sosiale mediene som brukes av jentene. Alle er enige i at Facebook brukes minst. Maya bruker Facebook til å følge med på beskjeder som kommer fra svømmegruppa, mens Line og Sofie har Facebook for å følge med på familie. Sofie forklarer, «Mamma elsker jo Facebook, og vi har en sånn egen slektsgruppe og sånn, så jeg må liksom bare være der for å holde meg oppdatert der.. men jeg kan fint klare meg uten Facebook». Det virker som Facebook er utdatert blant ungdommen, og noe foreldregenerasjonen bruker mest. Instagram og Snapchat er derimot de sosiale mediene jentene sverger til. Instagram bruker de til å holde seg oppdatert på «hva verden gjør» beskriver Maya. Hun legger til at hun veldig sjeldent deler bilder selv, og at hun ikke har så mange følgere, og heller ikke bryr seg noe særlig om det. Selv om hun ikke er opptatt av følgere selv, tror hun at mange andre er det. Hun tenker at mange føler seg populære og godt likt hvis de har mange følgere på sosiale medier. Celine, Line og Sofie deler som Maya sjeldent bilder på Instagram. Det virker å være en enighet i at de bruker Instagram til å holde seg oppdatert og se hva som skjer, både her i byen og ellers i verden. Celine viser at hun er reflektert når det kommer til antall følgere. Hun har lukket bruker fordi hun ikke vil at eldre

menn, for eksempel, skal kunne se bildene sine. Her viser hun at det er viktigere for henne å ha kontroll på hvem som ser hva hun legger ut, enn å ha et høyt følgertall. Sofie er opptatt av klær og mote, og brukes Instagram til å holde seg oppdatert på den fronten, og å få inspirasjon.

Vi spurte alle jentene om de er opptatt av hvordan profilen deres på blant annet Instagram ser ut. Celine, Maya og Line tenker ikke noe særlig over det, ettersom de sjeldent legger ut bilder. Celine forteller at hun har hørt mange andre si «jeg må sjekke i forhold til hvordan det ser ut hvis jeg legger ut det bildet i forhold til de andre bildene jeg har lagt ut liksom, men jeg tenker ikke over det en gang jeg». Sofie kan falle inn under kommentaren til Celine, hun trekker inn at hun er perfeksjonist også her, «Jeg vil ikke ha rødt her og blått der. Jeg er litt opptatt av at fargene som er på profilen min skal passe sammen». Hun er også den eneste som gir uttrykk for at kommentarer er viktig. Selv om hun selv ikke er bekymret for om hun får mange kommentarer eller ikke, tenker hun over at det er rart at de som bare får ti kommentarer på et bilde tør å legge det ut. Hun innrømmer at hun nok tenker at de som har få kommentarer på bildene sine ikke er så populære. Personlig er ikke Maya opptatt av å få likes, men er enig med Sofie i at på deres skole kan man si at det å ha mange følgere og likes på bilder samsvarer med popularitet. Celine er litt opptatt av likes, og forteller at hun kan bli glad når noen liker bildet hennes, fordi det viser at de synes det er fint. Hun tenker over antall likes og bryr seg litt dersom hun har mye mindre enn venninnene sine. Hun deler også Sofie og Maya sitt syn på likes og popularitet. Line derimot deler ikke dette synet, hun svarer «nei, nei, nei» på spørsmål om likes kan definere om du er populær eller ikke. Her tenker vi at Line tar utgangspunkt i seg selv og hva hun tenker om likes, og ikke nødvendigvis hva som er den allmenne oppfatningen på skolen.

Snapchat er det mediet jentene bruker til å kommunisere med andre. Her handler det om å sende bilder og å chatte. Sofie er gjennom hele intervjuet den som deler og utdyper mest. Hun forklarer tre begreper som brukes om Snapchat blant ungdommer. Å streake betyr at man «snapper» med en person over flere dager, uten opphold. Det er ikke lenger så viktig å ha høyest mulig streak med noen, det var viktigere i åttende klasse. Begrepet hun er mer opptatt av nå er «reade». Hvis man sender et bilde til en person og den åpner bildet uten å svare, da er man «readet», og det er flaut å sende en ny snap til denne personen. Hvis man opplever dette

kan man sende en streak, som i denne sammenhengen betyr å sende en snap til «alle» på vennelista si, og på den måten begynne samtalen igjen. Tørrsnappe er å bare sende snapper fram og tilbake jevnt for å holde kontakten. Dette kan være helt «randome» snapper, man sender bare for å sende.

Alle jentene er avhengig av mobilen sin og sosiale medier. De tilbringer mye av tiden sin på å «scrolle»/bla nedover på Instagram og å snappe med venner. Sofie forteller noe vi finner veldig interessant,

Jeg er egentlig veldig imot sosiale medier, og jeg skulle egentlig ønske at det ikke fantes og at jeg levde i en annen tidsalder, for jeg merker at jeg istedenfor å gjøre ting jeg synes er gøy da, som å lese og skrive og sånn.. så sitter jeg bare på mobilen min. Jeg er skikkelig avhengig, jeg klarer meg ikke en dag uten mobilen min.

Her beskriver hun mobilen og sosiale medier som en tidstyv, som hun ikke klarer å legge fra seg selv om hun egentlig heller vil gjøre andre ting.

Vennskap til andre enn de som går på deres egen skole begynner helst på sosiale medier nå om dagen. Særlig kontakt med gutter som man ikke kjenner fra før starter her. Sofie sier «Det er ikke slik at du går bort til en gutt og bare sånn «Hei, skal vi være venner», du må liksom starte på sosiale medier, så tar det lang tid før man begynner å møtes». Celine deler også denne oppfatningen og sier at kontakten med gutter helst foregår på Snapchat. «Man kan snappe masse med en gutt, men så tør man på en måte ikke å snakke med han hvis man ser han, hvis du skjønner» sier hun. De to andre jentene var litt mer sjenerte og fortalte ikke noe om hvordan de snakket med gutter, kanskje er de ikke så opptatt av det heller.

Vi spurte også jentene om de følger noen bloggere eller store Instagramprofiler, såkalte influencere, og hva de tenker om disse profilene. Det er stor enighet blant jentene om at veldig mange bloggere i dag tjener penger på «dumme» ting. De synes det er synd at noen har

mange tusen følgere og kan tjene mye penger på å fortelle om hvor mange de har hatt sex med og å legge ut bikinibilder av seg selv. Maya beskriver det slik:

Nei, jeg liker ikke å lese blogger. Jeg synes det er bortkastet tid å lese hva andre gjør sju dager i uka og vil heller fokusere på meg selv, enn hva andre norske bloggere gjør med å spise ute på restaurant og sminke seg og sånt.

Celine er heller ikke så fan av bloggere, men innrømmer at hun av og til ser på Sophie Elise sin blogg, ikke fordi hun liker det hun legger ut, men bare for å se. Hun er på en måte nysgjerrig, selv om hun synes det er teit. Med så mye fokus som det har vært på Sophie Elise er det ikke så rart om nysgjerrigheten overtar, tenker vi. Line velger å ikke følge norske bloggere som hun synes legger ut mye dumt. Men hun følger treningsbloggen til Funkygine, fordi hun synes hun legger ut mye fornuftig. Hun er et godt forbilde, mener hun. Sofie deler de andre jentenes oppfatning om mange norske bloggere og influencere, men liker å lese blogger som inspirerer og har godt innhold. Bloggere som har fine bilder og fin tekst, og som bruker masse tid på innleggene sine synes hun det er verdt å bruke tid på. Hun er veldig opptatt av klær og mote og følger med på bloggere og profiler som kan gi inspirasjon.

Som nevnt er det stor enighet i at mange bloggere tjener penger på ufornuftige ting. Men det er som vi ser litt variasjon i om de leser noen typer blogger eller ikke. Bloggeres påvirkningskraft er også interessant, mer om dette i neste delkapittel.

5.4 Stress og press i forbindelse med skole, fritid og sosiale medier

Når vi innledet temaet stress og press i intervjuene, presenterte vi forskning fra NOVA sin rapport om stress og press blant ungdom (Eriksen et al, 2017). Denne rapporten forteller oss at skole og utdanning, fritid og trening, og sosiale medier er arenaer hvor stress og press skapes blant unge. Vi vil nå se på hva jentene tenker og føler om stress og press knyttet til disse arenaene.

Som nevnt i delkapittelet om skole, er jentene opptatt av karakterer, og det er noe variasjon i hvor høye karakterer jentene forventer. Maya og Sofie forteller at de vil gjøre foreldrene sine stolte, og derfor vil ha gode karakterer. Samtidig er de opptatt av at foreldrene verken har for høye forventninger, eller legger for stort press på dem. Maya forteller at hun har en veldig smart søster, som får gode karakterer, men moren hennes sier hun elsker henne like mye uansett hvilke karakterer hun får, så lenge hun gjør så godt hun kan. Det at Maya vil gjøre foreldrene stolte med å få gode karakterer viser at hun kanskje føler at det er viktigere for foreldrene enn det de gir uttrykk for. Sofie har tidligere forklart at hun kan bruke mye tid på mattelekser sammen med faren sin. Når vi snakker om stress og press kommer det fram at hun egentlig ikke er så glad i matte selv, men foreldrene kan komme med kommentarer som «Nå må du jobbe slik at du blir enda bedre i matte». I de fleste fag har hun selv en forventning om femmer eller sekser, mens i matte hadde hun egentlig vært fornøyd med en firer, fordi hun synes det er det vanskeligste faget. Hun sier «...da får jeg den femmeren for dem på en måte, men jeg vil ikke si det til de heller, for jeg vet at de kommer til å bli skikkelig lei seg. For de vil ikke skape press hos meg». Her viser hun at hun er veldig opptatt av å gjøre foreldrene sine fornøyd, og at hun nok tenker at foreldrene ønsker at hun skal ha god karakter i matte, selv om de ikke uttrykker det direkte. Vi kan si at hun legger mye av presset på seg selv, for å gjøre andre fornøyd.

Celine og Maya forteller om gutter som slenger stygge kommentarer på skolen. Dette bidrar både til mistrivsel, utseendepress og prestasjonspress. Kommentarene kan handle om at de er dumme som ikke skjønner hva læreren forklarer, eller at de har stygge sko, er tjukke eller lignende. Slike kommentarer fikk store konsekvenser for Celine. Hun forteller at hun for et år siden sluttet å spise, og måtte dra på helsestasjonen for å få hjelp. Nå er hun, heldigvis, forbi dette og har det fint. Dette forteller oss hvor stor makt sårende ord og mennesker rundt oss kan ha. Maya kunne ønske de kunne jobbet med selvbildet på skolen, og at læreren kunne hatt en holdning som utstrålte at «Det er greit om du ikke får til det mattestykket, eller det er greit hvis du ikke skjønner det ordet og sånn, istedenfor å bli oppgitt over at du ikke klarer det». Hun forteller videre at hun opplever at læreren blir oppgitt når hun ikke får til en matteoppgave, og det gjør at hun ikke alltid har lyst til å spørre om hjelp. Line og Celine kjenner seg også igjen i det Maya forteller her.

Når Line snakket om stress og press i forhold til skole, fortalte hun at hun alltid vil «høyere opp». Hun synes det er motiverende å sette seg nye og høyere mål, og jobbe mot enda bedre karakterer. Hun føler ikke press fra andre når det kommer til skolearbeid. Det hun derimot sa var at skolen blir stressende når lærerne legger tre framlegg på en uke, hun beskrev det slik «Det er nesten helt umulig å få lagd tre 6'er framlegg som er perfekte og som man skal kunne utenat i tillegg. Så det ja, det kan bli veldig vanskelig». Hun beskriver at skolen er stressende i perioder.

Vi ser at disse jentene ikke føler på unormalt mye stress og press når det kommer til skole. Det vi merker gjennom intervjuene er at opplevelsen av særlig stress handler om «totalpakka», hverdagen med både skole, lekser, trening og sosiale medier. Dette oppsummerer Maya slik «hvis jeg for eksempel har hatt fem treninger den uka her da, også må jeg gjøre lekser og jobbe med prøver, så må jeg på besøk og være med familie, og så venner.. og ja, da blir det veldig slitsom». Hun sier videre at hun ikke vil skuffe vennene sine og avlyse planer med dem, fordi hun endelig i år, ettersom hun har trappet ned svømmingen, har mer tid og har fått bedre kontakt med de igjen. «Det er på en måte alt sammen, at jeg skal få med meg alt som gjør at jeg blir litt stressa og sliten i perioder», forteller hun. Det at man skal rekke så mye i løpet av en dag, eller en uke, kan føles som tidspress. Celine forteller at det kan være stress å rekke skolen, å huske gymbagen, og så komme seg på sangtime til riktig tid. Dette er helt normalt stress, som alle opplever i hverdagen. Av og til kan det være litt mye og stressende for dem, med skole, lekser, prøver og innleveringer i tillegg til det sosiale liv. Opplevelsen av stress går i perioder, og er ikke noe som vedvarer over lang tid.

Når jentene snakker om press knytter de det opp mot kropp og utseende, men det interessante vi fant var at tre av jentene ikke føler et spesielt kroppspress. Line forteller at det er mange som trener mye, og at de sikkert gjør det for å få fine kropper. I deres vennegjeng er det ikke sånn at man ser ned på hverandre hvis man ikke trener mye. Hun føler det har vært stort fokus på at det ikke finnes en idealkropp i sosiale medier den siste tiden, noe hun ser på som positivt. For henne handler det mer om å være sunn, ikke for overvektig, men heller ikke for undervektig. Sofie forteller at det er særlig én i vennegjengen hennes som snakker veldig mye om kropp, og som synes alle andre ser bedre ut enn henne. I resten av gjengen synes hun det er lite kroppsfokus, og sier «Jeg bryr meg ikke om hva folk tenker om utseendet mitt, for der

er jeg ganske trygg selv». Maya forteller dette om venninnegjengen, «vennekretsen vår bryr seg ikke så veldig mye om kropp, men det kan jo hende at noen av vennene mine klager på at «ååh, jeg er så tjukk» for eksempel, selv om man ser at den personen helt klart ikke er tjukk, så liksom, utseende tror jeg er veldig viktig for noen.». Celine forteller også at det hender seg at venninner sier at «de har blitt så tjukke i det siste», og at hun da tenker «det har du jo ikke, du er fortsatt mye tynnere enn meg». Dette gjør at hun sammenligner seg med andre, og føler at hun ikke er bra nok. Hun forteller også at det er mange som trener fordi de vil se bedre ut og få fine kropper, og at det er et stort fokus på kropp blant jentene på 10. trinn. Hun innrømmer at hun føler press når det kommer til kropp og utseende, noe som henger tett sammen med at hun måtte søke hjelp fordi hun sluttet å spise for et år siden. Celine skiller seg med dette ut i forhold til de andre jentene, når det gjelder opplevelse av kroppspres.

Alle de fire jentene nevner at det finnes en «populær» gjeng på skolen. Og det er jentene i denne gjengen særlig Maya og Celine sikter til når de snakker om hvem som er mest opptatt av utseende og kropp. De populære jentene har også kul stil, og blir sett opp til av mange. Celine forklarer, «Fordi de i den kule gjengen ser ganske like ut, for alle har sånne og sånne klær og smykker og er litt sånn kule da. Mens hvis man skal gå i noe annet så er man ikke kul». Hun forteller videre at hun opplever at folk kan være ganske dømmende når det kommer til klesstil, det kan være sårende med blikk fra andre hvis man har litt annerledes stil, dette bidrar til å skape press. Sofie fortalte tidlig i intervjuet at hun er opptatt av klær og mote. Hun forteller at hun har en bestevenninne som alltid går fint kledd, så særlig når hun skal være med henne er hun opptatt av å kle seg fint, «Da tar jeg på øredobber, en fin kåpe og veske og sånt. Da må jeg også se bra ut på en måte». Hun forteller at hun nok på en måte føler litt ubevisst press når det kommer til klesstil. Sofie føler som nevnt ikke på kroppspres, men innrømmer at hun kan jobbe hardt for å gjøre et godt inntrykk på nye folk. Dette kan føles som et press på å alltid framstille seg selv på en god måte. Hun er veldig reflektert når hun snakker om dette, og forklarer at det er henne selv som skaper dette presset. Hun tror ikke at andre forventer at hun alltid skal se bra ut. Både Celine, Sofie og Maya snakker om å gå med joggebukse på skolen, det er helt tydelig at det ikke er populært. Maya sier det slik «Hvis jeg kommer på skolen i joggebukse, uten sminke og med stygt hår, så tror jeg mange tenker sånn, oi, har hun ikke gjort noe mer innsats i hva hun har på seg i dag og sånn». Det er helt tydelig at det på denne skolen er et visst fokus på klesstil.

Sosiale medier framstilles gjerne som en stor «syndebukk» i unge jenters opplevelse av utseende- og kroppspress. Også her skiller Celine seg ut i sine svar, hun er den eneste av jentene som sier at hun kan bli negativt påvirket av det hun ser på sosiale medier:

«Man ser jo at mange på Instagram har fillers i leppene sine, og det er mange som sier at det bare er store lepper som er fint. Også jeg har ganske små lepper, så da tenker jeg sånn, okei er ikke jeg bra nok da på en måte, og det gjør jo at jeg føler litt press på at jeg skulle hatt større lepper»,

Maya har en annen oppfatning av slike fillers «jeg tror ikke det er så mange som vil ha sånn gigasvær rumpe, eller sånne store lepper som de bloggerne har, det er mange her som ikke synes det er noe fint, og som synes det er finere med naturlig», hun og hennes venninner synes det er teit og dumt å holde på med slikt, særlig når de som gjør det var pene fra før. Sofie snakker om at man har et ansvar selv når det kommer til hvem man følger og hva man ser på sosiale medier. Hvis noen bidrar til at du føler press i forhold til noe bør du slutte å følge den personen, «Det handler om hvordan du bruker sosiale medier, du kan ikke alltid skyld på andre, du må liksom gå i deg selv og se, kan jeg gjøre noe for å jobbe imot press?» sier hun. Hun trekker også fram positive sider ved sosiale medier. De kan bidra til å øke selvfølelsen, «For eksempel hvis man er usikker på seg selv for noe kan man finne mange på Instagram som har det samme, noe som gjør at man ikke trenger å føle seg alene om ting».

Det er ikke nødvendigvis de store bloggerne/influencerne som skaper press i sosiale medier. Jentene vi snakket med var mest opptatt av at de sammenligner seg selv med hverandre. Hvis en venninne legger ut et fint bilde og får mange likes, kan man føle at man selv også må legge ut noe fint snart. Mange legger ut bilder av at de har vært på bursdager, eller andre ting med mange til stede. Da kan det være sårende å se bilder og skjønne at man ikke har blitt invitert selv. «Dette kan gjøre at man føler seg utenfor, og føler et press på at man må bli litt mer som dem», forteller Line.

Celine er den som skiller seg mest ut, og føler på mest press, men bortsett fra det virker det ikke som disse jentene føler på unormalt mye stress og press i hverdagen sin. Det som da er

interessant er at jentene er enige i at det er et stort press på dagens ungdom, når vi spør dem om det. Dette kan kanskje forklares med dette utfyllende sitatet fra Sofie,

«Ehm, jeg tror egentlig det alltid har vært press i ungdomsgenerasjonen, gjennom tidene, men jeg tror at det i dagens samfunn blir snakket mer om, og at det er nesten sånn at du burde føle på press. Om du er fornøyd med kroppen din, så er det noe rart med deg, jeg føler nesten at det er litt sånn. Og jeg føler faktisk at det er dumt at bloggere og sånn bruker mye tid til å snakke om angst og sånt på sine profiler, for jeg husker en gang når jeg var litt sånn lei meg også tenkte jeg sånn, oi, er jeg deprimert nå? Og det var det jo ingenting. Så det at bloggere og sånt snakker så mye om operasjoner de har gjort og angst og sånt gjør noe med dagens ungdom ... Jeg tror nesten det blir mer press av å snakke så mye om det»

6 Presentasjon av funn: Jentene på skole B

I dette kapittelet vil vi legge fram våre funn fra intervjuene med bygde-jentene på skole B. Vi vil følge samme struktur som i kapittel fem, presentasjon av funn: jentene på skole A.

6.1 Kort presentasjon av jentene

Ida: 15 år. Har bodd i bygda hele livet sitt. Begge foreldrene hennes jobber som lærere. Ida har lyst til å flytte ut fra bygda, men utelukker ikke at hun kanskje flytter tilbake når hun blir eldre. Hun er ganske klar på at hun ikke kommer til å flytte tilbake med det første.

Karoline: 15 år. Har bodd i bygda hele livet. Pappa jobber som entreprenør og er daglig leder i et anleggssfirma. Mamma er kvalitetssjef i matfirma. Karoline vet ikke om hun kommer til å bli boende i bygda, eller om hun kommer til flytte på seg. Hun synes det er litt tidlig å si enda.

Sara: 15 år. Flyttet fra byen til bygda da hun var fire år. Pappa jobber i dagligvarebutikk og mamma jobber i barnehage. Hun tror ikke at hun kommer til å bli boende i bygda, og sier at hun må prøve å bo andre steder. Hun utelukker ikke at hun kan flytte til et sted som ligner, men tror ikke at dette blir hjembygda.

Anna: 15 år. Har bodd i bygda hele livet. Begge foreldre jobber som bygg-ingeniører. Anna er usikker på om hun kommer til å bli boende i bygda, eller om hun kommer til å flytte på seg.

6.2 Skole

I dette delkapittelet vil vi ta for oss det jentene hadde å fortelle om skolen. Vi deler inn i trivsel og motivasjon, karakterer, og valg av videregående og utdanning.

6.2.1 Trivsel og motivasjon

Det er generelt bred enighet mellom jentene om at de trives på skolen. Karoline nøler litt mer enn de tre andre, «Nja, det er litt, når vi er så få i klassen så blir det etter hvert litt få folk». For Sara sin del, er en stor del av gleden ved å gå på skole å få møte vennene sine og være sosial. Anna synes miljøet på skolen er godt, og sier at mobbing nesten er ikke-eksisterende, fordi de er så få, «Ingen blir mobba for vi er bare for få til at det kan skje. Ja, det er bare for få folk til at noen kan være upopulære». Jentene er enige i at det er lite mobbing, og de virker enige om at de lille miljøet har en stor del av æren for det. Samtidig kommer det frem i flere av

intervjuene at mange av vennene deres har byttet ungdomsskole, fordi de synes at det er for lite miljø i bygda. Vennene har da valgt å pendle med buss frem og tilbake til nærmeste tettsted for å komme i et større miljø. Karoline er ganske klar på at dette ikke skyldes at de er lei vennene i bygda, «Det er ikke sånn at de er lei folka som er her, men de er lei mangelen på folk».

Når det gjelder motivasjonen for å gå på skolen, så er den litt delt blant jentene. Samtlige sier i intervjuene at motivasjonen i hovedsak skyldes karakterer og et ønske om å gjøre det bra. Ida synes motivasjonen er ganske bra, «Jeg synes det er gøy å jobbe med skole, innimellom i hvert fall». For de tre andre jentene, synes motivasjonen å være litt mer delt for skolearbeidet. For Sara sitt vedkommende ligger mye av motivasjonen i å møte venner, «Det er nok litt av begge deler, men jeg er mest motivert, for jeg vil jo...være rundt disse folkene da». Hun synes samtidig at det er viktig å få gode karakterer og sier at hun ofte gjør mer enn hun må fordi hun vil gjøre det best mulig på skolen. Anna beskriver motivasjonen sin som helt grei, «Den er ikke topp liksom, men jeg er motivert, så det er ikke sånn....det er ikke sånn veldig ille å gå på skolen eller...ja».

I intervjuene kom det også frem at skolen de går på er en leksefri skole. De begynner gjerne med et prosjekt på skolen, og det de ikke rekker å bli ferdige med, må gjøres hjemme. Dermed er det litt variasjoner i hvor mye tid de bruker på skolearbeid hjemme. Sara anslår at hun bruker rundt to timer i uken på skolearbeid hjemme, mens Anna på sin side mener at hun bruker rundt en time hver dag. Karoline sier at hun ikke bruker noe særlig tid på skolearbeid hjemme, «som regel bare hvis det er prøver». Her tenker vi at Karoline kanskje er mer effektiv på skolen, slik at hun slipper å bruke tid hjemme. Anna som bruker rundt en time om dagen på skolearbeid, er kanskje ikke like effektiv som Karoline, og må av den grunn gjøre mer hjemme.

Jentene virker å være enige i at arbeidsmengden ikke er overveldende, og de sier ganske samstemt at de har en til to prøver i måneden, og at det ellers stort sett er innleveringer som tar tid. Sara trekker frem at innleveringene ofte kommer på samme tid, og at det av den grunn kan være ganske hektisk i perioder. Hun beskriver dette slik, «Det har vært veldig mange

perioder av gangen, hvor det har kommet veldig mye på en gang, også er det veldig lange perioder hvor det ikke er noen ting». Sara synes også at det med leksefri skole har sklidd ut litt. Ingen av de resterende jentene nevner dette i sine intervjuer.

6.2.2 Karakterer

Å få gode karakterer er noe alle jentene setter høyt i de aller fleste fag. De er reflekterte i forhold til karakterforventninger, og viser i sine uttalelser at de kobler forventninger opp imot innsats. Om de ikke har forberedt seg godt, så forventer de heller ingen god karakter. Det er særlig når de føler at de har lagt inn en innsats og forberedt seg godt, at de lavere karakterene svir litt ekstra.

I fag der jentene ikke anser seg selv som flinke, nevnes karakter fire som akseptabelt og noe de ville vært fornøyde med. Dette gjelder kun enkelte fag, og i de aller fleste fag sikter jentene opp mot femmere og seksere. Sara og Anna er enige i at karakteren fire kunne vært akseptabel i de fagene de liker minst og jobber minst med, men de sier at de fortsatt ville lurt på hva de kunne ha gjort bedre. Sara sier det slik, «Jeg hadde nok lurt på hva det var jeg gjorde feil og om jeg kunne gjort noe bedre, fordi jeg vet at jeg kan bedre enn fire». Anna støtter Sara på dette og sier at hun ville ha spurt læreren om hva hun kunne gjort bedre, dersom hun fikk en firer. Karoline har det på sin side litt annerledes med tyskfaget. Her ville hun ha vært fornøyd med en firer, men hun innrømmer også samtidig at hun ikke legger inn nok innsats i faget og øver nok. Om vi sammenligner svaret til Karoline, med svaret til Sara og Anna, så tenker vi at det virker som at Karoline slår seg mer til ro med karakteren, enn hva Sara og Anna hadde gjort. Dette tenker vi kan skyldes at Karoline rett og slett ikke legger så mye betydning i tyskfaget. Karakteren i fagene Sara og Anna snakker om, betyr kanskje mer for de enn hva karakteren i tysken betyr for Karoline. Av den grunn søker Sara og Anna etter forbedringer for å unngå fireren, mens Karoline på sin side aksepterer karakteren.

Ut ifra intervjuene ser det ut til at noe av motivasjonen for å få gode karakterer ligger i at de vil ha dørene åpne, med tanke på videregående. Ida sier at hun for det første synes at det er morsomt å få gode karakterer, «også er man liksom litt sikrere på at man kommer inn på videregående og sånt». Karoline deler denne oppfatningen og sier, «gode karakterer gjør at jeg har alle dører åpne på en måte».

6.2.3 Valg av videregående skole og utdanning

Alle jentene ser for seg å pendle til de videregående skolene de ønsker seg, og det er ingen som nevner at de har tenkt å flytte for å gå på videregående. Karoline sier at hun har tenkt til å gå studiespesialiserende eller idrettsfag, og at de tilbyr disse studieretningene ved nærmeste tettsted. For Karoline innebærer dette at hun må pendle rundt fem mil hver dag. Ida og Sara vil få enda lengre pendlervei, og vil søke seg til nærmeste by for å gå på videregående. De vil pendle litt i overkant av åtte mil hver dag. Ida ser for seg å søke musikklinjen, mens Sara tenker å søke på Kunst, Design og Arkitekturlinjen. Anna er den som får den lengste pendlervegen. Hun vil gå naturbruk med dyrekunnskap, og må pendle ti mil for å komme seg til og fra skolen hver dag. Anna legger til at hun har en bestemor som bor like ved den videregående skolen, og at hun av den grunn ser for seg å bo litt hos henne.

Høyere utdanning virker å være en selvfølge for alle jentene, men for Sara og Anna så er det å ta et fagbrev første skritt på veien. Sara sier at:

Jeg kan jo alltid ta påbygg og ta høyere utdanning, mens jeg kan ikke gå tilbake igjen til fagbrev i løpet av de årene på videregående. Også studiespesialiserende tar jo tre år, mens yrkesutdannede...da går du jo to år på skole og to år som læring. Tar jeg ett år påbygg har jeg gått fem år på videregående, og da har jeg utnyttet det jeg har krav på.

Sara er en jente som vet hva hun har krav på, og hun føler selv at hun burde utnytte dette maksimalt. Hun trekker også frem at et fagbrev for henne vil være noe trygt å falle tilbake på. Hun sier at, «tre år med studiespesialiserende er en veldig rett vei å gå», men peker samtidig på at man ved studiespesialiserende ikke har noe annet på papiret enn at man har fullført videregående. Hun ser for seg å kanskje jobbe i noen år etter at hun har tatt fagbrev og påbygg, før hun går videre på å ta høyere utdanning. Hun har vært veldig sikker på at hun vil bli arkitekt lenge, men har blitt litt mer usikker på hva hun egentlig vil utdanne seg som. Dette er også en av grunnene til at hun velger å ta fagbrev.

Anna tenker også å velge en yrkesrettet utdanning. Hun nevner ikke noen spesifikke grunner til at hun vil det, men sier at hun har hatt utdanningsvalg på skolen og at hun har sett seg ut naturbruk med dyrekunnskap som den riktige veien å gå for henne. Anna tenker også etter hvert å ta høyere utdanning, og sier at hun drømmer om å bli veterinær.

Karoline og Ida nevner ikke yrkesfag som aktuelle alternativer når de skal søke videregående. Karoline er ambisiøs og har lyst til å bli lege eller fysioterapeut. Av den grunn tenker hun å søke seg inn på studiespesialiserende eller idrettslinje. Ida har tenkt å søke seg inn på musikklinjen, og er litt usikker på hva veien videre bringer, «Jeg har ikke tenkt så mye på hva jeg vil bli enda, men jeg har lyst til å bli lærer eller noe sånt, men jeg vet ikke helt hva jeg skal gjøre fram til det». Ut ifra det Ida sier, så kan det se ut som at hun har tenkt å jobbe som lærer på en eller annen måte, men at hun er usikker på hvilken lærerutdanning og fag hun har lyst til å ta.

6.3 Fritid

Etter at vi var ferdige med å snakke om videregående og utdanning, var vi interesserte i å høre hva jentene fylte fritiden sin med. Vi deler inn i trening og organisert fritid, fest og alkohol og sosiale medier.

6.3.1 Trening og organisert fritid

Alle jentene forteller at de er med på organiserte fritidsaktiviteter. Det er variasjoner i forhold til hvor hyppig de er med på aktivitetene, og i forhold til hvor mye tid de bruker på dem. Ida forteller at hun trener turn en gang i uken, og at hun prøver å trene styrke hjemme to ganger i uken. Hun er også med på teater, dette går i perioder, og da hun er aktiv her er det teaterøvinger hver dag.

Anna er ut ifra det hun forteller den som er mest aktiv. Hun spiller håndball og har tre treninger i løpet av uken. Håndball-laget hun spiller for holder ikke til i hjembygda, og hun reiser i underkant av femten mil i uken for å være med på disse treningene. I tillegg sier Anna at hun har hester og sauer, og at dette tar mye tid, «Det tar ganske mye tid....men når det er

skolegreier da så...da prioriterer jeg skolen...så jeg fôrer og sånn, men da blir det ikke så mye ridning og sånne ting da». Anna har ansvar for å hjelpe til med fôring av dyrene. Her er det også slik å forstå at hun liker å bruke tid på å ri, men at dette blir bortprioritert i mer hektiske perioder. Ingen av de andre jentene tar opp lignende plikter og ansvar som det Anna har, når de snakker om fritid.

Karoline og Sara sier at de trener Taekwondo to ganger i uken, og begge trener også litt styrke hjemme for å holde seg i form. Sara sier at det er stort spenn i alder på de som er med på taekwondotrening, «også er det veldig aldersblandet, det er alt fra sju til femti år, så jeg har jo...mhm...venner». Her tenker vi at den store variasjonen i alder kan skyldes at de er få mennesker, og at det på bakgrunn av dette, gjennomføres felles treninger for alle aldersgrupper. Hadde disse treningene vært gjennomført i by, hadde man nok sett langt flere grupperinger etter alder. Etter det vi kan lese ut ifra det Sara sier, omtaler hun de som deltar på Taekwondotreningen som sine venner. Med det store aldersspennet tatt i betraktning, er det naturlig å tenke at de hun omtaler som sine venner i dette tilfellet, nødvendigvis ikke er på hennes egen alder.

6.3.2 Fest og alkohol

Fest og alkohol var et annet tema vi var interesserte i å diskutere med jentene. De er alle ganske samstemte på at de går på fester, men forteller at det er forholdsvis sjeldent. Det kommer frem at det er et forholdsvis beskjedent alkoholinntak på disse festene. Karoline og Sara innrømmer at de har prøvd alkohol, men er begge klar på at det dreier seg om «noe sånt som en cider på hver». Sara trekker frem at hun tror grunnen til at festene forgår forholdsvis rolig, er fordi at alle kjenner alle: «Alle her er naboer, og hvis de hører hverandre, så vet de hvem det er og...sånt». Ut ifra det Sara sier, ser det ut til at det lille miljøet i bygda hjelper ungdommene til å oppføre seg ordentlig på fester. Slik vi forstår det på henne, dreier dette seg om at de vet at hendelser som skjer blir pratet om og at ryktene sprer seg raskt. Av den grunn er ikke ungdommene interesserte i å dumme seg ut og bli et samtaleemne i bygda.

Ida og Anna forteller også mye av det samme som Karoline og Sara forteller i forhold til festene, men ingen av disse innrømmer at de har prøvd å drikke alkohol. Dette spørsmålet

opplevdes nok litt ubehagelig for jentene, og det kan tenkes at svarene vi fikk her, kanskje ikke var helt ærlige. Vi er bevisste på at frykten for at lærerne eller foreldrene skulle få vite noe om dette, ble litt styrende for svaret de gav. Samtidig informerte vi i forkant av spørsmålet, om at ingen andre ville få vite noe av det som ble sagt i intervjuet. Vi finner det fortsatt naturlig å tenke at jentene var litt skeptiske, selv etter at vi hadde minnet de på taushetsplikten vi hadde som intervjuere.

6.3.3 Sosiale Medier

I alle intervjuene innledet vi temaet sosiale medier ved å presentere en statistikk på skjermtid blant ungdommer. Statistikken vi presenterte viste at gjennomsnittlig skjermtid for jenter i deres aldersgruppe var på tre og en halv time i døgnet. Jentene syntes dette hørt rimelig ut, og Ida og Anna kunne bekrefte at dette stemte ganske bra med skjermtiden de hadde fått oppgitt på sin iPhone. Sara er den eneste av jentene som tenker at hun har skjermtid som er under gjennomsnittet. Karoline forteller også at hun kan være under gjennomsnittet, og estimerer at hun kan være nede i to timer skjermtid, i hektiske uker. Hun forteller også at hun fort kan være opp i fem timer skjermtid, når hun har mindre å gjøre. Karoline kobler her skjermbruken opp imot hvor opptatt hun er. Har hun mye på agendaen, så minker skjermbruken. Ved mye ledig tid, skjer derimot det motsatte. Dette samsvarer bra med det de andre jentene forteller. Tendensen er at skjermbruken ofte øker på kveldene. Dette er en tid på døgnet hvor jentene ofte er slitne og kjeder seg, og det å ligge på sofaen og drive med mobilen blir da fort fristende.

På spørsmål om hvilke sosiale medier de bruker, kommer det frem at Snapchat og Instagram er populære blant alle fire. Facebook brukes også av flere av jentene, men de er ganske klare på at de kun bruker det for å følge med på familie og slekt. Snapchat blir løftet frem som et verktøy for å holde kontakt med venner, og de forteller at de sender bilder til hverandre, både med tekst, og uten - såkalt «tørrsnapping». «Tørrsnapping» er ifølge Sara at, «man sender bilder frem og tilbake uten noen tekst, uten noen poeng eller mening. Det er bare å sende frem og tilbake....For å få høyere snapscore og for å bli bedre». Vi spurte samtlige av jentene om «snapscore» og «snapstreak» var viktig for dem, men her kom det fram at dette ikke var viktig i det hele tatt. Slik vi forstod det dreide dette seg kun om å ha det moro, og at det generelt var knyttet lite prestisje i det å ha høy score eller streak.

Det ble også ganske klart gjennom intervjuene at Instagram var et populært sosialt medium blant jentene. Ida forteller at hun legger ut en del bilder på Instagram, og legger litt betydning i hvordan folk oppfatter henne gjennom profilen. Hun er tydelig på at likes ikke er viktig for henne, men hun innrømmer samtidig at hun er opptatt av hvordan profilen hennes på Instagram blir oppfattet av andre. Hvordan hun blir oppfattet på Snapchat er ikke like viktig for henne, for de hun snakker med der kjenner henne personlig. Det er særlig de som ikke kjenner henne hun tenker på, når hun snakker om at hun er opptatt av hvordan profilen blir oppfattet. Hun beskriver dette slik:

Hvis dem følger meg på Instagram også har de meg på Snapchat, så kjenner de meg jo gjerne, liksom i virkeligheten, og da vet de jo hvordan jeg er på en måte. Så er det jo mange av de som ikke er herfra som også følger meg på Instagram og sånt.

Ut ifra det Ida sier, virker det som at det ikke er så viktig for henne hvordan Instagram-profilen hennes ser ut for de som kjenner henne. Hun er trygg på at de som kjenner henne vet hvem hun er, og hun trenger av den grunn ikke gjøre inntrykk på disse personene gjennom Instagram. Hun nevner at en del av hennes følgere ikke er i fra bygda, og vi tenker da at dette dreier seg om personer som ikke kjenner henne så godt. Ut ifra det hun forteller, ser det ut til at det er disse personene hun vil gjøre inntrykk på gjennom Instagram-profilen, da de ikke kjenner henne eller vet hvordan hun egentlig er. Ida er uansett ganske tydelig på at hun ikke prøver å utgi seg for å være noe hun ikke er, gjennom Instagram-profilen.

Vi var også interesserte i å høre i hvilken grad jentene tenkte at bilder de blir presentert for på Instagram, påvirker dem på noen som helst måte. Her tok vi blant annet opp suksessfulle bloggere med veltrente kropp, fine hus, og dyre merkeklær som eksempler. Sara og Anna forteller at de ikke følger noen bloggere, og Sara forteller at hun er veldig lite oppdatert på bloggere og kjendiser. Hun sier at:

Alle sammen sier at jeg lever under en stein, for jeg vet ikke hvem disse folkene er. Jeg har ikke sånn TV-greie..så jeg får ikke sett på det som pleier å gå på TV da. Hvis

du nevner noen norske kjendiser, så tipper jeg at jeg ikke vet hvem de er. Så meg personlig....påvirker det nok ikke.

For det første, så forteller Sara at hun ikke har TV, og at dette er en av grunnene til at hun ikke er oppdatert på kjendiser og bloggere. For det andre, tror hun heller ikke bilder av kjendiser og bloggere påvirker henne. Anna deler mye av de samme oppfatningene som Sara, og forteller at hun ikke bryr seg eller tenker noe særlig på bloggere og kjendiser. Hun sier likevel at hun forstår at bilder og historier som bloggere og kjendiser skildrer fra eget liv, kan ha påvirkningskraft på andre jenter.

Ida forteller at hun følger noen bloggere, og sier at det blir for dumt å si at hun ikke blir påvirket av det hun ser i sosiale medier. Selv om hun erkjenner at hun blir påvirket av bloggere og bilder hun blir eksponert for i sosiale medier, er hun ganske fast bestemt på at det dreier seg om små påvirkninger, og at dette ikke foregår på et dypt plan. Karoline innrømmer også at hun følger noen bloggere, men tror ikke at dette påvirker henne på noen som helst måte. Samtidig trekker hun frem at det blir mer normalt å leve som bloggerne gjør, og at de blir flere og flere. Selv om Karoline anerkjenner at livstilen til bloggere blir mer og mer normal, så er hun i likhet med de andre jentene ganske reflektert i forhold til hva som er normalt og ikke. Jentene er ganske samstemte på at det «perfekte» livet som blir fremstilt av mange bloggere i sosiale medier, ikke representerer en normal virkelighet.

6.4 Stress og press i forbindelse med skole, fritid og sosiale medier

Jentene virker å være ganske samstemte når de kommenterer stress og press i forhold til skole. De synes ikke at de har veldig mye prøver, men forteller at de har en del innleveringer. Skolen virker ikke å utelukkende være en stressfaktor i seg selv, men skolen i kombinasjon med fritidsaktiviteter ser ut til å skape litt stress og tidspress blant jentene.

Ida nevner at det kan bli litt mye inn i mellom, og da vi ba henne om å utdype litt rundt det, forklarte hun, «med liksom lekser, å være med folk, og trening og alt sånt av fritidsaktiviteter og alle greier. Det kan være litt stressende». Hun forklarer videre at hun i perioder har

teaterøvinger hver dag, og at dette gjør at hun nesten ikke får tid til å gjøre lekser. Hun sier seg enig i at hun i disse periodene kjenner på et tidspress.

Anna snakker også om at hun i perioder opplever et tidspress, og forteller at hun blir stresset av det og at hun mister motivasjonen når det blir for mye- « nei....da...sånn akkurat da det er verst, så kan det hende jeg, jeg egentlig ikke, eller....får bare lyst til å droppe alt sammen». Anna trekker også frem at hun blir mest stresset av skolen, og sier at «skolen er nok litt mer....stressende enn det andre ja».

Sara forteller i likhet med Anna om at hun også kjenner på et tidspress. Hun forteller at hun spesielt har kjent på at hun ikke får tid til å hente seg helt inn.

«Fordi nå nylig, så ble jeg syk, sånn forkjølet, og i tillegg så hadde jeg masse aktiviteter. Måtte farte rundt overalt og gjøre alle de tingene og være med alle disse folkene, og jeg ble jo aldri helt frisk. Jeg er jo fortsatt ikke frisk som du kanskje hører....med det er nok fordi jeg aldri tar meg tid til å faktisk ro ned og slappe av og bli frisk».

Karoline forteller også om at hun kjenner på et tidspress. Hun trekker frem at man aldri blir helt ferdig og at det alltid kommer noe nytt å tenke på og bekymre seg over- «Det er jo stressende. Da gleder jeg meg til jeg liksom er ferdig med alt, men man er ikke ferdig med alt når man legger seg da uansett, for da, det er jo ikke så lenge til neste gang på en måte».

Anna og Sara trekker også frem foreldrene sine når de snakker om press i forhold til skole og utdanning. Begge foreldrene til Anna er ingeniører, og vi spurte henne om hun føler at foreldrenes utdanning legger litt press på at hun også må ta en utdanning som det er litt prestisje i. Hun kommenterer dette på følgende måte, «ja....kanskje litt. Men det virker jo som at de synes det er veldig viktig at jeg driver med noe jeg liker å drive med da».

Her kan det se ut til at Anna kjenner på litt press i forhold til å leve opp til sine foreldre i forhold til utdanning, men på den andre siden så virker det også som at hun er innforstått med at hun har støttende foreldre som vil at hun skal velge noe hun selv har lyst til å drive med.

Sara nevner også at hun kjenner på press fra foreldrene sine, men i motsetning til Anna så forteller Sara om at foreldrene delvis har valgt utdanningsløpet for henne. Hun forteller dette slik, «ja...altså.. det er jo arkitekt som har blitt lagt oppå meg..ehm...sånn ca hele livet. Ehh... og ingeniør litt». Vi ba Sara om å fortelle litt om hva hun tenkte om at foreldrene hadde lagt utdanningen oppå henne, og hva hun tenkte at dette gjorde med henne. Hun hadde følgende å si om dette:

«Det får meg til å ikke ville velge det. Fordi da føles det ut som om, selv om jeg faktisk vil det, så virker det ikke som om jeg velger det fordi jeg faktisk vil det, men fordi jeg velger det på grunn av dem, ikke sant?»

Her virker det som at Sara blir usikker på om hun skal velge arkitektutdannelse, og hun forklarer dette med at forslaget har kommet fra foreldrene. Ut ifra det hun forteller, tenker vi at hun synes det er viktig at hun selv får ta dette valget, uten at foreldrene skal blande seg inn. Når Sara i tillegg sier at arkitektutdannelsen har blitt «lagt oppå henne», kan det tenkes at det er mer snakk om press, enn et støttende forslag fra foreldrenes side.

Karoline kjenner ikke på press når det kommer til forventninger fra foreldrene. Hun forteller om et dynamisk forhold mellom foreldrenes forventninger og hennes egne. Hun sier at forventningene oppleves som motivasjon fremfor press. Hun forteller også noe interessant i forhold til presset som ligger på dagens ungdom til å prestere, og dette kobler hun opp imot foreldregenerasjonen. Hun sier:

«Og du kan ikke gå ned igjen, for hvis en generasjon har skikkelig dårlige karakterer, så går det jo bra for neste, men den etter der igjen får jo enda mer press på en måte.»

Det Karoline sier her, synes vi er interessant. Slik vi tolker det, snakker hun om at det på sett og vis er vanskelig for dagens ungdom å overgå foreldregenerasjonen. Mange foreldre har høy utdanning og gode jobber. Dette skaper et indirekte press på ungdommen når det kommer til å prestere i skole og utdanning. Det blir på et vis vanskelig å «toppe» foreldregenerasjonen, og det å prestere dårligere enn sine foreldre kan tenkes å oppleves som et nederlag for mange ungdommer. Hadde foreldrene hatt lavere utdanning, så ville mulighetene være større for å kunne overgå sine foreldre. Har foreldrene høy utdanning og gode jobber, så vil det på den andre siden være vanskeligere å overgå sine foreldre, og dette vil resultere i ett større press på ungdommen. Dette er ikke et fasitsvar, men dette er en litt mer utfyllende tolkning av det vi tenker Karoline peker på i sin fortelling.

Ida forteller i likhet med Karoline at hun kjenner på lite press i forhold til forventninger fra foreldrene. Hun sier at hun ikke føler at hun må få bra karakterer for at foreldrene skal være fornøyd. Hun føler at så lenge hun gjør sitt beste, så er dette godt nok for foreldrene. Hun legger til at foreldrene selvfølgelig blir stolte om hun får gode karakterer, men at hun ikke kjenner på at dette er et krav.

Som tidligere nevnt er fritidsaktiviteter i kombinasjon med skole, en viktig del av jentenes opplevde tidspress. Om vi ser på fritid, uten å kombinere den med skole, så nevnes press i mindre grad av jentene. Karoline nevner at hun kjenner på litt press i forhold til treninger, og sier at hun sammenligner seg med standarder. Hun definerer standarder som noe som kommer utenfra, men at presset på om hun innfrir i forhold til disse standardene eller ikke, skapes av henne selv. Karoline stikker seg litt ut i forhold til de andre jentene på dette området, da ingen av de andre nevner press i forhold til fritidsaktiviteter og trening.

Kropp og mote var et annet tema vi diskuterte med jentene i forhold til fritid. Her var de ganske enige om at de ikke opplevde press i forhold til kropp, utseende og mote. Ida virker å være litt mer opphengt i klær og mote enn de andre jentene, men hun forteller også om at hun ikke opplever press i forhold til dette:

«Hvis jeg kommer hjem fra skolen da, og har brukt masse tid på å ordne meg før skolen, så tenker jeg sånn...okei, det var ingen som la merke til det, jeg kunne bare ha kommet i joggebukse liksom, ingen hadde tenkt over det».

Dette sitatet fra Ida oppsummerer godt det de andre jentene forteller i forhold til klær og mote. Tendensen virker å være at ungdommen ikke bryr seg, og at man kan gå med det man vil, uten at man får kommentarer eller opplever noe nevneverdig press i forhold til dette.

Når det kommer til sosiale medier, så er det to fellesnevnerne jentene nevner når det kommer til press. Den første fellesnevneren er at de ikke har noe valg når det kommer til sosiale medier. De forteller at de kjenner på press i forhold til at de må bruke det for å holde seg oppdatert på det som skjer i vennegjengen. Karoline forteller hvordan hun opplever det på denne måten:

«Det handler ikke om at man må ha likes eller kommentarer, føler jeg da, men at jeg må liksom være oppdatert på hva som skjer der, og at profilene mine liksom må være ...det må virke som at jeg liksom bruker sosiale medier, selv om jeg ikke legger ut så mye».

Karoline legger ikke stor viktighet i likes eller kommentarer. Slik vi forstår det er det aktiviteten i sosiale medier som ilegges viktighet fra hennes side. Det handler om å holde seg oppdatert på ting som skjer i vennegruppen, og holde kontakt med venner og bekjente. Aktivitet i form av å legge ut bilder og få kommentarer og likes, virker ikke å være Karoline sitt hovedvirke i sosiale medier. Dette stemmer også godt med det de andre jentene forteller. Tendensen er at likes og kommentarer er mindre viktig, og at anerkjennelsen man får i vennegruppen, kommer gjennom å være oppdatert og tilgjengelig i de sosiale mediene. Det er der presset ligger, slik vi leser det jentene forteller om akkurat dette.

Sara trekker også frem mye av de samme tingene som Karoline, i sin fortelling. Hun sier at internettet har lagt mye på ungdommen, og da vi ba henne utdype litt rundt dette, sa hun følgende:

«Ja..at det kom akkurat i vår tid, da vi skulle være ungdommer....og at det har blitt en del av hverdagen vår og hvordan vi vokser opp, uten at vi liksom selv.... Vi kan jo ikke velge selv å ikke ha telefoner, da er man jo ikke helt med...ehm..ja....skjønner?».

Sara forsterker egentlig det Karoline sier gjennom sin fortelling. Velger man å ikke bruke sosiale medier, så blir konsekvensen at man ikke greier å henge med i vennegruppen. Av den grunn så har man ikke noe annet valg enn å bruke det.

Den andre fellesnevneren som jentene forteller om når de snakker om sosiale medier og press, er det at sosiale medier har gjort det lettere å sammenligne seg med andre. Sara har følgende å si om dette: «Det er lettere for oss å se på noen andre, og...være mer som dem, visst det er det vi ønsker, i stedet for å være oss selv. Fordi nå har vi inspirasjon...mennesker som vi kan se på».

Ida forteller mye av det samme som Sara, men sier dette på en litt annen måte: «Da ser man jo masse bilder da, med ja sånn her er mitt liv, så da er man sånn...oi..hvorfor er ikke det sånn i mitt på en måte. Også tenker alle det, så blir det litt feil».

Sara og Ida snakker her om at sosiale medier kan skape press på den måte at man sammenligner seg med andre. Møter man på bilder av noen som man tenker er penere, bedre trent, eller mer vellykket enn en selv, så kan dette gjøre at man opplever press og at man opplever at man ikke er god nok.

Gjennom det jentene forteller, så dreier ikke disse sammenligningene seg om bloggere, men om jevnaldrende. Jentene forteller at de i liten grad bryr seg om bloggere, og Sara og Anna innrømmer også at de knapt vet hvem bloggerne er.

7 Drøfting

I dette kapittelet vil vi drøfte våre hovedfunn knyttet til vår problemstilling og våre forskningsspørsmål, i lys av relevant forskning og teori. Vi vil i egne delkapitler presentere hovedfunn knyttet til våre fire forskningsspørsmål, for deretter å drøfte disse. Til slutt vil vi oppsummere og besvare vår problemstilling.

Før vi går i gang kommer en liten repetisjon av problemstillingen og forskningsspørsmålene våre.

«Hvordan opplever jenter ved 10. trinn hverdagen med skole, fritid og sosiale medier, og hva forteller de om stress og press knyttet til dette?»

Forskningsspørsmål:

- Hvilken rolle spiller skolen i hvorvidt jentene opplever hverdagen som stressende, og hva slags betydning har forventninger om skoleprestasjoner for opplevelse av skolerelatert press?
- Hva fyller jentene fritiden sin med? Kan fritid være en arena for opplevelse av stress og press, i så fall på hvilken måte?
- Hvordan håndterer jentene sosiale medier? Er dette en bidragsyter til opplevelse av press?
- Spiller bosted en rolle for hvorvidt man opplever stress og press i hverdagen?

7.1 Hvilken rolle spiller skolen for hvorvidt jentene opplever hverdagen som stressende, og hva slags betydning har forventninger om skoleprestasjoner for opplevelse av skolerelatert press?

Funn:

De åtte jentene vi har intervjuet opplever ikke unormalt mye stress og press i forhold til skole. I all hovedsak trives de på skolen. De kan oppleve stress knyttet til lekser, prøver, innleveringer og framlegg i perioder der det er veldig mye på en gang. Her spiller lærerne en viktig rolle. Noen forteller at de kunne ønske seg at lærerne planla bedre og samarbeidet seg imellom. Ingen av jentene forteller at de opplever karakterpress fra andre enn seg selv.

Forventninger til egne prestasjoner knyttes til motivasjon i de ulike fagene. De er ikke særlig bekymret for inntak på videregående skole.

Drøfting

Som vi kan lese ut i fra vårt funn, kan jentene oppleve stress i forhold til skolen i perioder hvor alt ser ut til å komme på en gang. Dette er i tråd med NOVA – rapporten om stress og press blant ungdom (Eriksen et al, 2017). Den peker på at prøver og innleveringer i ulike fag ofte kommer på samme tid. Rapporten trekker frem at dette kan være et uttrykk for at lærerne ikke samarbeider godt nok, og at de ikke tar hensyn til at elevene har andre fag enn sitt eget å konsentrere seg om. Tvedt & Bru (2019) tilskriver læreren en viktig rolle når det kommer til å forebygge stress blant elevene i skolen. Ved at lærerne planlegger og samarbeider seg imellom, kan man unngå at prøver, innleveringer og fremlegg i ulike fag legges samtidig.

Ut ifra NOVA-rapporten (Eriksen et al., 2017) og funn fra vår egen forskning, kan det virke som at elevene særlig savner det Tvedt og Bru (2019) omtaler som instrumentell støtte. Den instrumentelle støtten til læreren omhandler faglig hjelp gjennom veiledning, tilrettelegging og undervisning. Det at jentene vi intervjuet savner dette kommer blant annet frem i dette utsagnet fra Line. Hun sier:

For den uka her så har vi ikke så mye lekser, men de forrige to ukene så hadde vi veldig mye lekser, framlegg og prøver på en gang, så da blir det litt mye. Så de kjører liksom to uker der de tar alt på en gang, også tar de to uker der de ikke gjør noen ting.

Line uttrykker her i tråd med NOVA-rapporten (Eriksen et al., 2017) at lekser, fremlegg og prøver ser ut til å komme på en og samme tid, og hun innrømmer også at dette kan gjøre at det blir litt mye. Dette tenker vi er et konkret eksempel på manglende instrumentell støtte fra lærerne når det kommer til tilrettelegging.

På skole A, forteller tre av jentene at noen av lærerne kan bidra til at de føler seg dumme, særlig i matematikkfaget. Dette gjør at de ikke alltid tør eller har lyst til å spørre om hjelp. Jentene forteller at noen av lærerne kan bli oppgitt om de ikke får til en oppgave, og at dette gjør at de kan føle seg dumme noen ganger. Maya sier dette slik, «Læreren kan uttrykke at «det går bra om du ikke får til dette mattestykket», eller «det er greit om du ikke forstår det ordet» og sånn, istedenfor å bli oppgitt over at du ikke får det til». Dette sitatet fra Maya sammenfatter i hovedsak det flere av jentene på skole A forteller. Vi tenker at dette kan knyttes opp mot det Tvedt og Bru (2019) kaller emosjonell støtte. Den emosjonelle støtten handler om at læreren hjelper elevene til å forstå at de er bra nok, og at de gir dem tro på at de kan mestre de utfordringene de står ovenfor. Det Maya og flere jenter uttrykker, peker på at de også til tider savner emosjonell støtte fra lærerne. Kommentarer som «det går bra om du ikke får til dette mattestykket», er et eksempel på emosjonell støtte, på den måte at utsagnet på et vis kommuniserer at man er bra nok uansett. Når læreren blir oppgitt, tenker vi at det motsatte kommuniseres. Maya kommer med konkrete eksempler på utsagn som er sammenfallende med god emosjonell støtte.

Jentene på skole A forteller også at de i matematikkfaget nesten ikke hadde lekser i åttende og niende klasse, men nå i tiende kommer alt. Alle jentene forteller at de kan sitte i flere timer med mattelekser. Dette henger godt sammen med NOVAs rapport (Eriksen et al., 2017), som forteller at det skolerelaterte stresset øker mot slutten av ungdomsskolen. Det at læreren nå i tiende klasse plutselig gir veldig mye lekser, tenker vi henger sammen med at det er dette året standpunkt karakteren skal settes. Her kan det også tenkes at læreren føler på presset om å ha elever som lykkes og gjør det godt på en eventuell eksamen i slutten av 10. trinn.

Ungdommene i Oslo forteller at lærerne har et fokus på at karakterene fra 10. trinn er avgjørende for inntak på videregående skole og dermed for deres framtid (Eriksen et al., 2017). Jentene på skole A forteller ikke at læreren deres sier dette direkte, men det kan tenkes at det er dette han indirekte formidler ved å nå kreve så mye av dem. Dette, sammen med at læreren kan få de til å føle seg dumme, og at flere forteller om kommentarer fra medelever som går på at de er dumme som ikke forstår, mener vi peker i retning av et prestasjonsorientert klima i klasserommet. Det at jentene ønsker seg mer instrumentell- og emosjonell støtte, kan vise at de heller kunne ønsket seg et mestrings- og motivasjonsorientert klima, hvor innsats blir vektlagt, og kompetanse skal utvikles (Tvedt & Bru, 2019). Vårt funn

på dette er også i tråd med Skaalvik og Federici (2015) sin forskning, som avspeiler en prestasjonsorientert skole. Her er det verdt å merke seg at det er jentene på skolen i byen som forteller om disse tendensene, jentene på bygda har ikke disse oppfatningene.

Tvedt og Bru (2019) peker på at elever som omgir seg med et prestasjonsorientert klima, i større grad vil være utsatt for stress enn elever i et mestringsklima. Så, hvorfor virker ikke jentene i byen, hvor flere forteller om et prestasjonsorientert klima, å være mer stresset enn jentene på bygda? Jo, slik vi ser det henger dette sammen med at de jentene vi har intervjuet alle virker å være relativt faglig sterke. Tvedt og Bru (2019) beskriver at det særlig er de elevene med lavt faglig nivå, eller lav selvoppfatning som i størst grad vil være sårbare i et prestasjonsklima. De jentene vi har snakket med virker å mestre skolehverdagen godt, selv om flere kunne ønsket endringer. Dersom kravene og arbeidsmengden øker til et nivå jentene ikke lenger mestrer, vil faren for stress øke, ifølge Tvedt og Bru (2019). Dette henger også godt sammen med det Espnes og Smedslund skriver om stress, «Stress og mestring står i et slags motsetningsforhold til hverandre, på den måte at økt mestring gir mindre stress» (2009, s. 135). Det kan tenkes at faglig svake elever i klassene til disse jentene, opplever mer skolerelatert stress enn våre åtte informanter.

«Å oppleve stress i hverdagen er en naturlig del av det å være menneske, og fysiologiske stressreaksjoner er en nødvendig del av kroppens system for å mobilisere energi», skriver Eriksen et al (2017, s. 19). Dermed tenker vi at vi med trygghet kan si at, selv om jentene i perioder opplever skolen som stressende, opplever de ikke unormalt mye og usunt stress knyttet til skolehverdagen. Stresset de opplever vedvarer ikke over lengre perioder som fører til det Samdal et al (2017) betegner som kronisk stress. Dermed kan vi ut ifra teorien si at jentene ikke opplever negativt stress som de ikke klarer å håndtere. Som Eriksen et al (2017) beskriver, vil det negative stresset oppstå når det er et gap mellom de forventningene og utfordringene man stilles ovenfor, og de personlige og sosiale ressursene man har tilgjengelig. Dette er ikke tilfellet hos jentene vi har snakket med. Ut ifra jentenes beskrivelser kan vi ikke si at de opplever stress som gir negative helsekonsekvenser. Vi tenker heller det at jentenes opplevelse av stress kan tolkes som «sunt» eller «godt» stress (Samdal et al., 2017) i og med at de håndterer det såpass bra. Det sunne stresset kan bidra til en fysiologisk herding, som

dreier seg om at stressorer kommer og går i perioder (Espnes & Smedslund, 2009). Vi tenker at jentene utsettes for personlige stressorer i stor grad når det kommer til skole, de ønsker å oppnå gode karakterer. Dersom man opplever stressorene som en utfordring, noe våre informanter gjør, kan de føre til herding, ved at man høyner nivået for å oppleve en stressor som stressutløsende (Espnes & Smedslund, 2009). Jentene vi har snakket med går bare i 10. klasse, og vi tenker at det at de opplever noe stress knyttet til skolearbeid i bunn og grunn er sunt. Livet vil fortsette å by på utfordringer, og de kommer til å bli stilt ovenfor stressende eksamensperioder både på videregående og i eventuelle studier. Dermed tenker vi det er positivt at jentene føler på noe stress allerede nå, slik at de til en viss grad vil være herdet, og godt rustet til å møte utfordringer i neste utdanningsledd.

Når det kommer til hva slags betydning forventninger om skoleprestasjoner har for opplevelse av skolerelatert press, har vi i korte trekk funnet at jentene ikke opplever så høye forventninger at det føles som uhåndterbart press. Jentene opplever i hovedsak ikke karakterpress fra andre enn seg selv. Flere av jentene trekker inn foreldrene når de snakker om forventninger, men det er ikke snakk om forventninger som skaper press. Det handler mer om at foreldrene forventer at de gjør sitt beste, og legger ned litt innsats i skolearbeidet. Kravet om høye karakterer legger de på seg selv. Jentene knytter selv forventninger til fag og karakterer til motivasjon. Flere forteller at i de fagene de liker, er motivasjonen bedre enn i fag de ikke liker. I fagene de liker og er motivert for er også innsats, krav og forventninger høyere. Dette handler om det Samdal et al (2017) betegner som mestringsforventning. Som Lillemyr (2007) skriver, er motivasjonen drivkraften bak våre handlinger. Dette henger tett sammen med jentenes beskrivelse av at innsatsen er større i de fagene de liker og er motivert for. Noen forteller at grunnen til at de vil ha gode karakterer er at de vil ha dørene åpne, de ser for seg å ta en utdanning, og vet at for å komme inn på ulike studier kan de måtte ha gode karakterer.

I forhold til NOVAs rapport (Eriksen et al, 2017) var det nesten litt overraskende hvor lite flere av jentene hadde tenkt over hva de ønsker å studere, eller hva slags type jobb de kunne tenkt seg. Tre av jentene i byen virket som de knapt hadde reflektert over, eller tenkt så langt fram i tid i det hele tatt. De syntes rett og slett det var for tidlig å si noe om, og hadde ellers

lite å si om dette. Sofie var den eneste som hadde en klar plan for veien videre. Jentene på bygda hadde litt flere tanker om hva de kunne tenke seg å jobbe med, men ingen var helt sikre på hva de ville bli. Ser vi dette i lys av individualiseringstesen vi beskrev i kapittel 3.1.1, virker det ikke som at våre informanter føler press i forhold til ansvaret om å være «sin egen lykkes smed» med tanke på fremtiden. Det vi ser er at alle jentene er opptatt av å få gode karakterer, men oppgir ikke at det er et press som kommer utenfra. Dermed kan det tenkes at de indirekte likevel er preget av individualiseringen, ved at karakterer er avgjørende for å komme inn på studier, og at det er de selv som må stå for disse. Jentene på 10. trinn i Oslo er mye mer preget av det store ansvaret som hviler på dem i form av karriere og muligheter i livet (Eriksen et al., 2017). Dersom våre informanter hadde befunnet seg lenger opp i den videregående skolen kunne de muligens vært mer preget. Da nærmer de seg å skulle finne ut av hvilken yrkesveg de ønsker å gå, og å skulle ta store valg i et hav av muligheter.

Det var også overraskende at jentene ikke i større grad knyttet det å få gode karakterer opp mot muligheter og karriere. Ser vi på ungdommene i NOVA-rapporten fra 2017 (Eriksen et al, 2017), er dette noe tiende klasse jentene i Oslo er opptatte av. Dette tenker vi kan ha sammenheng med at jentene vi har intervjuet bor i en by med rundt 30 000 innbyggere og en bygd med rundt 1000 innbyggere. Verken i byen eller på bygda finnes det mange videregående skoler å velge mellom. Bygde-jentene må også pendle med buss til nærmeste tettsted for å komme seg til videregående skoler i det hele tatt. I storbyer som Oslo befinner det seg langt flere videregående skoler å velge mellom. Her ser vi for oss at det er knyttet prestisje til de ulike skolene, og at det er konkurranse om å komme inn på de skolene som anses å være prestisjetunge. Derfor kan det tenkes at jentene i NOVA-rapporten føler et sterkere karakterpress enn jentene vi har snakket med.

7.2 Hva fyller jentene fritiden sin med? Kan fritid være en arena for opplevelse av stress og press, i så fall på hvilken måte?

Funn:

Fritiden til de åtte jentene vi har intervjuet preges i all hovedsak av trening, organiserte fritidsaktiviteter, skolearbeid og sosiale medier (Sosiale medier i seg selv drøfter vi nærmere i funn 3). Jentene trener mye, men dette handler ikke om å oppnå en perfekt kropp. Et

hovedfunn er at det er totalpakka, med skolearbeid, trening og sosiale medier som gjør at jentene til tider føler seg stresset og slitne. Alle jentene er sosiale, og trives godt med vennene sine. Alkohol er ikke et tema, selv om de deltar på sosiale sammenkomster.

Drøfting

Alle de åtte jentene vi har snakket med forteller at de trener. Dette er i tråd med ungdomsundersøkelsene som viser at 81% av jentene i Norge oppgir at de trener ukentlig (Bakken, 2019). Det ungdomsundersøkelsene ikke sier noe om er hvor mye trening det er snakk om, annet enn at det er minst én gang i uka. Jentene vi har snakket med trener fra to til fem ganger i uka, og for noen er det snakk om flere timer om gangen. Så vi kan med sikkerhet si at dette er jenter som trener mye.

Flere av jentene går på fritidsaktiviteter, som håndball, taekwondo, turn og svømming. Noen trener også for seg selv på treningsstudio. Hvorfor jentene trener, og hvor motivasjonen til trening ligger varierer noe. Det alle er enige i er at de ikke trener for å få fin kropp, men Celine sier at hun vet at det er mange andre som gjør det. Flere av jentene oppgir at de trener for å være sunne og holde seg i form. De som driver med idrett trener fordi de liker å utøve idretten, og de trener på treningsstudio for å kunne yte enda bedre. Jentene som driver med idrett og som trener for å holde seg i form kan vi ut i fra Ryan og Deci (2000) sin selvbestemmelsesteori si at er indremotiverte. De trener fordi det gir en tilfredsstillende. Sofie skiller seg ut i fra de andre i form av at hun virker å være nokså ytrementivert i forhold til trening. Hun uttrykker spesifikt at hun trener fordi hun ikke vil at andre skal se på henne som u-sporty, og fordi hun vil være blant de beste i gymmen. For Sofie er det treningens belønning i form av anerkjennelse fra andre som er drivkraften for aktiviteten, noe som er en faktor for ytrementivasjon (Ryan & Deci, 2000). Maya virker å være både indre- og ytrementivert i forhold til svømmingen. Hun liker å svømme, men forteller at hun har trappet ned, og at hun fortsatt trener såpass mye fordi foreldrene hennes vil det. Her er hun altså indremotivert i form av at hun liker det, men grunnen til at hun fortsatt trener så mye er ytrementivert. Maya er indremotivert til et visst punkt og en viss mengde trening, det hun trener ekstra er ytrementivert. Dette kan ifølge Ryan og Deci (2000) bidra til en økt opplevelse av stress, i og med at ytrementivert aktivitet kan være en stressøkende faktor. Som Deci og Ryan (1985) beskriver kan ytrementivasjon opptre i form av ytre press som skapes i omgivelsene man er en

del av, og i søken etter bekreftelse kan dette føre til at man velger å gå etter mål som ikke er ens egne. Dette stemmer godt overens med at Maya trener så mye svømming fordi foreldrene hennes vil det. Ut i fra teorien kan det tenkes at Maya befinner seg i en hårfin balansegang. Foreløpig håndterer hun den store treningsmengden greit, til tross for at den er ytremotivert, men det kan også bikke over til å bli for mye og oppleves som stress framfor en følelse av tilfredsstillelse. Ser vi tilbake på Sofie, som også er ytremotivert i sin trening, kan det tenkes at også hun på sikt kan oppleve trening som et stress i hverdagen, om hun fortsetter slik som nå.

To av jentene på bygda forteller at de så vidt har prøvd å drikke alkohol, men at det ikke er sånn at de drikker mye eller ofte. For de andre jentene var dette helt utenkelig, det er ikke et tema å drikke alkohol for noen av dem. De opplever heller ikke noen form for drikkepress. Jentene på skolen i byen forteller at på den andre ungdomsskolen i byen har alkohol nesten blitt et problem. Der er det mange som drikker, og de drikker mye. Noen har til og med blitt hentet av ambulanse fordi de har vært så fulle. Dette forteller oss noe om ungdomskulturen. Som Willy Aagre (2014) skriver er ungdomskultur et begrep som brukes om ungdommers hverdagsliv og handlinger, og kan blant annet handle om holdninger og verdier. Ungdomskulturen kan være forskjellig fra sted til sted, og bearbeides lokalt. Det at det er en så stor forskjell på hvordan jentene på skolen vi har intervjuet forholder seg til alkohol i forhold til jentene på den andre skolen i byen, viser at ungdomskulturen ikke bare er forskjellig fra sted til sted, men også fra skole til skole. Her er det store holdningsforskjeller til alkohol på skolene i byen. Dette er altså et eksempel på at ungdomskulturen ikke bare kan ha store variasjoner fra sted til sted, men også innenfor det lokale miljøet.

Som vi beskrev i vårt funn, er det «totalpakka» med skolearbeid, trening og sosiale medier som gjør at jentene til tider føler seg stresset og slitne. Som Maya oppsummerer «Det er på en måte alt sammen, at jeg skal få med meg alt som gjør meg stressa og sliten i perioder». Hun forteller at det å trene fem ganger i uka, gjøre skolearbeid og lese til prøver, måtte dra på besøk og være med familie, samt å være med venner, er det som gjør at hun blir stresset og sliten. Dette kan ses i sammenheng med den tredje definisjonen av stress, som Espnes og Smedslund (2009) beskriver: stress handler om sammenhengen mellom de ytre påvirkningene og reaksjonene på den. Som Maya forteller føler hun at hun må være tilstede og få med seg

alt, hun føler på både personlige og familiære stressorer (Espnes & Smedslund, 2009). Hun vil for eksempel ikke skuffe noen ved å avlyse planer med venner hun endelig har fått kontakten med igjen, eller ikke dra på svømmetrening som foreldrene ønsker, samtidig vil hun også gjøre det bra på skolen. Reaksjonen blir at hun må tilfredsstille og innfri på alle plan, og dermed blir hun stresset og sliten da det står på som verst. Dette sammenfaller godt med dette sitatet fra Willy Aagre «Fritiden kan være impulsiv og lystbetont, men også dypt eksistensiell og alvorlig, akkurat som leken» (2014, s. 183). Opplevelse av fritid kan ha like mye med en mental tilstand å gjøre, som med tid skrev vi i teorikapittelet. Aagre (2014) skiller mellom organisert fritid og «fri fritid». I den frie fritiden er det opp til en selv hva man vil bruke tiden til. Vi får inntrykk av at det er prioritering og organisering av den frie fritiden som kan være vanskelig for jentene. Om jentene vi har intervjuet opplever fritiden sin som «fri tid» eller ikke, kan diskuteres. Er det egentlig fritid, når det omhandler så mange forventninger og redsel for å skuffe? Dette er som sagt noe som kan diskuteres, og her kan det være mange ulike meninger og perspektiver. Som Aagre (2014) skriver, kan det være vanskelig å definere hva som er fritid og ikke.

Det er som nevnt en fellesnevner blant jentene at de føler på et slags tidspress og at de må få med seg alt. I følge Illeris et al (2009) kan mange føle press på å finne tid til alt man ønsker å prioritere i fritiden sin. Det handler om å finne tid til å dyrke både sine egne interesser, samt å være med venner, familie, kjæreste, og gjøre skolearbeid (Illeris et al., 2009). Dette sammenfaller godt med det jentene forteller om fritiden sin. Som vi beskrev i kapittel to har ungdommen selv ansvaret for å organisere fritiden, og dermed kan den ses på som en individualisert arena. Overfører vi individualiseringstesten direkte til det jentene forteller, er det altså de selv som har ansvaret for å organisere tiden sin på en slik måte at det er overkommelig og ikke blir for mye å skulle gjøre. Dette kan vi igjen se i sammenheng med selvbestemmelsesteorien til Ryan og Deci (2000). Dersom jentene for eksempel hadde klart å luke bort/eller trappet ned på de aktivitetene som i hovedsak er ytre motivert og ses på som stressøkende faktorer, og fokusert på det som var indremotivert og ga tilfredsstillende, ville de kanskje ikke følt seg like stresset og slitne som de i perioder gjør. Det kan blant annet handle om å senke ambisjonsnivået på skolen (hvis gode karakterer er ytre motivert), eller å trappe ned på trening, hvis det ikke er aktiviteten i seg selv som er tilfredsstillende. Det at jentene hele tiden må holde seg oppdatert på sosiale medier, for å ikke gå glipp av noe, kan også ses på som ytre motivert handling. De sitter ikke nødvendigvis og blar på Instagram fordi det gir

tilfredsstillelse i seg selv, belønningen i å bruke så mye tid her blir å ikke gå glipp av noe. Sofie forteller for eksempel at hun egentlig ikke liker sosiale medier, men at hun er totalt avhengig, og at det er en tidstyv. Sosiale medier er neste tema vi skal drøfte.

7.3 Hvordan bruker, og håndterer jentene sosiale medier? Er sosiale medier en bidragsyter til opplevelse av press, i så fall hvordan, eventuelt hvorfor ikke?

Funn:

Snapchat og Instagram er de mest populære sosiale mediene blant jentene. De brukere Instagram til å følge med på hva andre legger ut, mens Snapchat primært brukes til å holde kontakt med venner. Alle har også Facebook, men her består bruken i å følge med på familie og slekt. Jentene opplever at sosiale medier ikke er noe de kan velge bort, og de forteller at de er sterkt avhengig av det for å kunne følge med på hva som skjer i vennegjengen. Det kommer også frem gjennom intervjuene at sosiale medier har gjort det lettere å sammenligne seg med andre, både på godt og vondt. Her er det ikke primært bloggere og andre influencere jentene sammenligner seg med, men jevnaldrende.

Drøfting

Det at Snapchat og Instagram er de mest populære sosiale mediene blant jentene, er i tråd med medietilsynets undersøkelse om barn og medier (medietilsynet, 2018). Den viser at 81 prosent av barn og unge i aldersgruppen 9-18 år bruker Snapchat, 67 prosent bruker Instagram, og 54 prosent bruker Facebook. Det informantene forteller i forhold til hvilke sosiale medier de bruker, ser ut til å stemme godt med det undersøkelsen til medietilsynet viser.

Ida Aalen (2013) peker på at sosiale medier har lagt til rette for at vi knytter oss til andre mennesker, og at verdenen på den måten har blitt mindre. Aalen trekker frem at det innenfor sosial nettverksteori er vanlig å se på personer som knutepunkter og at man videre analyserer båndene mellom de ulike knutepunktene. Hun presenterer begrepene sterke bånd, svake bånd og ingen bånd når hun snakker om de forskjellige relasjonene man kan ha i sosiale medier (Aalen, 2013). Når det kommer til Snapchat, forteller jentene at de først og fremst bruker dette til å holde kontakt med vennene sine. Her tenker vi at Snapchat i hovedsak benyttes for å

pleie sterke bånd, som vil si venner eller familie. Samtidig kommer det også frem i intervjuene at Snapchat også kan brukes som en kanal for å pleie svake bånd og til dels ingen bånd. Dette sitatet fra Celine er et godt eksempel på dette: «Det er ikke slik at du går bort til en gutt og bare sånn «Hei, skal vi være venner?», du må liksom starte på sosiale medier, så tar det lang tid før man begynner å møtes».

Om vi ser sitatet til Sofie i lys av Aalens (2013) nettverksteori, kan det tenkes at kontakten med gutten Sofie snakker om her starter med ingen bånd. Det betyr altså at Sofie og gutten ikke har noen relasjon til hverandre, men at de for eksempel kan ha en felles bekjent (Aalen, 2013). Sofie sier at det tar lang tid før man begynner å møtes, og dette tenker vi kan være et eksempel på at man gradvis kan bygge opp sterke bånd gjennom kontakt i sosiale medier. Om Sofie har svake bånd eller ingen bånd til gutten, vil det naturligvis være mer ufarlig å starte kontakten ved å sende en snap, enn å for eksempel møtes på en café. Det at det er mer ufarlig å ta kontakt gjennom sosiale medier, støttes også opp av dette utsagnet fra Celine: «Man kan snappe masse med en gutt, men så tør man på en måte ikke å snakke med han hvis man ser han, hvis du skjønner?».

Det kan se ut til at jevnlig kontakt gjennom sosiale medier gradvis kan utvikle bånd som i utgangspunktet er ingen bånd eller svake bånd, til å bli sterke bånd. På det tidspunktet båndene er sterke, kan man møtes utenfor sosiale medier. Denne måten å kommunisere på tenker vi er sammenfallende med det Sherry Turkle (2011) betegner som mediert kommunikasjon. Turkle mener at sosiale medier gir oss muligheten til å skape større nettverk enn noen gang, men at det samtidig skaper større avstand. Måten vi kan skape avstand på, er at vi tyr til mediert kommunikasjon i stedet for direkte kommunikasjon (Turkle, 2011).

Eksempelene til Sofie og Celine, tenker vi kan sees på som mediert kommunikasjon. Man starter gjerne kommunikasjonen i sosiale medier, og avstanden dette gir, gjør at Sofie og Celine våger å snakke med guttene slik de beskriver. Den direkte kommunikasjonen ser ut til å skje på et senere tidspunkt, når båndene har blitt sterkere. Turkle (2011) er litt kritisk til den medierte kommunikasjonen. Hun mener at den medierte kommunikasjonen gradvis har visket bort nærheten som den gode gamle samtalen krever. Hun mener den medierte

kommunikasjonen bidrar til at ansikt til ansikt kommunikasjonen kan bli for mye å takle for den enkelte (Turkle, 2011). Vi ser helt klart Turkle (2011) sin bekymring i forhold til dette med mediert kommunikasjon. Om man erstatter det meste av direkte kommunikasjon med mediert kommunikasjon, kan det som Turkle sier tenkes at den direkte kommunikasjonen etter hvert kan bli for mye å takle for den enkelte. All kommunikasjon er trening, og man trenger også trening i direkte kommunikasjon for at man skal være komfortabel og trygg på seg selv i situasjonen. Om vi ser den medierte kommunikasjonen i lys av det Aalen (2013) skriver om de forskjellige båndene man kan opprette i sosiale medier, ser vi helt klart at den medierte kommunikasjonen også kan bringe med seg noe positivt. Aalen (2013) peker på at man gjennom sterke bånd gjerne har tilgang på begrenset informasjon, og at denne tilgangen blir begrenset fordi de sterke båndene gjerne består av venner som omgås i samme miljø. De sterke båndene kan her gjerne representere én vennegjeng. De deler på de samme hemmelighetene, er kanskje forelsket i de samme guttene, og deler mange felles interesser. Informasjonen vennegjengen deler seg imellom er noe alle har tilgang på, med andre ord så får de den samme informasjonen. Men hva om en av medlemmene i vennegruppen begynner å snakke med en gutt fra en annen skole på Snapchat?

Om vi tenker oss en lignende situasjon som det Sofie og Celine beskriver, så starter man gjerne med mediert kommunikasjon, før man tyr til direkte kommunikasjon. Dette tenker vi skjer fordi båndene er for svake, og at man ikke er trygge nok på hverandre. Det at man eksempelvis snakker med en gutt fra en annen skole, kan være med på å gi Sofie og Celine innsikt i et annet vennemiljø. De får tilgang på ny informasjon som eksisterer utenfor deres vennegruppe. Med tiden kan det tenkes at båndene som Sofie og Celine pleier gjennom mediert kommunikasjon, etter hvert blir sterkere og fører til at man våger å møtes, altså å kommunisere direkte med hverandre. Om dette er tilfellet, kan det tenkes at den medierte kommunikasjonen fører til at terskelen for å ta kontakt med andre som befinner seg utenfor sin egen vennegruppe blir lavere. Dette er i tråd med Aalen (2013) som skriver at en blanding av både sterke, svake og ingen bånd kan være positivt for det sosiale nettverket. En blanding av disse båndene kan fungere som en brobygger mellom ulike vennegjenger og vennegrupper (Aalen, 2013). Dette tenker vi er et eksempel på at mediert kommunikasjon kan være et nyttig verktøy for å styrke sin sosiale kapital.

Richard Perloff (2014) peker på at sosiale medier kan ha en påvirkningskraft som kan være med på å forverre ungdommens syn på eget utseende og kropp over tid. Han begrunner dette med at sosiale medier gir tilgang til bilder av utseende og kropp, som er tilgjengelige til alle døgnetstider. Jentene vi har snakket med forteller generelt lite om kroppspress knyttet til sosiale medier, og de fleste oppgir at de leser så godt som ingen blogger. De virker veldig reflekterte og kritiske i forhold til innhold de blir eksponert for på nettet, og de er alle klare på at de ikke orker å bruke tiden sin på å lese blogger som fronter kosmetisk kirurgi og kroppspress. De forteller at de ikke synes det er fint med «fillers» i leppene og gigantiske rumpe, og at de heller ikke føler at dette oppfattes som fint av andre på skolen. Celine er den som skiller seg ut på akkurat dette området. Hun sier at det er mange som sier at store lepper er fint og at hun selv har små lepper. Hun sier at hun kjenner press på at hun skulle hatt større lepper selv når hun leser eller hører slike ting. Dette henger tett sammen med Sand (2019) sin definisjon av kroppspress, som sier at kroppspress handler om «krav om å se ut på bestemte måter» og at disse kravene gjerne defineres av «rådende idealer for skjønnhet og attraktivitet» (Sand, 2019, s. 170). Idealene Celine føler et press om å leve opp til, har hun i stor grad blitt eksponert for i sosiale medier. Dette kan ses i lys av Perloff (2014) sin beskrivelse av sosiale medier som kilde til kroppspress, ved at det bidrar til å forverre ungdommens syn på egen kropp og utseende. Celine er den eneste av de åtte jentene som sier at hun føler på kroppspress.

Det at flestparten av jentene ikke opplever kroppspress i stor grad skiller seg litt ut fra det ungdomsundersøkelsene viser. Her svarte 35 prosent av jentene at de opplevde mye eller svært mye press på å ha en fin kropp. Bakken (2019) skriver at det særlig er jenter som opplever press rundt det å ha en fin kropp. Dermed er det et positivt funn i vår studie at kun én av åtte jenter opplever kroppspress.

Selv om jentene forteller at de ikke opplever press knyttet til sosiale medier, forteller de at sosiale medier har gjort det enklere å sammenligne seg selv med andre. Perloff, (2014) trekker frem at utseende og kroppsidealene ikke nødvendigvis trenger å frontes av modeller og kjendiser, men at de også kan frontes av jevnaldrende som kan være venner eller bekjente (Perloff, 2014). Ida Aalen (2015) kommenterer også dette, det å sammenligne seg selv med jevnaldrende kan være mer skadelig enn å sammenligne seg med bloggere og modeller. Sofie

fronter derimot at sosiale medier også kan bidra til noe positivt og et bedre selvbilde. Hun sier at dersom man er misfornøyd med noe på seg selv, kan man finne mange på sosiale medier som har det samme, noe som gjør at man ikke trenger å føle seg alene om ting. Dette viser at å bruke sosiale medier til å sammenligne seg med andre ikke nødvendigvis bare fører med seg noe negativt.

Som vi ser, handler ikke presset disse jentene opplever hovedsakelig om kropp, antall følgere og likes. Presset de forteller om, bunner i at de til stadighet må bruke sosiale medier for å holde seg oppdaterte. Skal man henge med så er aktivitet i sosiale medier en forutsetning. Vi beskrev i teorikapittelet at det å ha venner gir en følelse av å være godtatt og akseptert (Heggen & Øia, 2005). Det at jentene er så opptatte av å hele tiden følge med og være oppdatert på sosiale medier tenker vi henger tett sammen med dette. Ved å hele tiden holde seg oppdatert kan det tenkes at de også vil føle en sterkere tilhørighet til vennemiljøet. På den måten vil de også unngå å havne i gruppen Heggen og Øia (2005) beskriver som ensomme ungdommer som trekker seg tilbake på rommet sitt, uten å ta del i det sosiale ungdomslivet. Turkle (2011) er kritisk til den siden av sosiale medier som handler om at man aldri er helt alene lenger, dette gjelder også for våre informanter. Det å holde seg oppdatert på sosiale medier handler om å hele tiden være tilgjengelig for vennene sine, i og med at store deler av kommunikasjonen dem imellom foregår her. Denne medierte kommunikasjonen (Turkle, 2011), er derfor viktig og helt uunngåelig for dagens ungdom. Det handler ikke bare om å pleie de svake båndene, slik vi beskrev i eksempelet om gutter lenger opp, men også om å pleie de sterke båndene venner imellom, og å bevare den sterke tilhørigheten til vennegjengen sin.

7.4 Spiller bosted en rolle for hvorvidt man opplever stress og press i hverdagen?

Funn:

I all hovedsak har vi ikke funnet noen store forskjeller i hvordan jentene i byen og jentene på bygda opplever stress og press i hverdagen. Skole B, som er bygdeskolen er leksefri, det er ikke skole A i byen. Dette virker ikke å gi store utslag på hvor mye skolerelatert stress jentene føler. I byen forekommer mer kommentarslenging som kan føre til noe mistriksel. Dette kan i stor grad begrunnes med at miljøet på bygda rett og slett er for lite til at noen kan mobbe, her

er alle nødt til å være venner, sier de. Vi finner også en forskjell i ungdomskulturen når det kommer til kleskode, det er mer fokus på mote og hvordan man kler seg i byen, enn på bygda.

Drøfting

Selv om bygdeskolen i hovedsak skal være leksefri, gir noen av jentene uttrykk for at de føler dette har sklidd litt ut. Ungdataundersøkelsene underbygger likevel det at ungdommene i byen bruker mer tid på lekser enn ungdommer på bygda (Ungdata.no, u.å.). Dette henger også tett sammen med at jentene i byen forteller at de kan sitte flere timer med lekser om gangen, det gjør ikke bygdejentene. Dette til tross, virker ikke byjentene å være mer stresset når det kommer til skole enn bygdejentene.

Når det kommer til trivsel på skolen, ser vi i våre intervjuer at alle svarer at de trives på skolen. Ut i fra våre funn kan vi se at leksefri skole, ikke nødvendigvis legger føringer for hvorvidt man trives på skolen eller ikke. To av jentene på skolen i byen forteller likevel om ekle kommentarer fra gutter som gjør at ikke alle dager er like fine. På bygdeskolen er miljøet for lite til at det i det hele tatt er rom for at noen kan være stygge med hverandre. Tar vi et blick på tabell 1 i kapittel 2, hvor vi sammenlignet ungdataresultatene fra de to kommunene våre informanter bor, ser vi at det er en viss forskjell i hvor godt ungdommene trives på skolen. Det interessante er at det er færre bygdeungdommer som svarer at de er enige i at de trives svært godt på skolen enn by-ungdommer. 51% på bygda mot 70% i byen er enige i at de trives på skolen. Dette skiller seg litt ut i fra våre åtte jenters opplevelser. Som sagt trives alle jentene på bygdeskolen. De forteller at det er et veldig lite miljø, og at det rett og slett er for få folk til at noen kan være uvenner, det er derfor heller ikke noe særlig mobbing her. I byen forteller noen om stygge kommentarer som bidrar til at ikke alle dager er gode. Grunnen til at tallene spriker såpass som de gjør, må nok ses i en større sammenheng. På bygda fortelles det at en del velger å bytte skole. Enten begynner de på en annen ungdomsskole allerede fra åttende klasse, eller så bytter de i løpet av ungdomsskolen, fordi de synes miljøet er for lite og de vil ha nye impulser. Vi tenker dette kan være en grunn til at færre på bygda svarer at de trives svært godt på skolen i ungdataundersøkelsene. Dette kan også ses i en enda større sammenheng, med at 55% av ungdommene i bygdekommunen, mot 79% av ungdommene i bykommunen svarer at de er fornøyd med lokalmiljøet sitt (ungdata.no, u.å.).

Som nevnt i funnet vårt, skiller byskolen seg ut når det kommer til press i forhold til klær og mote. Tre av jentene på bygda forteller gjennom sine intervjuer at de ikke bryr seg noe spesielt om klær og mote, og at de har på seg det de føler for uten at de opplever noen kommentarer eller reaksjoner på dette. Den som skiller seg ut av bygdejentene er Ida. Hun virker å være litt mer opptatt av klær og mote enn de andre jentene, men forteller samtidig om et miljø med lite press i forhold til dette. Hun sier:

Hvis jeg kommer hjem fra skolen da, og har brukt masse tid på å ordne meg før skolen, så tenker jeg sånn...okey, det var ingen som la merke til det, jeg kunne bare ha kommet i joggebukse liksom, ingen hadde tenkt over det.

Det Ida forteller her vitner om at det er lite press i forhold til klær og mote på bygda. Selv om hun gjør en ekstra innsats og pynter seg, så er det ifølge hennes beskrivelser ingen som legger merke til det. Dette er ganske forskjellig fra det Celine og Maya på byskolen forteller. Celine trekker frem gjenger på skolen når hun snakker om press i forhold til klær og mote. Hun trekker spesielt frem gjengen som hun omtaler som «den kule gjengen». Celine forteller at jentene i denne gjengen ser ganske like ut, både når det gjelder klær og smykker. Hun forteller også at det disse jentene bruker av klær blir sett på som kult, men om man går i noe annet enn hva de gjør, så er man ikke kul. Dette tenker vi kan knyttes til det Aagre (2014) sier om ungdomskultur. I denne ungdomskulturen er det en tydelig meningsskapning på hva som er «rett» og ikke i forhold til klesstil. Man kan i tråd med Aagre (2014) si at ungdomskulturen disse jentene er en del av, representerer en bevissthet når det kommer til hvilken klesstil som er kul. Dette forsterkes ytterligere av det Maya sier om bruk av joggebukse på byskolen, «Hvis jeg kommer på skolen i joggebukse, uten sminke og med stygt hår, så tror jeg mange tenker sånn, oi, har hun ikke gjort noe mer innsats i hva hun har på seg i dag og sånn».

Om man setter det Celine og Maya forteller om klespresset de opplever på byskolen opp imot det Ida på bygdeskolen forteller, ser vi helt klart at det er en forskjell. Ida kan legge en innsats i å se bra ut av og til, men denne handlingen tenker vi ser ut til å være mer indremotivert enn det vi ser fra by-jentene. Ida er i likhet med byjentene opptatt av klær, men hun pynter seg mer for egen tilfredstillelse enn for bekreftelse fra miljøet. Byjentene er også opptatt av klær

og mote, men de er samtidig opptatt av å passe inn i en ungdomskultur som legger noen føringer og standarder i forhold til hva som er de riktige klærne og ikke. Om vi ser dette i lys av selvbestemmelsesteorien til Ryan og Deci (2000), er det ut ifra det Celine og Maya forteller snakk om ytre motiverte handlinger i forhold til klær og mote. Ungdommen som er opptatt av å være kule i dette miljøet, kler seg ikke i joggebukse selv om de kanskje vil det, i frykt for kommentarer fra andre. Er man opptatt av å være kul, så følger man de standardene som er satt i ungdomsmiljøet. I lys av Ryan og Deci (2000), er det her snakk om et ytre press, og de som velger å følge etter dette ytre presset, har ifølge teorien valgt å gjøre dette på bakgrunn av ytre motivasjon. I tråd med selvbestemmelsesteorien til Ryan og Deci (2000), er det her tenkelig at flere av ungdommene i bymiljøet kan oppleve noe stress og press i forbindelse med klær og mote.

7.5 Oppsummering og svar på problemstillingen

Som vi ser i dette kapittelet preges hverdagen til våre åtte informanter av skole, sosiale medier, trening og andre fritidsaktiviteter og skolearbeid. De åtte jentene vi har intervjuet føler per dags dato ikke på stress og press i den grad at det blir et stort problem og vil føre til helsemessige plager eller psykiske lidelser. Som vi har beskrevet tidligere, kan det skolerelaterte stresset de opplever ses på som sunt og godt stress. Dette er jenter som mestrer hverdagen sin godt. De føler på stress og press når det kommer til å innfri på alle plan, men her kan de ikke skyldes på andre enn seg selv. Presset de opplever, kommer i all hovedsak fra de selv. Det er særlig Sofie som skiller seg ut på dette området. Hun stiller høye krav til seg selv på alle arenaer. Det er femmere og seksere som gjelder, hun vil være blant de beste, uansett fag. Samtidig er hun veldig reflektert, og vet at dette er et press hun hovedsakelig legger på seg selv. Jentene befinner seg i to ulike miljøer, hvor ungdomskulturen er noe ulik. Dette har vi så godt vi kan sett på i kapittel 7.4. Jentene føler i bunn og grunn ikke på unormalt mye stress og press i hverdagen, men de er likevel enige i at det er et stort press på dagens ungdom. Sofie oppsummerte og prøvde å forklare dette med at det nok alltid har vært press på ungdom, men at det i dagens samfunn blir snakket mer om, «det er nesten sånn at du burde føle på press». Hun beskriver at det er noe rart med deg om du faktisk er fornøyd med kroppen din. Hun trekker fram at hun synes det er dumt at godt profilerte influencere skriver om angst, og tror at dette kan bidra til at ungdommer som egentlig er helt friske, tror at de selv også lider av dette. Hun tror at det å snakke så mye om det, bidrar til at det skapes mer press.

Det Sofie forteller sammenfaller godt med Madsen (2018). Han skriver at det å stadig bli eksponert for informasjon om psykiske lidelser/plager, kan bidra til at man kjenner seg igjen i det som blir fortalt, og dermed får en oppfattelse av at man sliter mer enn man egentlig gjør. Madsen (2018) problematiserer også mediens rolle i fremstillingen av dagens ungdom, ungdommene i «Generasjon prestasjon». Han skriver at det mest sannsynlig var tøft å være ung også før, men da hadde de ikke alle disse mediene og ungdomsundersøkelsene som fanget opp alle som slet med å takle hverdagen.

Gjennom jentenes fortellinger kan vi absolutt si at de vokser opp i «Generasjon prestasjon». De vokser opp i et «prestasjonssamfunn og internaliserer tidens krav om å prestere både i og utenfor skolen» (Madsen, 2018, s. 118). Dette viser de gjennom sin beskrivelse av «totalpakka». Det er opplevelsen av å stadig måtte holde seg oppdatert, få med seg alt, trene og være med venner, gjøre skolearbeid og innfri på de ulike arenaene, som gjør at det til tider blir for mye for dem. Samtidig har vi funnet at dette er jenter som fungerer godt i samfunnet, de håndterer hektiske perioder på en god måte. Hverdagen deres virker å være nokså fullpakket, med blant annet skole, trening, lekser og sosiale medier. Skole er ikke noe som kan velges bort for å lette på hverdagen, men det kan for eksempel trening og tid med venner og på sosiale medier. Det er kun én av jentene som forteller at hun trener fordi andre (foreldrene) vil det. Det at hverdagen er så fullpakket er i bunn og grunn jentenes valg, noe vi har vist kan henge sammen med individualiseringstenen. Oppsummert kan vi si at vårt hovedfunn er at det er ikke skole, trening, sosiale medier og fritid i seg selv som gjør at jentene til tider kan føle seg stresset og presset. Det er summen av alle arenaenes krav og forventninger som av og til blir for mye. Samtidig er det et viktig poeng at jentene ikke føler seg slitne og stresses hele tiden. Dette går i perioder, av og til er det for eksempel mye skolearbeid på en gang. Individualiseringstenen understreker at ansvaret for å lykkes ligger hos hver enkelt. Kanskje kan dagens ungdom bli flinkere til å prioritere, tørre å trappe ned på enkelte områder i perioder hvor skolen krever mye, slik at de ikke blir helt utslitt da det står på som verst. Dette vet vi kan være mye å kreve fra dagens ungdom. De er første generasjon som vokser opp med smarttelefoner, og det å skulle «logge av» og ikke være tilgjengelig er for mange helt utenkelig. Vi tenker dette kunne vært noe å snakke mer med ungdommene om. Dersom alle fikk samme informasjon og man snakket sammen om det, ville det kanskje vært mer godtatt å ikke alltid være tilstede. Det kan virke som dagens ungdom er livredde for å gå glipp av noe. Går de glipp av en bursdag, en fest eller en annen form for sosial sammenkomst

føler de seg med en gang utenfor. Her tenker vi kravene ungdommene stiller til seg og hverandre bør senkes. Det å alltid skulle få med seg alt som skjer med jevnaldrende, i tillegg til skolearbeid, trening og familietid vil slite ut alle og enhver, tenker vi. Det er ikke lenger slik at når du er på hytta, så er du på hytta og koser deg der. Du må samtidig ha oppmerksomheten på hva som skjer hjemme. Det å være på hytta blir på en måte ikke nok, ungdommene må vite hva som skjer hjemme, og hva de går glipp av, får vi inntrykk av.

8 Avslutning

Med denne oppgaven har vi bidratt med forskning som tar for seg jenter ved 10. trinn som ikke bor i storbyer. Vi har rettet fokus mot åtte 10. trinn jenters subjektive opplevelser, tanker og følelser om hverdagen sin, og det stresset og presset som eventuelt måtte oppstå i møte med skole, fritid og sosiale medier. Vi skal ikke gjenta svaret på problemstillingen, som vi besvarte i det foregående kapitlet, men vi vil ta et lite tilbakeblikk på noen av spørsmålene vi stilte i innledningen. Vi spurte om vi ved å intervjuer åtte tilfeldige jenter ved 10. trinn ville møte jenter som opplevde stress og press i like stor grad som Oslo-jentene som er representert i NOVA-rapporten om stress og press (Eriksen et al., 2017), eller om vi ville møte jenter som mestrer hverdagen sin godt. Her har vi et tydelig svar; vi møtte jenter som har det bra og som i dag ikke opplever stress og press i u håndterbar grad. Disse jentene faller inn i beskrivelsen av at flertallet av dagens ungdom har det bra (Bakken, Sletten og Eriksen, 2018; Bakken, 2019). Det at det er stor variasjon mellom dagens ungdom (Bakken et al., 2018), kan vi ved å se vår forskning i sammenheng med ungdataresultater og NOVA-rapporten (Eriksen et al., 2017), bidra til å understreke. Totalt sett mestrer alle jentene vi snakket med hverdagen godt, og ingen av dem opplever press på mange områder. Men, en av jentene opplever utseendepress, og selv om hun i dag er frisk og har det bra, har hun tidligere vært syk som følge av dette presset. Dette viser at selv de som vokser opp i samme miljø, går på samme skole, og er i samme vennegjeng, vil reagere ulikt på de krav og forventninger man opplever samfunnet stiller. Det handler om individuelle forskjeller og forutsetninger.

Setter vi vår forskning opp imot NOVA-rapporten om stress og press blant ungdom i Oslo (Eriksen et al., 2017), ser vi at bosted kan spille en rolle for hvorvidt man opplever stress og press eller ikke, og i hvor stor grad dette oppleves. Selv om vi ikke fant store forskjeller mellom by- og bygdejentenes opplevelse av stress og press, ser vi store forskjeller mellom jenter ved 10. trinn i Oslo og våre informanters opplevelser. Dette kan tyde på at jenter i storbyer opplever et større press i hverdagen, enn jenter som bor i mindre byer og tettsteder. I og med at denne oppgaven ikke bygger på mer enn åtte jenters subjektive opplevelser kan vi naturligvis ikke med sikkerhet si at sånn er det. Kanskje bør det mer kvalitativ forskning til på ungdommer som ikke bor i storbyer.

Ungdataundersøkelsene er kvantitative spørreundersøkelser som bidrar med mye god kunnskap om hvordan ungdommer i Norge har det. Vi tenker at det hadde vært positivt med mer kunnskap om hva som ligger bak svarene ungdommene gir i disse skjemaene. For det er jo slik, at mediene bidrar til å tegne et bilde av unge jenter som sliter seg syke og blant annet lider av angst. Som vi har diskutert tidligere kan slik eksponering av psykiske lidelser bidra til at mange tror de er sykere enn de egentlig er, og dette kan slå uheldig ut i kvantitative undersøkelser, tror vi. Derfor tenker vi at mer kvalitativ og omfattende forskning på dagens ungdomsgenerasjon, i samspill med den kvantitative forskningen bør til for å kunne trekke slutninger om hvordan det faktisk står til med dagens ungdom, totalt sett.

Ser vi på våre funn og ungdatabundersøkelsene som i hovedsak viser at ungdom i dag har det bra, kan det virke som at mediene gjør fenomenet «generasjon prestasjon» til noe større og mer problematisk enn det egentlig er. Vi skal likevel ta på alvor at det faktisk finnes en god del ungdom der ute som sliter og har det tøft, og hvorfor det er slik er absolutt et område det bør forskes videre på. Vi ser også at det kunne vært interessant å se nærmere på hvilken rolle foreldrenes jobb og utdanning spiller for ungdommens opplevelse av særlig skole- og utdanningspress. Dette har ikke fått plass i vår oppgave, da det ikke har vært et fokus for oss. Kanskje kan det være utgangspunkt for et annet forskningsprosjekt. Det er jo interessant at den jenta som har høyest utdannede foreldre, lege og advokat, også er den som stiller høyest krav til seg selv hva gjelder karakterer. Hun er også den eneste som allerede har bestemt seg for utdanningsveg (juss) og lagt en klar plan for å komme dit.

Våre funn om jenters opplevelse av hverdagen med skole, fritid og sosiale medier har vært positive. Til de ungdommene som sliter seg ut i jaget etter «det perfekte liv», tenker vi at vi ikke kan få sagt ofte nok at samfunnet ikke fungerer uten de som sitter bak kassa på dagligvarebutikkene, uten renholdere og søppeltømmere. Høy utdanning er ikke nødvendigvis ensbetydende med et godt liv. Selv om individualiseringstenen legger ansvaret i våre egne hender, betyr ikke det at det ikke er godt nok å være bussjåfør, taxisjåfør, eller barnehageassistent. Det ligger ikke for enhver å få gode karakterer, og det er ikke nødvendigvis en forutsetning for et lykkelig liv. Som Håkon Avseth så fint skrev:

Om livet vi har fått utelukkende skal handle om skole, jobb og en mastergrad, når skal vi da forelske oss, le og skape minner for livet? Hvorfor skal alle ha ei hytte på fjellet, et naust ved sjøen og en ubrukelig mastergrad? (Avseth, 2015)

Litteratur

- Aagre, W. (2014). *Ungdomskunnskap- Hverdagslivets kulturelle former* (2. utg.). Bergen: Fagbokforlaget
- Aalen, I. (2013). *En kort bok om sosiale medier*. Bergen: Fagbokforlaget
- Aalen, I. (2015). *Sosiale medier*. Bergen: Fagbokforlaget
- Bakken, A. (2019). *Ungdata. Nasjonale resultater 2019*, NOVA Rapport 9/19. Oslo: NOVA, OsloMet
- Bakken, A., Sletten, M. A., & Eriksen, I. M. (2018). Generasjon prestasjon? Ungdoms opplevelse av stress og press. *Tidsskrift for ungdomsforskning. Norwegian journal of youth research*. 2-2018, 46-76. Hentet fra <https://journals.hioa.no/index.php/ungdomsforskning/article/view/3151/3083>
- Baumann, Z. (2006). *Flytende Modernitet*. (2. utg.). Oslo: Vidarforlaget A/S.
- Beck, U. (1992). *Risk Society. Towards a New Modernity*. London: SAGE Publications
- Brinkmann, S. & Tangaard, L. (2012). Intervjuet: Samtalen som forskningsmetode. I S. Brinkmann & L. Tangaard (Red.), *Kvalitative metoder: Empiri og teoriutvikling* (s. 17-46). Oslo: Gyldendal Akademisk.
- Bru, E. (2019). Stress og mestring i skolen- En forståelsesmodell. I E. Bru. & P. Roland. (Red.), *Stress og mestring i skolen* (s. 20-46). Bergen: Fagbokforlaget
- Deci, E. L. & R. M. Ryan (1985). The general causality orientations scale: Self- determination in personality. *Journal of research in personality* 19(2): 109–134.
- Eriksen, I. M., Sletten, M. A., Bakken, A. & Soest, T. V. (2017). *Stress og press blant ungdom- Erfaringer, årsaker og utbredelse av psykiske helseplager*. (NOVA rapport 6/2017). Oslo: Norsk institutt for forskning om oppvekst, velferd og aldring.
- Elstad, E. & Sivesind, K. (2010). OECD setter dagsorden. I E. Elstad & K. Sivesind. (Red.), *PISA- sannheten om skolen?* Oslo: Universitetsforlaget. ‘
- Espnes, G., & Smedslund, G. (2009). *Helsepsykologi* (2. utg. ed.). Oslo: Gyldendal akademisk.

- Everett, E. L., & Furseth, I. (2012). *Masteroppgaven. Hvordan begynne – og fullføre* (2. utg.). Oslo: Universitetsforlaget.
- Fauske, H. (2011). Oppvekst i et samfunn i endring. I A. Hatland. (Red.), *Veivalg i velferdspolitikken* (s. 35-49). Bergen: Fagbokforlaget.
- Giddens, A. (1991). *Modernity and Self-Identity. Self and Society in the Late Modern Age*. Stanford: Stanford University Press
- Grønmo, S. (2016). *Samfunnsvitenskapelige metoder* (2. utg.). Bergen: Fagbokforlaget.
- Hannemyr, G., Liestøl, G., Lüders, M., & Rasmussen, T. (2015) *Digitale medier: teknologi, anvendelser, samfunn* (3. utg.). Oslo: Universitetsforlaget.
- Heggen, K. & Øia, T. (2005). *Ungdom i endring: Mestring og marginalisering*. Oslo: Abstrakt forlag.
- Illeris, K., Katznelson, N., Nielse, J. K., Simonsen, B., & Sørensen, N. U. (2009). *Ungdomsliv. Mellom individualisering og standardisering*. Fredriksberg C: Samfundslitteratur.
- Jacobsen, D. I. (2015). *Hvordan gjennomføre undersøkelser? Innføring i samfunnsvitenskapelig metode* (3.utg.). Oslo: Cappelen Damm Akademisk.
- Kleven, T. A. (2011). Skal vi tro på forskningsresultatene? I T. A. Kleven, F. Hjørdemaal & K. Tveit (Red.), *Innføring i pedagogisk forskningsmetode: En hjelp til kritisk tolkning og vurdering* (2. utg., s. 9-26). Oslo: Unipub.
- Krange, O. (2004). *Grenser for individualisering: Ungdom mellom ny og gammel modernitet*. (Doktoravhandling, Universitetet i Oslo). Hentet fra http://www.ungdata.no/asset/4368/1/4368_1.pdf
- Kunnskapsdepartementet. (2005). *Kunnskapsløftet: reformen i grunnskole og videregående opplæring*. Hentet fra https://www.regjeringen.no/globalassets/upload/kilde/ufd/prm/2005/0081/ddd/pdfv/256458-kunnskap_bokmaal_low.pdf
- Kvale, S. & Brinkmann, S. (2009). *Det kvalitative forskningsintervju* (2. utg.). Oslo: Gyldendal Akademisk.

- Lillemyr, O. (2007). *Motivasjon og selvforståelse : Hva ligger bak det vi gjør?* Oslo: Universitetsforlaget
- Lindseth, A., & Norberg, A. (2004). A phenomenological hermeneutical method for researching lived experiences. *Scandinavian Journal of Caring Sciences*, 18, 145–153. Hentet fra <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1111/j.1471-6712.2004.00258.x>
- Madsen, O. J. (2018). *Generasjon prestasjon, hva er det som feiler oss?* Oslo: Universitetsforlaget.
- Medietilsynet (2018). *Barn og Medier (2018). 9-18 åringer om medievaner og opplevelser*. Hentet 02.02.2020 fra: <https://medietilsynet.no/globalassets/publikasjoner/barn-og-medier-undersokelser/barn-og-medier-2018-oppdater-versjon---oktober-2019.pdf>
- Oslomet. (u.å). Om NOVA. Hentet fra <https://www.oslomet.no/om/nova/om-nova>
- Perloff, R. M. (2014). *Social media effects on young women's body image concerns: Theoretical perspectives and an agenda for research*. *Sex Roles*, 71(11-12), 363- 377.
- Rasmussen, T., Liestøl, G., & Hannemyr, G. (2015). *Digitale medier: Teknologi, anvendelser, samfunn* (3. utg. ed.). Oslo: Universitetsforlaget.
- Ryan, R. M. & Deci, E. L. (2000). *Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development and life satisfaction*. *American Psychologist*, 55 (1), 68-78.
- Samdal, O., Wold, B., Harris, A. & Torsheim, T. (2017) *Stress og mestring*. (Hemil-rapport 08/2017). Hentet fra https://www.helsedirektoratet.no/rapporter/stress-og-mestring/Stress%20og%20mestring.pdf/_attachment/inline/11df8af9-831e-4535-aaef-43178fa9b389:faf7b30a63b6004ff91eb7d4bbf2c6a89c4d4718/Stress%20og%20mestring.pdf
- Sand, L. (2019). Kroppspress som kilde til stress i skolen. I E. Bru. & P. Roland. (Red.), *Stress og mestring i skolen* (s. 20-46). Bergen: Fagbokforlaget
- Sandberg, N. & Markussen, E. (2007). Reformen i utdanningssamfunnet- hva har de ført til? I Å. Strandbu & T. Øia (Red.), *Ung i Norge: Skole, fritid og ungdomskultur* (s. 28-41). Oslo: Cappelen Akademisk Forlag.
- Sletten, M. A. & Bakken, A. (2016). *Psykiske helseplager blant ungdom- Tidstrender og samfunnsmessige forklaringer*. NOVA notat 4/2016. Hentet fra <https://utdanningsforskning.no/contentassets/95d85d2544d244cf99b762adf66dfef4/web-utgave-notat-4-16.pdf>

- Skaalvik, E. M. & Federici, R. A. (2015). Prestasjonspresset i skolen. *Bedre skole* 3/2015: 11-15. Hentet fra <https://utdanningsforskning.no/artikler/prestasjonspresset-i-skolen/>
- Skaalvik, E. M., & Skaalvik, S. (2017). Prestasjonspresset i skolen. I M. Uthus (Red.), *Elevenes psykiske helse i skolen: Utdanning til å mestre sine egne liv* (s. 47-66) Oslo: Gyldendal Akademisk.
- Solberg, E. (2019). *Statsministerens nyttårstale 2019*. Hentet fra <https://www.regjeringen.no/no/aktuelt/statsministerens-nyttarstale-2019/id2623249/>
- Thagaard, T. (2013). *Systematikk og innlevelse: En innføring i kvalitativ metode* (4. utg.). Bergen: Fagbokforlaget.
- Thomassen, M. (2006). *Vitenskap, kunnskap og praksis: Innføring i vitenskapsfilosofi for helse- og sosialfag*. Oslo: Gyldendal Akademisk.
- Turkle, S. (2011). *Alone together : Why we expect more from technology and less from each other*. New York: Basic Books
- Turner, D. W. (2010). Qualitative Interview Design: A Practical Guide for Novice Investigators. *The Qualitative Report*, 15(3), 754-760. Hentet fra <http://nsuworks.nova.edu/tqr/vol15/iss3/19>
- Tvedt, M. S. & Bru, E. (2019). Et motivasjonsfremmende og stressdempende læringsmiljø. I E. Bru & P. Roland (Red.), *Stress og mestring i skolen* (s. 47-72). Bergen: Fagbokforlaget.
- Ungdata.no. (u.å.). *Finn Ungdata-tall fra din kommune*. Hentet fra <http://ungdata.no/>
- Ungdata.no (2016). *Hva er ungdata?* Hentet fra <http://www.ungdata.no/Om-undersokelsen/Hva-er-Ungdata>
- Utdannings- og Forskningsdepartementet. (2004). Kultur for læring. (St.meld.nr.30 (2003-2004)) Hentet fra <https://www.regjeringen.no/contentassets/988cdb018ac24eb0a0cf95943e6cdb61/no/pdfs/stm200320040030000dddpdfs.pdf>
- Von Soest, T., & Hyggen, C. (2013). Psykiske plager blant ungdom og unge voksne- hva vet vi om utviklingen i de siste årtiene? I T. Hammer & C. Hyggen (Red.), *Ung voksen og utenfor- mestring og marginalitet på vei til voksenliv* (s. 88-109). Oslo: Gyldendal Akademisk

Øia, T. (2007). Flinke jenter og gutter i utakt. I Å. Strandbu & T. Øia (Red.), *Ung i Norge: Skole, fritid og ungdomskultur* (s. 62-83). Oslo: Cappelen Akademisk Forlag.

Øksnes, M., Sundsdal, E., & Haugen, C. R. (Red.). (2018). *Ungdom, danning og fellesskap. Samfunns- og kulturpedagogiske perspektiv*. Oslo: Cappelen Damm Akademisk.

Avisoverskrifter

Ertesvåg, F., Wallenius, H., Huuse, C. F., & Jæger, O. (2016). Barn og unge stresser seg syke: Christina ble hasteinnlagt. *VG*. Hentet fra <https://www.vg.no/nyheter/innenriks/i/kaObwj/barn-og-unge-stresser-seg-syke-christina-ble-hasteinnlagt>

Svendgård, J. I. (2018). Jeg føler et press på å være mange forskjellige versjoner av meg selv. *Aftenposten, meninger Si ;D-innlegg*. Hentet fra <https://www.aftenposten.no/meninger/sid/i/EogAA5/jeg-foeler-et-pess-for-aa-vaere-mange-forskjellige-versjoner-av-meg-selv-julie-irene-svendgaard>

Landro, L. H. (2017). «Generasjon prestasjon» blir fort «generasjon depresjon». *Dagbladet*. Hentet fra <https://www.dagbladet.no/kultur/generasjon-prestasjon-blir-fort-generasjon-depresjon/67637171>

Vedlegg 1 Intervjuguide

Foreløpig problemstilling: Generasjon prestasjon i et geografisk perspektiv: hvordan oppleves stress og press i hverdagen for jenter ved 10. trinn? Spiller bosted noen rolle for hvorvidt man opplever dette stresset og presset?

Innledning

- Hvor gammel er du?
- Har du bodd her hele ditt liv?

Vi vil intervju deg fordi vi er interessert i å finne ut mer om hvordan det er å være ungdom i dag. Vi har valgt ut noen temaer som vi ønsker å snakke om. Husk at dette er anonymt, og at ingen vil kunne finne ut hva du har svart på våre spørsmål. Hvis du lurer på noe eller det er noe du ikke forstår, må du bare spørre. Si ifra hvis du trenger en pause, eller ikke vil fortsette. Dette er helt frivillig å være med på, og det finnes ingen gale svar. Du er ekspert på hvordan det er å være ung i dag.

- **Skole**
 - Hvordan trives du på skolen?
 - Hvordan er din motivasjon i forhold til skolen?
 - Synes du at du har mye lekser? Hvor mye tid vil du si du bruker på lekser?
 - Har du ofte prøver? Hvordan synes du dette er?
 - Er det viktig for deg å få gode karakterer?
 - Er du for eksempel fornøyd hvis du får karakter 4 på en prøve?
 - Hvorfor/hvorfor ikke?
 - Har du tenkt noe på hva du ønsker å gjøre neste år? Hvilken videregående skole vil du søke på?
 - Ligger den skolen her, eller i en annen by/bygd?
 - Har du tenkt enda lenger fram i tid? Hva har du lyst til å jobbe med? Har du tenkt på om du vil studere eller ta utdanning?
 - Føler du at andre har forventninger til hvordan du gjør det på skolen, til hvilke karakterer du får, hvor flink du er med skolearbeidet osv..?
 - I så fall, hvem kommer med disse forventningene?
 - Hva jobber foreldrene dine med?

- **Fritid og sosiale medier**

- Ungdataundersøkelsene som ble gjort i 2018 viser at 81% av jenter ved 10. trinn i Norge trener én gang i uka eller mer.
 - Trener du? I så fall hvordan? Hvor mye tid bruker du på dette i løpet av en uke ca?

- Går du på fester?
 - Hvis ja: Hva gjør dere på en typisk fest? Drikkes det alkohol? Driker du alkohol?
 - Hvis nei: hvorfor ikke?

- Forskning viser at 15-16 åringer bruker i gjennomsnitt 3,5 timer per døgn på nettet.
 - Hvilke sosiale medier bruker du i hverdagen?
 - Hva bruker du det til?
 - Hvor mye tid tror du at du bruker på internett (mobil, data, spill osv) i løpet av en dag?
 - Når det kommer til sosiale medier, er det viktig for deg hvordan profilene dine ser ut?
 - Er likes viktig for deg? Hvorfor/hvorfor ikke?
Hva føler du når du får en like? (evt oppfølging spm: hvorfor blir du glad..? Hva tror du det betyr..?)
 - På skolen din, er det slik at mange likes på bilder, er det samme som at du er populær?

- Det finnes mange instagrammere og bloggere som lever av å «dele» livet sitt med andre på sosiale medier. Det virker som de lever «det perfekte liv» med et fint hus, leilighet, moderne møbler, de spiser ute på restaurant flere dager i uken, har den «perfekte» kroppen, og de «riktige» vennene.
 - Hvis du følger/ser noen av disse profilene, tror du det gjør noe med deg på noen måte?
 - Tenker du at det er normalt å leve, og se ut som, disse bloggerne? hvorfor/hvorfor ikke?

- **Stress og press**

- Nå har vi vært innom en del temaer. Blant annet skole, trening, alkohol og sosiale medier. Forskning viser at dette er temaer som kan bidra til å skape

stress og press blant ungdommer i dag. Vi opplever at ungdom i dag kan føle seg stresset i hverdagen fordi de ikke rekker over alt. Ungdom skal for eksempel lese til prøver, trene og være sosiale, de kan føle at det blir for mye på en gang.

- Er dette noe du kjenner deg igjen i? evt, hvorfor/hvordan? Kan du si litt mer om dette?
 - Eventuelt oppfølgings spørsmål: Føler du på et tidspress i hverdagen? At du ikke strekker til, eller ikke rekker alt? Evt hvordan/hva?
 - Føler du deg ofte sliten?
.. at du ikke er bra nok?
I så fall: Kan du si litt mer om dette?
- I dag snakkes det også mye om at ungdommer vokser opp i et prestasjonssamfunn, hvor det skal presteres på alle arenaer, og for mange er kun det beste godt nok.
- Hva tenker du om dette?
- Man kan oppleve press på mange områder, for eksempel i forhold til resultater på skolen og idrett, men også blant venner. Vi har inntrykk av at det er viktig for mange ungdommer i dag å være kul, se bra ut, ha en fin kropp og moteriktige klær.
- Er noe av dette viktig for deg?
 - Kjenner du noen gang på noen form for press i din vennegjeng? Evt kan du si litt mer om dette?
 - Er det fokus på kropp og utseende blant dine venner?
 - En undersøkelse gjort av Press i 2018 viser at 68% av jentene vil endre på noe ved eget utseende. Hva tenker du om det?
- Er press og prestasjonsangst noe som blir snakket om på skolen og hjemme?
- Hvis det er slik at du føler på press av og til, hvordan opplever du det?
- Snakker du med noen om det?
 - Evt, hvor gammel tror du at du var da du begynte å kjenne på press?
- Er du enig i at det er mye press på ungdom i dag?
- Hvis ja:
- Hvem/eller hva har skylden for dette, tror du?
 - Hva tenker du om sosiale medier og press?
 - Har du noen tanker om hva som må til for at dette skal snu/bli bedre?

Hvis nei:

- Hvorfor ikke?

- **Til slutt**

- Trives du her du bor?
 - Ser du for deg å bli boende her, eller å flytte på deg etter hvert?
- Tror du at det er noen forskjell på hvordan dere som bor her og jenter som bor i større byer/mindre bygd opplever de temaene vi har snakket om? (sosiale medier, utseende press, karakterpress osv)
- Er det noe vi ikke har snakket om som du tenker er viktig, eller føler du ikke har fått fram?

Tusen takk for at du stilte opp!

Vil du delta i forskningsprosjektet «Generasjon prestasjon i et geografisk perspektiv»?

Hei!

Dette er et spørsmål til deg om å delta i et forskningsprosjekt hvor formålet er å finne ut av hvordan bosted spiller inn på jenter ved 10. trinn sin opplevelse av stress og press i hverdagen. I dette skrivet gir vi deg informasjon om målene for prosjektet og hva deltakelse vil innebære for deg.

Formål

Vi er to masterstudenter i pedagogikk ved Høgskolen i Innlandet, avdeling Lillehammer. Vi skal nå i gang med vår masteroppgave hvor vi har valgt temaet «Generasjon prestasjon i et geografisk perspektiv». Målet med dette prosjektet er å finne ut om det er noen forskjeller i forhold til hvordan jenter på 10. trinn i byen og jenter på 10. trinn på bygda, opplever stress og press i hverdagen. Er det mye press på ungdom i dag? Hvilke arenaer opplever jenter press fra? Hvilke rolle spiller sosiale medier i jenters liv? Hvilken rolle spiller skole og karakterer i livet deres?

Gjennom intervju ønsker vi å snakke med deg om temaer som skole, fritid, sosiale medier, og stress og press. Husk at det er du som er ekspert på hvordan ungdommen har det i dag, og at det ikke finnes noen rette eller gale svar på våre spørsmål. Det er *din* opplevelse av hverdagen som ungdom, vi er interessert i.

Hvem er ansvarlig for forskningsprosjektet?

Høgskolen i Innlandet, avdeling Lillehammer er ansvarlig for prosjektet.

Prosjektansvarlig Harald Øyvind Thuen.

Hvorfor får du spørsmål om å delta?

Utvalget til dette prosjektet er tilfeldig. Vi har valgt din skole, og håper at fire av jentene ved 10. trinn ønsker å delta i vårt forskningsprosjekt.

Hva innebærer det for deg å delta?

Hvis du velger å delta i dette prosjektet vil vi gjennomføre et intervju med deg som vil ta ca 45 minutter-1 time. Her vil vi stille deg spørsmål om temaene som nevnt over: skole, fritid, sosiale medier, og stress og press. Vi ønsker å ta lydopptak og notater av intervjuet. Dette vil bli slettet når prosjektet er ferdigstilt i januar 2020.

Hvis det er ønskelig kan foreldre ved å ta kontakt få se intervjuguide på forhånd.

Det er frivillig å delta

Det er frivillig å delta i prosjektet. Hvis du velger å delta, kan du når som helst trekke samtykke tilbake uten å oppgi noen grunn. Alle opplysninger om deg vil bli anonymisert. Det vil ikke ha noen negative konsekvenser for deg hvis du ikke vil delta eller senere velger å trekke deg. Om du velger å delta eller ikke vil ikke påvirke ditt forhold til skolen eller lærerne dine.

Ditt personvern – hvordan vi oppbevarer og bruker dine opplysninger

Vi vil kun bruke opplysningene om deg til formålene vi har fortalt om i dette skrivet. Vi behandler opplysningene konfidensielt og i samsvar med personvernregelverket.

- Det er kun vi som gjennomfører intervjuet, og veileder som vil ha tilgang til opplysningene du gir i intervjuet.
Ingen uvedkommende vil få tilgang til dine personopplysninger. Ditt navn vil bli anonymisert, og du vil ikke kunne bli gjenkjent i den ferdige masteroppgaven.

Hva skjer med opplysningene dine når vi avslutter forskningsprosjektet?

Prosjektet skal etter planen avsluttes 15.01.2020. Når den ferdige masteroppgaven levers vil vi slette lydopptak, notater fra intervju og andre opplysninger vi eventuelt har om deg.

Dine rettigheter

Så lenge du kan identifiseres i datamaterialet, har du rett til:

- innsyn i hvilke personopplysninger som er registrert om deg,
- å få rettet personopplysninger om deg,
- få slettet personopplysninger om deg,
- få utlevert en kopi av dine personopplysninger (dataportabilitet), og
- å sende klage til personvernombudet eller Datatilsynet om behandlingen av dine personopplysninger.

Hva gir oss rett til å behandle personopplysninger om deg?

Vi behandler opplysninger om deg basert på ditt samtykke.

På oppdrag fra Høgskolen i Innlandet, avdeling Lillehammer har NSD – Norsk senter for forskningsdata AS vurdert at behandlingen av personopplysninger i dette prosjektet er i samsvar med personvernregelverket.

Hvor kan jeg finne ut mer?

Hvis du har spørsmål til studien, eller ønsker å benytte deg av dine rettigheter, ta kontakt med:

- *Høgskolen i Innlandet, avdeling Lillehammer ved Harald Øyvind Thuen, 61 28 81 62, harald.thuen@inn.no*
Student Fredrik Raknes, 41 25 76 50, frerak@gmail.com
Student Ann-Julie Arnesen, 47 81 55 51, annjulie.arnesen@yahoo.com
- Vårt personvernombud: *Hans Petter Nyberg*
- NSD – Norsk senter for forskningsdata AS, på epost (personverntjenester@nsd.no) eller telefon: 55 58 21 17.

Med vennlig hilsen

Prosjektansvarlig
(Forsker/veileder)

Eventuelt student

Samtykkeerklæring

Jeg har mottatt og forstått informasjon om prosjektet *Generasjon prestasjon i et geografisk perspektiv* og har fått anledning til å stille spørsmål. Jeg samtykker til:

å delta i intervju

Jeg samtykker til at mine opplysninger behandles frem til prosjektet er avsluttet, ca.

15.01.2020

(Signert av prosjektdeltaker og forelder, dato)

Vedlegg 3

Ungdataresultater fra ti tilfeldige bykommuner i Norge

| Tema | By 1 | By 2 | By 3 | By 4 | By 5 | By 6 | By 7 | By 8 | By 9 | By 10 | Gj.snitt |
|---|------|------|------|------|------|------|------|------|------|-------|----------|
| Svært eller litt fornøyd med lokalmiljøet | 79 % | 72 % | 70 % | 72 % | 68 % | 74 % | 70 % | 69 % | 73 % | 68 % | 72 % |
| Minst 3 timer foran skjerm daglig | 77 % | 81 % | 84 % | 79 % | 84 % | 81 % | 85 % | 84 % | 83 % | 87 % | 83 % |
| Bruker daglig 1 time eller mer på sosiale medier | 55 % | 58 % | 61 % | 59 % | 60 % | 57 % | 62 % | 65 % | 60 % | 66 % | 60 % |
| Bruker daglig minst 1 time på lekser | 56 % | 45 % | 41 % | 39 % | 36 % | 38 % | 43 % | 45 % | 44 % | 27 % | 41 % |
| Helt enig i at de trives svært godt på skolen | 70 % | 66 % | 63 % | 66 % | 60 % | 70 % | 62 % | 65 % | 64 % | 58 % | 64 % |
| Ungdomsskoleelever som er med i en fritidsorganisasjon | 68 % | 61 % | 65 % | 72 % | 66 % | 71 % | 64 % | 60 % | 70 % | 61 % | 66 % |
| Veldig mye/ganske mye plaget av ensomhet | 16 % | 20 % | 23 % | 21 % | 23 % | 17 % | 21 % | 24 % | 20 % | 23 % | 21 % |
| Svært fornøyd/litt fornøyd med vennene sine | 88 % | 85 % | 85 % | 87 % | 83 % | 87 % | 86 % | 85 % | 87 % | 86 % | 86 % |
| Trener minst en gang i uka | 81 % | 81 % | 86 % | 86 % | 85 % | 87 % | 81 % | 80 % | 87 % | 81 % | 84 % |
| Mye plaget av depressive symptomer ** | 10 % | 15 % | 14 % | 15 % | 18 % | 10 % | 15 % | 18 % | 15 % | 18 % | 15 % |
| Svart ja på om de tror de vil ta høyere utdanning (høyskole, universitet) | 65 % | 76 % | 70 % | 65 % | 59 % | 66 % | 62 % | 61 % | 64 % | 60 % | 65 % |

** Ungdommene har svart at de er minst ganske mye plaget av disse symptomene: "Følt at alt er et slit", "Hatt søvnproblemer", "Følt deg ulykkelig, trist eller deprimert", "Følt håpløshet med tanke på framtida", "Følt deg stiv eller anspent" og "bekymret deg for mye om ting"

Tabellen er utarbeidet fra tall hentet fra Ungdata.no

Ungdataresultater fra ti tilfeldige bygdekommuner i Norge

| Tema | Bk* 1 | Bk 2 | Bk 3 | Bk 4 | Bk 5 | Bk 6 | Bk 7 | Bk 8 | Bk 9 | Bk 10 | Gj.snitt |
|---|-------|------|------|------|------|------|------|------|------|-------|----------|
| Svært eller litt fornøyd med lokalmiljøet | 64 % | 60 % | 70 % | 63 % | 55 % | 76 % | 78 % | 67 % | 70 % | 60 % | 66 % |
| Minst 3 timer foran skjerm daglig | 82 % | 73 % | 83 % | 85 % | 88 % | 79 % | 85 % | 76 % | 80 % | 85 % | 82 % |
| Bruker daglig 1 time eller mer på sosiale medier | 63 % | 55 % | 77 % | 61 % | 65 % | 55 % | 67 % | 50 % | 62 % | 60 % | 62 % |
| Bruker daglig minst 1 time på lekser | 41 % | 21 % | 68 % | 20 % | 40 % | 21 % | 27 % | 30 % | 17 % | 32 % | 32 % |
| Helt enig i at de trives svært godt på skolen | 57 % | 37 % | 72 % | 45 % | 51 % | 80 % | 66 % | 61 % | 72 % | 47 % | 59 % |
| Ungdomsskoleelever som er med i en fritidsorganisasjon | 66 % | 80 % | 81 % | 69 % | 56 % | 65 % | 63 % | 49 % | 81 % | 64 % | 67 % |
| Veldig mye/ganske mye plaget av ensomhet | 22 % | 33 % | 21 % | 26 % | 26 % | 18 % | 14 % | 20 % | 22 % | 25 % | 23 % |
| Svært fornøyd/litt fornøyd med vennene sine | 84 % | 72 % | 83 % | 88 % | 84 % | 91 % | 89 % | 78 % | 87 % | 83 % | 84 % |
| Trener minst en gang i uka | 87 % | 84 % | 85 % | 72 % | 77 % | 85 % | 86 % | 82 % | 87 % | 79 % | 82 % |
| Mye plaget av depressive symptomer ** | 14 % | 14 % | 9 % | 16 % | 19 % | 8 % | 10 % | 10 % | 18 % | 18 % | 14 % |
| Svart ja på om de tror de vil ta høyere utdanning (høyskole, universitet) | 52 % | 47 % | 51 % | 58 % | 54 % | 50 % | 56 % | 57 % | 39 % | 44 % | 51 % |

*Bk=bygdekommune

** Ungdommene har svart at de er minst ganske mye plaget av disse symptomene: "Følt at alt er et slit", "Hatt søvnproblemer", "Følt deg ulykkelig, trist eller deprimert", "Følt håpløshet med tanke på framtida", "Følt deg stiv eller anspent" og "bekymret deg for mye om ting"

Tabellen er utarbeidet fra tall hentet fra Ungdata.no

NORSK SENTER FOR FORSKNINGSDATA

NSD sin vurdering

Prosjekttittel

Generasjon prestasjon i et geografisk perspektiv

Referansenummer

542123

Registrert

27.03.2019 av Ann-Julie Arnesen - 160731@stud.inn.no

Behandlingsansvarlig institusjon

Høgskolen i Innlandet / Fakultet for lærerutdanning og pedagogikk / Institutt for pedagogikk - Lillehammer

Prosjektansvarlig (vitenskapelig ansatt/veileder eller stipendiat)

Harald Øivind Thuen , harald.thuen@inn.no, tlf: 61288162

Type prosjekt

Studentprosjekt, masterstudium

Kontaktinformasjon, student

Ann-Julie Arnesen, annjulie.arnesen@yahoo.com, tlf: 47815551

Prosjektperiode

11.03.2019 - 15.05.2020

Status

03.02.2020 - Vurdert

Vurdering (2)

03.02.2020 - Vurdert

NSD har vurdert endringen registrert 29.01.2020.

Vi har nå registrert 15.05.2020 som ny sluttdato for forskningsperioden.

NSD vil følge opp ved ny planlagt avslutning for å avklare om behandlingen av personopplysningene er avsluttet.

Lykke til videre med prosjektet!

Kontaktperson hos NSD: Kajsa Amundsen

Tlf. Personverntjenester. 55 58 21 17 (tast 1)

03.05.2019 - Vurdert

Det er vår vurdering at behandlingen av personopplysninger i prosjektet vil være i samsvar med personvernlovgivningen så fremt den gjennomføres i tråd med det som er dokumentert i meldeskjemaet 03.05.2019 med vedlegg, samt i meldingsdialogen mellom innmelder og NSD. Behandlingen kan starte.

MELD VESENTLIGE ENDRINGER

Dersom det skjer vesentlige endringer i behandlingen av personopplysninger, kan det være nødvendig å melde dette til NSD ved å oppdatere meldeskjemaet. Før du melder inn en endring, oppfordrer vi deg til å lese om hvilke type endringer det er nødvendig å melde:

https://nsd.no/personvernombud/meld_prosjekt/meld_endring_er.html Du må vente på svar fra NSD før endringen gjennomføres.

TYPE OPPLYSNINGER OG VARIGHET

Prosjektet vil behandle særlige kategorier av personopplysninger om helseforhold og alminnelige kategorier av personopplysninger frem til 15.01.2020.

LOVLIG GRUNNLAG

Prosjektet vil innhente samtykke fra de registrerte til behandlingen av personopplysninger. Vår vurdering er at prosjektet legger opp til et samtykke i samsvar med kravene i art. 4 nr. I I og art. 7, ved at det er en frivillig, spesifikk, informert og utvetydig bekreftelse, som kan dokumenteres, og som den registrerte kan trekke tilbake.

Lovlig grunnlag for behandlingen vil dermed være den registrertes uttrykkelige samtykke, jf.

personvernforordningen art. 6 nr. 1 a), jf. art. 9 nr. 2 bokstav a, jf. personopplysningsloven S 10, jf. S 9 (2).

PERSONVERNPRINSIPPER

NSD vurderer at den planlagte behandlingen av personopplysninger vil følge prinsippene i personvernforordningen om:

- lovlighet, rettferdighet og åpenhet (art. 5.1 a), ved at de registrerte får tilfredsstillende informasjon om og samtykker til behandlingen
- formålsbegrensning (art. 5.1 b), ved at personopplysninger samles inn for spesifikke, uttrykkelig angitte og berettigede formål, og ikke viderebehandles til nye uforenlige formål

- dataminimering (art. 5.1 c), ved at det kun behandles opplysninger som er adekvate, relevante og nødvendige for formålet med prosjektet
- lagringsbegrensning (art. 5.1 e), ved at personopplysningene ikke lagres lengre enn nødvendig for å oppfylle formålet

DE REGISTRERTES RETTIGHETER

Så lenge de registrerte kan identifiseres i datamaterialet vil de ha følgende rettigheter: åpenhet (art. 12), informasjon (art. 13), innsyn (art. 15), retting (art. 16), sletting (art. 17), begrensning (art. 18), underretning (art. 19), dataportabilitet (art. 20).

NSD vurderer at informasjonen som de registrerte vil motta oppfyller lovens krav til form og innhold, jf. an.

12.1 og art. 13.

Vi minner om at hvis en registrert tar kontakt om sine rettigheter, har behandlingsansvarlig institusjon plikt til å svare innen en måned.

FØLG DIN INSTITUSJONS RETNINGSLINJER

NSD legger til grunn at behandlingen oppfyller kravene i personvernforordningen om riktighet (art. 5.1 d), integritet og konfidensialitet (art. 5.1. f) og sikkerhet (art. 32).

For å forsikre dere om at kravene oppfylles, må dere følge interne retningslinjer og eventuelt rådføre dere med behandlingsansvarlig institusjon.

OPPFØLGING AV PROSJEKTET

NSD vil følge opp ved planlagt avslutning for å avklare om behandlingen av personopplysningene er avsluttet.

Lykke til med prosjektet!

Kontaktperson hos NSD: Kajsa Amundsen

Tlf. Personverntjenester: 55 58 21 17 (tast I)