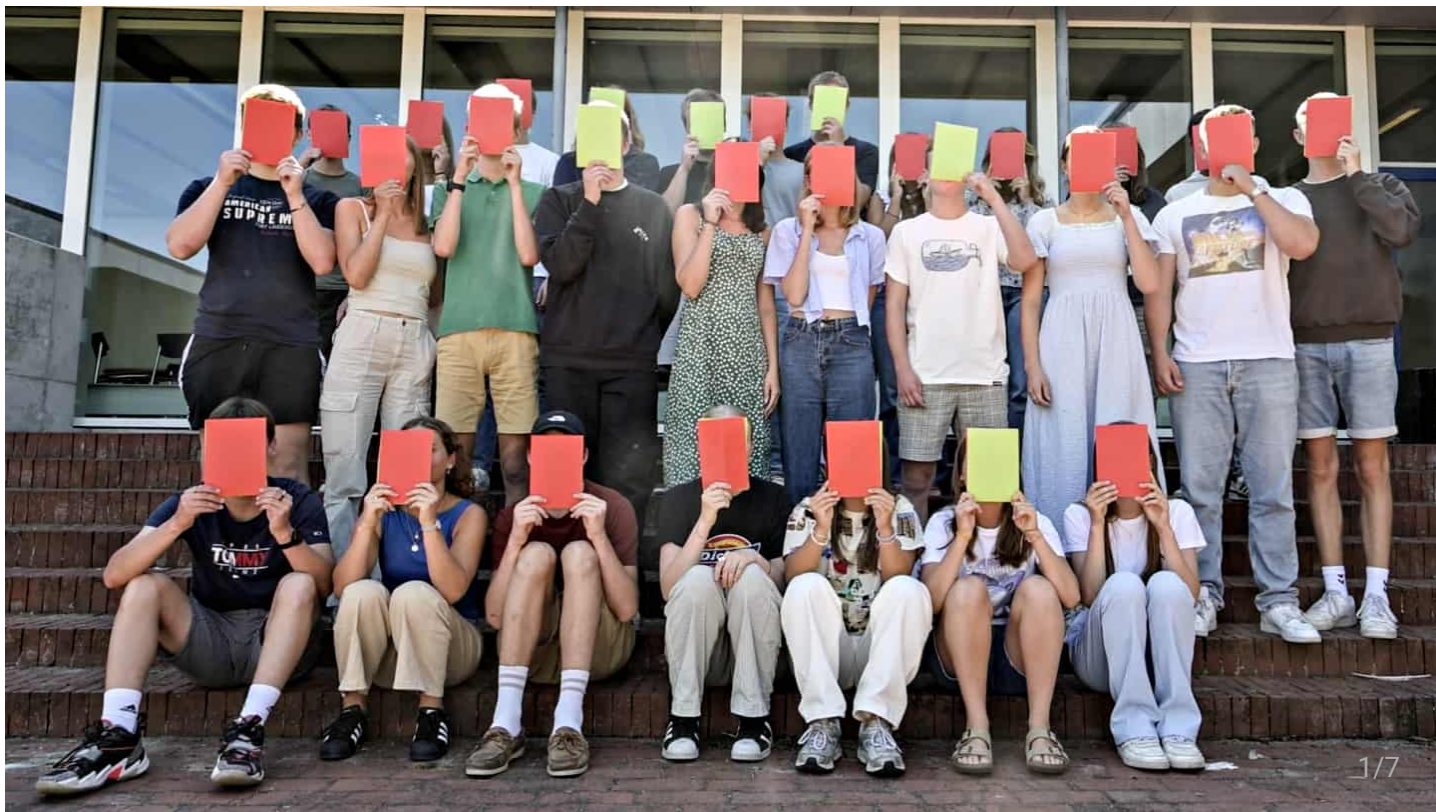


Hænderne ryster, hjertet banker og angstanfald: 2.Y kender alt for godt til mistrivsel



22 ud af 28 elever i 2.Y på Middelfart Gymnasium har følt, at de ikke kunne leve op til deres egne forventninger. De seks andre - der holder et grønt kort i vejret - har ikke haft den følelse. Foto: Michael Bager

De nationale sundhedsprofiler viser en voldsom vækst i unges mistrivsel. Læs hvilke tanker seks elever fra 2.Y på Middelfart Gymnasium gør om, hvorfor problemerne blandt unge er stigende, og hvad deres egne oplevelser er.

13 aug. 2022 kl. 16:00

Nina Vibe Petersen nvpe@fyens.dk



Carl-Emil Neerholt, 18 år: - Der er en asocialhed, fordi flere unge bruger mobilen meget. De sidder bare for sig, og derfor er de ikke aktivt med i klassen eller samfundet. Man kan sagtens have det sjovt med hinanden på sociale medier, men man deltager jo ikke på samme måde, fordi man gemmer sig. Foto: Michael Bager



Alberte Rye Olesen, 18 år: - Da jeg startede på efterskole, fik jeg angsttilfælde, der var så voldsomme, at jeg blev nødt til at droppe ud. Senere startede jeg på HTX, men fik igen slem angst, hvor jeg ikke kunne sove og havde det dårligt i kroppen. Jeg begyndte til en psykolog, som har hjulpet mig til at finde ud af, hvad der foregår, og hvordan jeg skal håndtere det, så jeg kan gå almindeligt i skole. Jeg holder det ikke hemmeligt, og jeg fortalte det også, da jeg startede på gym. Foto: Michael Bager



Signe Vinding, 17 år: - Mine hænder ryster, og mit hjerte banker, efter den øvelse vi lavede. Fordi der bliver talt om det. Jeg har selv oplevet lidt, så det sætter gang i tankerne, og så påvirker det hele systemet. Hvis jeg skal til fest, er turen derud forfærdelig. Jeg har lyst til at vende om og tage hjem igen. Det første stykke tid derude er også slemt, men når jeg er faldet til ro, er der ikke noget. Jeg tror, at det handler om, at jeg er nervøs for, at jeg ikke falder til og ikke finder min plads.
Foto: Michael Bager



Mathias Jespersen, 18 år: - Med de sociale medier har du meget at leve op til. Hvis du ser en og tænker, at du gerne vil være som den person, sætter du nogle forventninger til dig selv. Så får du måske nemmere nederlag. Der kommer pres både udefra og indefra, og det, der kommer udefra, tager du og lægger på dig selv. Foto: Michael Bager



Vasikaran Kandiah, 17 år: - Mange unge har skoletiden, men mange har også fritidsarbejde, skal til køretimer, lave lektier og aflevering. Det kan virke meget stressende. Hvis man skal koncentrere sig om alt det og stadig have et socialt liv, kan det gå ud over trivslen, fordi der er mindre tid til at være sammen.- Når jeg kigger på mit skema lige nu med skole, afleveringer, arbejde og kørekort, fylder det så meget, at der næsten ingen plads er tilbage. Det kan godt stresse mig lidt.
Foto: Michael Bager



Laura Huusom, 18 år: - Sociale medier er med til at skabe forventninger, fordi man kun ser den polerede side af folks liv. Man ser ikke de dårlige sider, men de vinkler hvor folk ser godt ud. Man hører ikke, når folk er kede af det eller har en dårlig dag. Det giver et pres. Det lægger man ikke bevidst på sig selv, men man får en ide om, at det er sådan, at verden er, og at alle er perfekte. Den generelle tankegang er, at alle andre har det bedre end en. Især hos piger.- Jeg har det generelt godt, men jeg er også god til at forventningsafstemme med mig selv og tillade mig at have det skidt. Men jeg har mange venner og veninder, der har været deprimerede eller haft anoreksi. Det er hårdt at se ens venner have det skidt.
Foto: Michael Bager