

Unge er stressede, angste og mangler selvværd: Nu slår fynsk rektor og psykologer alarm - det her er meget alvorligt



I 2.y på Middelfart Gymnasium har de fleste elever på et tidspunkt været ensomme og utilfredse med deres udseende, fortalte eleverne, da fyens.dk var på besøg tidligere på ugen. Foto: Michael Bager

Rektor på Nyborg Gymnasium har været med til at forhindre elever i at begå selvmord og er dybt bekymret for den stigende mistrivsel blandt unge i alle samfundslag. Det samme er efterskoler, psykologer og forsker, der efterlyser national handlingsplan.

13 aug. 2022 kl. 05:00

Birgit Bakkær Sørensen bakkaer@fyens.dk

De unge er ekstremt hårde ved sig selv, og de er deres egen værste fjende. Det er som om, at der sidder en ond abe på deres skulder og hvisker dem i øret, at de er dumme og grimme og ikke dur til noget, mens deres kammerater er langt bedre.

Sådan beskriver rektor på Nyborg Gymnasium, Henrik Stokholm, den følelse, mange elever har og som bekræftes af statistikkerne. Næsten hver anden fynsk ung kvinde føler, at hun ikke kan leve op til egne forventninger. Andre er stressede, angst eller ensomme.

I yderste konsekvens er der gymnasieelever, der ønsker at vælge livet fra og har forsøgt selvmord ved at hoppe ud fra en motorvejsbro eller tage en overdosis af Panodil.

- Det har været meget voldsomt de to seneste år. Vi har aldrig tidligere fået så mange henvendelser fra unge, der har det skidt. Også karakteren af henvendelserne er blevet mere alvorlige, og det har intet med corona at gøre, siger rektoren.

Da Henrik Stokholm i denne uge bød eleverne velkommen til et nyt skoleår, var det med en opfordring til at dele deres tanker med hinanden.

- Vi skal have hul på det tabu, der kan være forbundet med at have det skidt. Som skole vil vi også meget gerne hjælpe dem. Også til at forstå, at det er et vilkår i livet ikke altid at være perfekt, siger han.

Trivselsmedarbejdere

Langt flest piger henvender sig med angst og manglende selvværd.

- Jeg er bekymret for, at drengene gemmer sig, og der er et stort mørketal, siger rektoren.

“

Vi skal have hul på det tabu, der kan være forbundet med at have det skidt.

— HENRIK STOKHOLM, REKTOR NYBORG GYMNASIUM

”

Dette skoleår har gymnasiet øget fokus på elevernes mentale sundhed.

- Lærerrollen ændrer karakter, så den udover det faglige også handler om at kunne støtte sårbare elever og hjælpe dem videre i livet. Det efteruddanner vi lærerne i, forklarer Henrik Stokholm.



I sin tale til eleverne på første skoledag i denne uge appellerede rektor Henrik Stokholm til, at de åbent taler med hinanden om deres problemer.

Også efterskolerne mærker den stigende mistrivsel.

- Flere efterskoler har ansat trivselsmedarbejdere for at håndtere den mere sårbare generation af unge, siger formanden for landets efterskoler, Torben Vind, Ryslinge.

I børne- og ungepsykiatrien og i det kommunale PPR-system opleves også et kraftigt stigende antal henvendelser, og det bekymrer den fungerende formand for Dansk Psykolog Forening, Dea Seidenfaden.

- Der er virkelig mange børn og unge, der har det rigtigt svært, og samtidig er der meget lidt kapacitet i de instanser, der skal hjælpe. Det er et samfundskritisk problem, og en del af løsningen er flere ressourcer, men det bedste var jo, hvis vi havde et samfund, hvor færre børn og unge blev så pressede i deres hverdagsliv, at de har brug for hjælp, siger hun.

Opråb til Christiansborg

Nyborg-rektoren efterlyser en national handlingsplan.

- Vi fægter løs i blinde, og desperate forældre kontakter os ofte, fordi vi er den eneste vej ind i systemet, som de kan gennemskue, siger han.

Ønsket om en national handlingsplan bakkes op af lederen af Center for Ungdomsforskning (AAU), Noemi Katznelson.

- Hvis vi ikke gør noget radikalt, bliver antallet af unge, der har det skidt, blot ved med at stige. Og høj mistrivsel i ungdomsårene øger risikoen for social marginalisering i voksenlivet. Det er et problem, der også i stigende grad rammer arbejdsmarkedet, siger hun.

(artiklen fortsætter under grafikken)

Hun og hendes kolleger forsker netop i det, de betegner som "ny udsathed", der er kendetegnet ved, at den rammer unge i alle samfundslag. Det store spørgsmål er, hvorfor det er sådan.

- Der er ikke én forklaring. Det er et sammenfald mellem kulturelle og samfundsmæssige faktorer. Det handler blandt andet om, at vi har et samfund med et højt tempo og et uforholdsmæssigt stort fokus på at præstere. Det almindelige og gennemsnitlige er ikke godt nok. Det bliver nogle af de unge ramt af, siger Noemi Katznelson og trækker det helt op på et globalt plan.

- Danmark skal kunne noget særligt. Der er et globalt konkurrenceparameter, der siver ind alle steder. Se blot på de mange tv-programmer, der handler om at være vinder eller taber. At være med eller ude som i Bagedysten og X Factor.

Drop offerbillede

Om få måneder offentliggør Noemi Katznelson og hendes medforskere en bog om den nye udsathed blandt unge. I bogen peges på konkrete løsningsforslag, som hun ikke vil afsløre nu.

- Men der er brug for et gennemsyn af hele uddannelsessystemet. Både politisk og ude på den enkelte skole og uddannelsesinstitution, siger hun og appellerer til, at en national handlingsplan tager afsæt i forskning.

Tanker om selvmord - fortæl andre om det

Hvis du er i krise eller har tanker om selvmord, så sig det til nogen.

Den 1. januar 2014 blev der offentliggjort en rapport fra WHO om selvmord. Rapporten er på 114 sider.

- Vi skal også passe på med ikke at sygeliggøre og skrøbeliggøre en hel generation af unge. Man kan godt være ung og have masser af kompetencer og samtidig mistrives. Vi må ikke tegne et

offerbillede af de unge, men der er brug for handling.