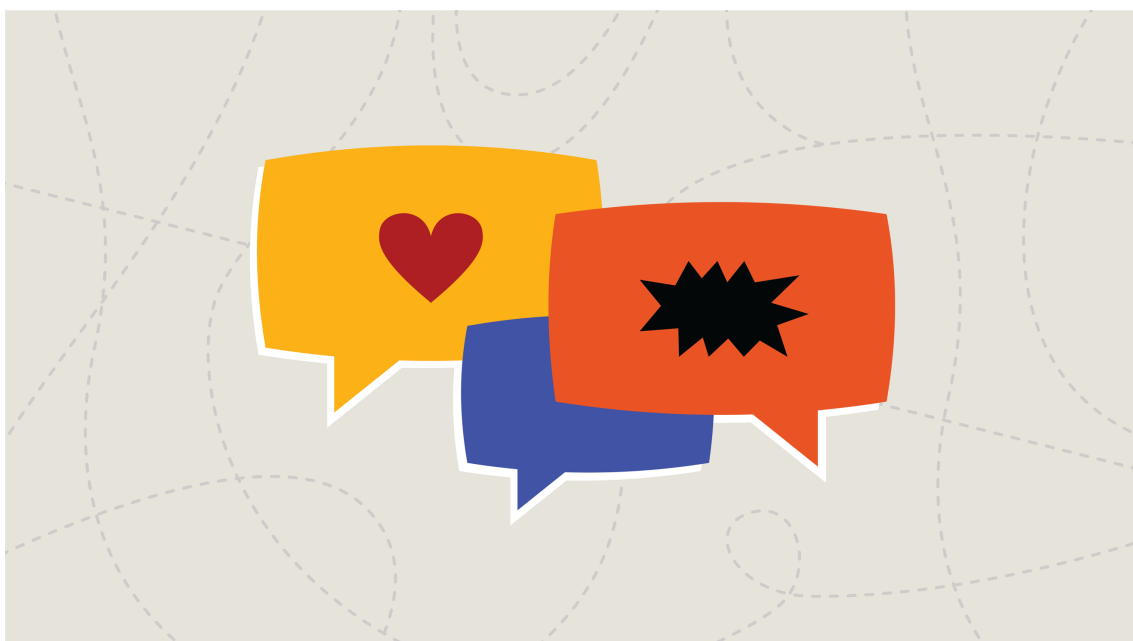




PROTOTYPANDE SAMHÄLLE
SAMHÄLLSTRANSFORMATION



Undersökning: Unga i Värmland (kort version)

Lisa Carlgren, Jennie Lindroth

RISE Rapport

Undersökning: Unga i Värmland (kort version)

Lisa Carlgren, Jennie Lindroth

Innehåll

Innehåll	1
1 Introduktion	2
1.1 Metod	2
2 Övergripande insikter om framtid, skola, vuxna och förmågor	3
3 Normer och förväntningar	5
3.1 Isberget under ytan	5
3.2 Könsperspektiv – tjejer och killar.....	6
3.3 Etniskt perspektiv – svenskar och invandrare	7
3.4 Vuxnas perspektiv.....	7
4 Växelverkan mellan individ och sammanhang	9
5 Att skapa förutsättningar för unga att växa	10
6 Normförflyttning.....	12
7 Personas	14
8 Utvalda citat	17

1 Introduktion

Det här är en sammanfattning av resultat från datainsamling med unga i Värmland under februari-april 2022, genom en digital undersökning samt kompletterande intervjuer.

1.1 Metod

Undersökningen gjordes med hjälp av det digitala verktyget Sensemaker och innehöll frågor kring ungas framtid, livsväg, normer och förväntningar. Deltagarna fick berätta om en händelse som var viktig för dem, där de ansträngde sig och kanske blev stolta, varefter de tolkade sin egen erfarenhet genom att reflektera över förmågor, inre/yttre påverkan och platsens inverkan. Totalt svarade 444 respondenter mellan 13–25 år (majoritet högstadium-gymnasium), jämn könsfördelning (något fler tjejer) och representativ fördelning mellan yrkes- och högskoleförberedande program. 13% hade utländsk bakgrund. Vidare genomfördes 7 intervjuer med unga på två platser i Värmland för att få djupare insikter och komplettera demografin i den digitala undersökningen.

En digital undersökning gjordes också med vuxna som ombads ge sina perspektiv på ungas situation idag. Vi fick in 55 svar, främst från Karlstad, där de flesta möter unga i en formell roll inom till exempel skola eller socialtjänst, och näst flest i en informell roll som t.ex. närstående vuxen. Ytterligare några få möter unga inom ideell sektor, idrottsföreningar och liknande. Den låga svarsfrekvensen innebär att vi får måla resultaten med breda penseldrag och visa på exempel.

2 Övergripande insikter om framtid, skola, vuxna och förmågor

Ljus men begränsad framtid: Majoriteten av de unga har en positiv syn på framtiden, både när det gäller känsla för framtiden och i vilken grad den går att påverka (tjejer och ”äldre unga” något mindre positiva). Bland vissa finns dock en begränsad syn på vilka möjligheter som finns. Det kan vara p.g.a. begränsande normer, strukturella hinder eller bristande självkänsla, men kan också bero på en ”liten bild av världen” – när unga inte kommer i kontakt med de möjligheter som ligger utanför deras sociala sfär eller hemort.

Många gör det som förväntas, men det finns en snäv bild av den raka vägen: Många unga tycker att de gör ungefär vad som förväntas av dem i deras ålder. Samtidigt finns en relativt snäv bild av vad vuxna förväntar sig av dem. Att t.ex. välja estetisk linje på gymnasiet anses vara att gå en ”annorlunda” väg, även att flytta hemifrån tidigt eller satsa på sport. Några få har startat företag själva, och de har upplevt att detta inte är vad som förväntas av dem. En del beskriver hur deras psykiska ohälsa fått dem att hamna på en annan väg i livet än de tänkt sig, ofta krokigare.

Psykisk hälsa kommer först: Skolan, systemet och underliggande normer bidrar i många fall till psykisk ohälsa, och kan förstärka en ond cirkel med dålig självkänsla som är svår att ta sig ur. En ond spiral som förstärks av motgångar i skolan, när skolan snarare borde kunna hjälpa en att bryta mönstret. Vi har fått förvånansvärt många berättelser om dåligt mående. Samtidigt ser vi att unga stöttar varandra fint när de väl vågar öppna sig. Det är tydligt att en god psykisk hälsa ligger till grund för att lyckas med vad en tar sig an i livet.

Skolan som ett nödvändigt ont: Skolan är något som ska genomlidas eller där man ska glänsa på vägen mot nästa urvalspunkt. Många är stolta över att ha lyckats i nationella prov och att ha höjt betygen, men väldigt få berättar om lärande, utforskande eller andra värden i skolan, däremot umbäranden. För de som har någon sårbarhet så handlar mycket om tur och slump – att råka ut för en dålig lärare eller en med empati och engagemang gör tillvaron till ett lotteri. Skolan nämns sällan av de unga när det gäller vad som skulle vara till hjälp för deras utveckling.

Fantastiska förmågor byggs utanför skolan - och är skadligt osynliga: Unga i Värmland besitter många värdefulla förmågor, som de är medvetna om och stolta över. Dessa viktiga förmågor byggs dock ofta i sammanhang utanför skolan och blir därmed osynliga, och tas inte med i den ungas egen bedömning av att vara lyckad eller misslyckad. Dessa förmågor (och tillblivande) behöver lyftas, både för de ungas måendes skull, och för att de hänger samman med de entreprenöriella förmågor som eftersträvas.

På en övergripande nivå handlar förmågorna om:

- i) självledarskap - att anstränga sig, göra något nytt och utmanande, vara självständig, uppnå ett mål, vara modig och våga, ta sig över hinder och genom motgångar;
- ii) personlig utveckling och ansvarstagande - att bryta destruktiva mönster, hitta sig själv och få perspektiv på tillvaron, inse sitt värde i relation till andra, ta hand om sig själv, stå upp för sig själv och vad en tror på;
- iii) samarbete och värdeskapande - att ge till andra, hitta styrka i ett socialt sammanhang.

Unga beskriver sina förmågor mer positivt än vuxna: Vi har färre röster från vuxna än unga, men ett genomgripande mönster är att de vuxna skattar ungas drivkraft och förmåga att få saker att hända mycket lägre än de unga själva gör. När unga ger varandra tips på vägen så handlar det övervägande om ”tro på dig själv, du kan mer än du tror, ge inte upp”.

Kreativitet och utforskande saknas i princip i berättelserna som utspelar sig i skolan. Däremot hittar vi många exempel på initiativrikedom och kreativitet mellan raderna i berättelserna utanför skolan, som i att bygga om en bil till en a-traktor, sättet unga löser problem, hittar sätt att övertyga sina föräldrar, eller tar ansvar över en vän som mår dåligt. Det finns många värden inbyggda i kreativitet: empati, nyfikenhet, ifrågasättande, frigörande från etablerade sanningar. Samtidigt är det en förmåga det inte pratas så mycket om trots att det är gynnsamt på många områden, inte minst för entreprenöriella förmågor.

Vikten av nära sociala band: Unga beskriver att nära relationer med familj och vänner är av stor betydelse. Många unga bryr sig mycket om vad umgänge och familj tycker snarare än vuxensamhället runtomkring, vilket blev tydligt i intervjuerna. Föräldrar har betydelse för inspiration, förväntningar, stöd, uppmuntran, press och förtryck. Det finns en stor vilja att vara till lags, fast kanske inte alltid på det sätt föräldrarna förväntar sig.

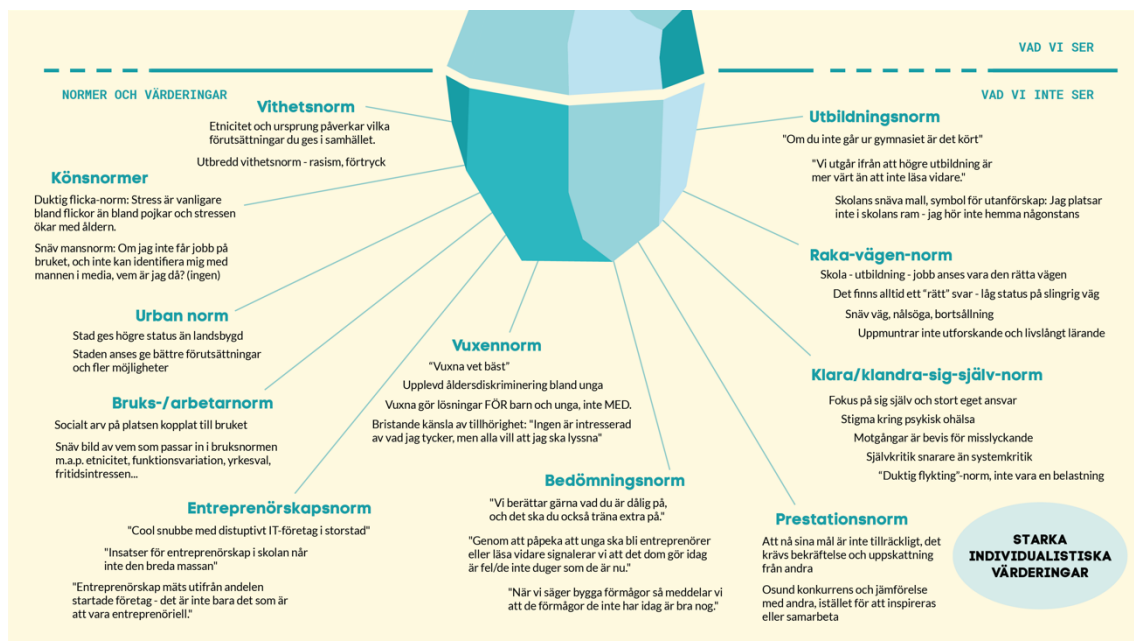
Vuxenvärlden utanför familjen är främmande, en motpol och inte värd att försöka förändra. Något de unga måste förhålla sig till men som de inte känner är värt att försöka påverka – det är dit de är på väg men samtidigt något som känns som ett hinder.

Platsen har underordnad betydelse: Unga verkar inte anse att platsen spelar så stor roll när det gäller framtidstro, förmågor eller normer. En fjärdedel ansåg att platsen hade liten inverkan på ens självbild, framtid och möjligheter, eller ens attityd och inställning till livet. Det som kan inverka är snarare om platsen en bor på är en liten ort eller på landsbygden jämfört med större ort eller stad, när det gäller meningsfull fritid, framtidsmöjligheter och upplevda begränsningar p.g.a. att alla känner alla, eller har någon viss förväntan på en som person. Bland de som uppger att de som är annorlunda inte accepteras på platsen där de bor, finns en lägre känsla av att kunna påverka sin framtid. Här är platsen inte en fysisk plats, utan snarare människorna som bor på orten.

3 Normer och förväntningar

3.1 Isberget under ytan

Hela vår tillvaro genomsyras av normer som ligger till grund för hur människor tänker, agerar och kommunicerar - även byggnader och betygssystem är bärare av normer. Förstudiens intervjuer med experter identifierade viktiga normer som påverkar unga, dels universella normer kopplat till identitet, kön och vithet, men även vuxenvärldens normer kopplade till entreprenörskap, vuxna, bruks/arbetarnorm, utbildning och bedömning. Dessa normer har visualiserats i en isbergmodell, där isbergets undre del motsvarar de osynliga normer som ligger till grund för olika problem vi ser i samhället. Utifrån undersökningen har ytterligare insikter tillkommit och isberget har kompletterats med fler och mer nyanserade normer, se figur nedan.



Figur 1: Normer som påverkar samhället

Bekräftade normer: I undersökningen ser vi hur flera av dessa normer är påtagliga även från de ungas perspektiv. De normer som anses påverka unga mest var kön, ålder, men även platsen och grupptillhörighet (t.ex. raggare, emo, gamer...). Medan platsen ges mindre betydelse för ens egen utveckling, så verkar unga påverkas av fördomar om platsen där de bor. När unga beskrev vilka andra normer de påverkades av så handlade det om nivå i skolan, utbildningsval, utseende, jämförelse i sociala medier, personlighet, att bo på landet och/eller social status.

Förväntningar från vuxna, skolan, samhället upplevs både positivt och negativt. Medan vuxna föreställer sig att unga påverkas till största delen negativt av samhällets förväntningar, så är det många unga som påpekar att "på rätt nivå" så har förväntningar en positiv effekt, i alla fall som de kan se i efterhand. De tydligaste förväntningarna de upplevde var "ta ansvar för mitt liv", "klara grundskolan och gymnasiet" och "jobba och tjäna pengar". Förväntningarna slår olika mot killar och tjejer, vilket beskrivs mer i detalj nedan.

Unga påverkar unga, mer negativt. Unga upplevde mer negativ påverkan av oskrivna regler och fördomar än av förväntningar från vuxna. Enligt vår hypotes väntade vi oss en tydligare negativ tendens – att de som anser sig påverkas av normer också känner sig begränsade av dessa – men förvånande nog blev det ett mer neutralt resultat. Det kan tolkas på flera sätt: t.ex. att många respondenter faller inom ramen för vad som är normativt, och därför inte upplever normerna som skadliga, eller att de är medvetna om att normerna förekommer men inte har insikt i hur de påverkar systemet som de unga befinner sig i. Sammantaget ser vi att normers påverkan på unga och deras insikter kring detta behöver undersökas vidare i detalj.

Fler skadliga normer: Genom undersökningen identifierades ytterligare tre problematiska normer på samhällsnivå som bidrar till en giftig miljö. De ser bra ut på ytan, men kan orsaka stor skada genom den status de skapar för olik: raka-vägen-norm, klara/klandra-sig-själv-norm, samt prestationsnorm. Dessa normer är stark förankrade i starka individualistiska värderingar, som blir synliga i de berättelser unga delar med sig av. Unga skolas tidigt i att belönas för individuella prestationer och klara sig själva. Att vara självständig och inte söka hjälp har hög status, men att kämpa själv i stället för tillsammans är också destruktivt (inte minst för den psykiska hälsan) och hindrar byggande av viktiga förmågor som t.ex. värdeskapande med andra. Samhället önskar sig en ung vuxen som har klarat skolan och gymnasiet, läst vidare eller fått jobb, vilket självklart är eftersträvärt. Men att hamna utanför eller behöva ta omvägar i livet innan man hittar rätt har lägre status, trots alla lärdomar och förmågor det kan medföra. När unga inte lyckas klandrar de sig själva, inte systemet, och motgångar blir bevis för misslyckande. Det förekommer en osund konkurrens och jämförelse med andra unga, och för att en prestation ska "gillas" krävs bekräftelse och uppskattning utifrån.

3.2 Könsperspektiv – tjejer och killar

I stort verkar killar påverkas starkare av individualismen, och drabbas hårt av normerna kring att klara/klandra sig själv och prestera. De här normerna skiner igenom i fritextsvar när de unga ombeds ge råd till någon som står inför en liknande svår eller ansträngande situation. Medan flera tjejer tipsar om att be om hjälp, ge hjälp och omge sig med rätt människor, så uppmanar killarna till att bara köra, köra sitt eget race, kasta sig ut, inte lyssna på de som är negativa. När unga föreslår strategier för att lyckas så lyfter tjejerna fram att testa, våga göra misstag och lära av dem, något som inte nämns av killarna.

Förväntningar från vuxna och samhället slår olika mot tjejer och killar. När de unga bedömer hur förväntningar påverkar dem på en skala så är resultatet neutralt/svagt negativt – mer negativt för tjejer. Men när de unga i fritextsvar beskriver hur de påverkas av normer och förväntningar ser vi att de flesta tjejer som svarat upplever en stark negativ påverkan, där förväntningar skapar stress, press, prestationsångest och osäkerhet. Detta förekommer även bland killar, men majoriteten uppger att de påverkas positivt och ser förväntningar som något som motiverar dem att kämpa och ta sig framåt.

Allt det här resulterar i en giftig mix framför allt för killar som faller igenom – de har förväntningar från samhället att prestera, och samtidigt styrs av normer att vara tuffa och klara sig själva. För de som inte har alla förutsättningar på plats så kan detta resultera i en identitet som någon som misslyckas, psykisk ohälsa och isolering som inte bryts när det sitter i ryggraden att inte be om hjälp, samtidigt som de klandrar sig själva. Många tjejer har det tufft av samma skäl, och kämpar också mot starka könsnormer. Det kan variera från en "duktig flicka"-norm och höga förväntningar i skolan, till att det förväntas mindre av tjejer i ett visst yrkessammanhang. Å ena sidan verkar tjejer ha lättare för att be om hjälp och ta stöd i vänner och familj, men å andra sidan finns en generell tendens i undersökningen som visar att tjejerna

är något mer pessimistiska eller upplever normer och förväntningar mer negativt jämfört med killarna, även om svaren är lika.

Dessa insikter framhåller **vikten av att arbeta med normförflyttning utifrån ett könsperspektiv**. Vi behöver jobba för att bryta begränsande normer som är skadliga för alla unga, men även undersöka hur normer drabbar olika beroende på kön. Unga, oavsett kön, behöver känna sig tryggare i förhållande till de krav som ställs. Kraven och hur de kommuniceras av människor, plats och system behöver bli mer inkluderande. (En liten andel av respondenterna, 5%, uppger att de är icke-binära, har annan eller vill inte ange sin könsidentitet. I och med att denna grupp är så liten kan vi inte dra några slutsatser genom att jämföra med tjejer och killar, men över lag kan sägas att dessa svar oftast inte sticker ut nämnvärt i förhållande till binära könsidentiteter).

3.3 Etniskt perspektiv – svenskar och invandrare

Unga invandrare har en stark målbild av vad de vill uppnå. De skriver uttalat och specifikt om sina höga ambitioner i skolan och hur de jobbar för att nå dit, även om det är svårt. De är specifika kring yrkesval: t.ex. att bli kirurg, affärsman eller barnmorska.

”Den duktiga flyktingen”: En vanlig känsla bland ensamkommande unga är att de ska vara duktiga – lära sig språket och klara skolan fort, integreras, få jobb. Dels av tacksamhet gentemot det nya landet, dels av oro för utanförskap. De vill inte vara en last för samhället och därigenom bidra till mer främlingsfientlighet. Att då misslyckas leder till dubbla nederlag; i praktiken och i form av hur identiteten påverkas. Samtidigt är flera illa rustade p.g.a. bristande skolgång i hemlandet, trauma och avsaknad av familj och socialt nätverk i Sverige. Det senare är extra svårt för den som kommer från en familjecentrerad kultur. Att stå långt från normen är ett enormt hinder när man utöver språket inte heller förstår sig på det svenska systemet.

Rasism i vardagen som bagatelliseras och befästs i skolan. Vi har hört berättelser om elever som fått rasistiska tillmälen och där skolans personal gång på gång förminskat upplevelsorna och inte tagit dem på allvar. På så sätt raseras tilliten till skola och vuxensamhälle totalt. Känslan av utanförskap förstärks när händelser präglade av rasism inte tas på allvar och elever upplever dubbla standarder mellan hur svenska och utländska elever behandlas, vilket relaterar till den utpräglade vithetsnorm som förekommer i samhället.

Hedersnormer har stor påverkan på många ungas liv, och för tjejer kan detta ta sig uttryck som ett hedersförtryck i kombination med en väldigt snäv och begränsande syn på kvinnorollen. Att leva under hedersförtryck samtidigt som man behöver familjen som stöd och kraft är komplext. Det kan vara svårt för samhället utanför den etniska sociala kontexten att förstå familjens dubbla betydelse, gällande förväntan och uppmuntran kontra press och förtryck. Unga tjejer tvingas förhålla sig till och hamnar i kläm mellan otidsenliga kulturella förväntningar från familj och släkt, och motstridiga värderingar och normer förankrade i det svenska samhället. Ofta hamnar unga i en belastande ansvarsroll, där de både ansvarar för sin egen livsväg och för att utbilda sina föräldrar i hur det svenska samhället fungerar.

3.4 Vuxnas perspektiv

Undersökningarna för unga och vuxna speglar varandra, men resultaten blir inte riktigt jämförbara eftersom varje ung svarar utifrån sina personliga erfarenheter och sin roll som ”ung”, medan de vuxna möter unga i olika roller och därför kommer med specifika perspektiv

och kan se till en större grupp av unga. Unga som beskriver sin egen verklighet pratar mer om här och nu, medan vuxna som beskriver unga kan göra detta med mer distans och har kanske sett en utveckling över tid.

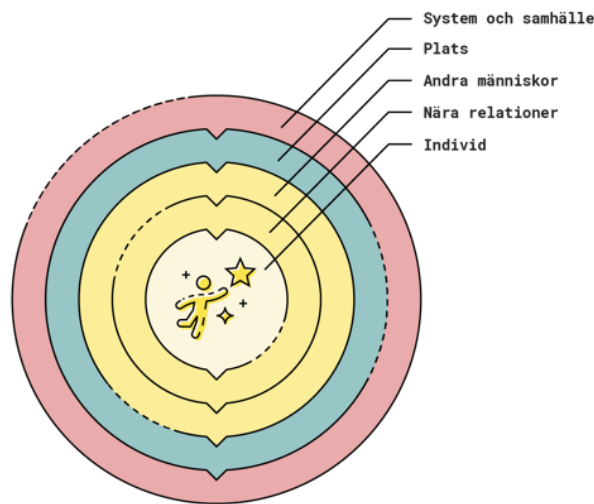
Vuxna upplever att unga har det svårt. När vi jämför undersökningarna så ser vi att ungdomarna ser betydligt ljusare på sin framtid, både hur de känner inför den och deras möjligheter att påverka; här är de vuxna mer pessimistiska å de ungas vägnar. De tror att unga påverkas mer negativt av normer och förväntningar än vad de unga uppger, och de tror också att de ungas egna förmågor (eller brist på sådana) var försvårande när de unga ville åstadkomma något. De unga själva upplevde att deras förmågor hjälpte dem mycket, men jämförelsen haltar då bedömningen av förmågorna gjordes i relation till den berättelse de unga valt att dela med sig av. Värt att notera är också att flera av de vuxna respondenterna möter just unga som har det svårt, vilket rimligtvis färgar deras svar.

Vuxna ser systemfel som behöver åtgärdas. De vuxna fick möjlighet att dela tankar i flera fritextfrågor, och vi kan se att många kommer till samma slutsats som vi gör i den här rapporten: att många unga lider av ett skolsystem som premierar prestation, är exkluderande och att insatser inte sätts in förrän det är för sent. Att det är mindre accepterat och svårare idag än tidigare att ta en annan väg. De bevitnar också påverkan av starka könsnormer och hedersförtryck, och att de som på olika sätt är annorlunda har det svårt och mår psykiskt dåligt. Flera påpekar att unga upplever "den rätta vägen" snävare än nödvändigt, och att man behöver belysa alternativa vägar till arbete. Unga tror att de måste välja till exempel utbildning och yrkesinriktning tidigt och de är av uppfattning att det påverkar mer än det gör vad gäller deras framtida val kring yrke, företagande och livsmöjligheter i stort.

De vuxna efterlyser en skola som är mer inkluderande och individanpassad, och tillåter elever gå i sin egen takt. Att utrikesfödda behöver få mer hjälp att klara studierna. Att skolan bör se till individens alla förmågor, jobba med motiverande och självstärkande insatser och satsa på yrkesutbildningar. De vill se tidig inspiration och fler goda förebilder som kan motivera unga. Att det ska finnas nära och kontinuerliga vuxna kontakter så eleverna känner sig sedda, hörda, och som kan agera när behov uppstår – i flera fall har en särskilt engagerad lärare eller annan eldsjäl varit helt central för att en ungdom kommit på fötter. De trycker också på att olika instanser ska samarbeta med individen i fokus, i stället för att se till sina egna mål och interna processer.

4 Växelspelet mellan individ och sammanhang

Normcirkeln som är ett resultat av analysen visar hur en individ påverkas av och påverkar ett sammanhang: **människor** omkring dem (i nära relationer och andra), **platsen** de befinner sig på och **systemet** runtomkring. Normer styr hur platser skapas, hur samhället struktureras, och hur man förväntas vara och göra som god samhällsmedborgare. Normerna känns i besvikelsen över ett provresultat, frustrationen när klasskamraten inte litar på ens förmåga för att man är tjej, eller ilskan när andra inte ser en i ögonen när slöjan är på.



Figur 2: Normcirkeln

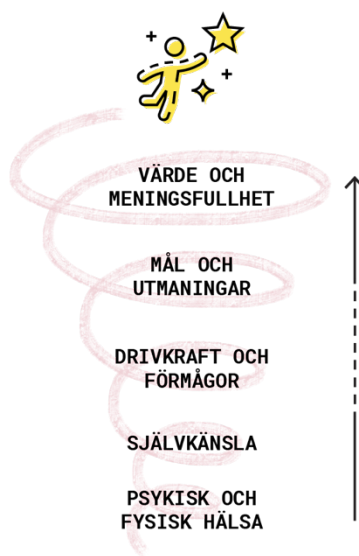
Normerna och hur de manifesteras i de olika skikten kan både vara stöttande och skadliga, och har därför stor påverkan på individens egna normer, mående, vilka förmågor som utvecklas och vilken riktning livet tar.

Pilarna representerar växelverkan mellan skikten och individen där normerna förstärks, inverkar och påverkas. Individen känner av normer från och påverkas av alla skikt, och ju närmare cirkelns kärna, desto större möjlighet att själv påverka. Det som är perifert är snarare något om drabbar en och är svårt att förändra på egen hand.

Bilden är generisk, men vad som ingår i respektive skikt beror på sammanhang och situation, t.ex. i skolan, i hemmet, i en online-community eller på raggartur. De olika skikten påverkar också varandra – ett bråk med en vän på fritiden gör skoldagen jobbig, en taskig kommentar i skolan gör kanske att man misslyckas i hästtävlingen.

5 Att skapa förutsättningar för unga att växa

Unga behöver få förutsättningar att växa upp på ett så tryggt, inspirerande, utmanande och roligt sätt som möjligt, så att de i sin egen process och takt kan skapa en meningsfull framtid i sysselsättning med förmågor som kommer dem själva och andra till gagn. För att uppnå detta behöver vi vara öppna för och möta hela individen, och hans unika förutsättningar, utmaningar och potential. En framgångsfaktor är att stötta unga att bygga förmågor på egna villkor. En av slutsatserna från undersökningen är att för att unga ska kunna bli behjälpta i sin utveckling, krävs att saker faller på plats i en viss ordning. Detta illustreras vidare i figur och text nedan.



Figur 3: Spiraleffekt

Viktiga (entreprenöriella) förmågor som självledarskap och samarbete byggs ofta utanför skolan, när unga strävar mot något de verkligen vill klara av, hjälper någon som har det svårt eller tar sig över mentala hinder. T.ex. att lära sig ett svårt cykel-trick, organisera en ungdomsfestival, eller hjälpa en vän övervinna en social fobi. Genom att synliggöra detta kan vi stärka unga som har det svårt i skolan, som inte kan identifiera sig med den snäva bilden av att vara framgångsrik, vilket i sin tur kan leda till ohälsa. En ung människa kan växa genom meningsfulla utmaningar - när rätt förutsättningar ges.

Hälsan först - utan hälsa händer ingenting. En ung med ohälsa har eller utvecklar ofta dålig självkänsla, har svårt att hitta mening, saknar ork att ta itu med uppgifter och ser motgångar som bevis på misslyckande. Detta ökar risken för att faktiskt inte uppnå mål (som ofta satts upp av vuxna/skolan), vilket skapar en ond spiral av ohälsa, stress och förminskning. Normer kring individualism och prestationsfokus gör att många springer sitt eget lopp, vilket skapar isolering, konkurrens och jämförande och i förlängningen att unga inte hjälper varandra att nå sina mål.

En positiv spiral: När en ung person i stället har god hälsa och känner sig trygg och behövd så växer möjligheten att bygga självkänsla, hitta drivkrafter och lita på sina förmågor. Hen vågar ta sig an olika mål och utmaningar, och bygger därigenom starkare förmågor och får perspektiv. Att känna kraften i att skapa värde och mening kan bidra till välmående, och

självkänsla i en god cirkel, där unga vågar sig på större utmaningar som ligger utanför vad de är vana vid eller brukar klara av.

Den här spiraleffekten kan stärkas, brytas eller bromsas på många sätt. Snarare än att försöka ändra på den unga, så är det miljön och förutsättningarna som behöver åtgärdas. Till att börja med genom empati och nyfikenhet, öppenhet för olikheter, flexibilitet för att möta olika behov och tolerans för att människor behöver ta olika vägar i livet.

Många får inte den hjälp de behöver idag. Normen kring att klara/klandra sig själv förstärker problematiken då det hindrar många från att söka hjälp, och att dessa istället klandrar sig själva för sina problem och motgångar. Unga tenderar att kritisera sig själva snarare än samhället/systemet de befinner sig i, trots att det är just det omkringliggande systemet som behöver ändras. Istället för att lappa och laga ett skadligt system, så behöver vi gå till botten med de normer som påverkar hur samhället och skolan fungerar. Vi behöver förstå vilka budskap den unga möter och som resulterar i t.ex. ohälsa, bl.a. individualistiska värderingar, utbildningsnorm, fokus på prestation, och en snäv syn på vad som är den rätta vägen i livet.

6 Normförflyttning

Vi ser ett behov av normförflyttning på flera olika nivåer: systemet, platsen och människorna. Det finns givetvis överlapp eftersom de normer individen upplever också är de som genomsyrar systemet och platsen. Strukturen synliggör dock hur dessa samexisterar och tar sig uttryck på olika nivåer, och vilken typ av förflyttning som bör ske. Vi illustrerar de förflyttningar som behöver ske genom tre bilder: en på övergripande nivå, och två med avseende på specifika normer. Mitten-kolumnen ger exempel på vilka frågor vi behöver ställa oss och i vilken riktning normförflyttningen behöver gå.

Normförflyttning: Övergripande

Nuläge	Hur kan vi...	Målbild
 SYSTEMET - Skadliga normer i samhället som förstärks i system och strukturer - Systemets utformning utgör hinder för individer och skapar ohälsa (skada - reparera) - Teoretiskt fokuserad och snäv syn på kunskap, lärande och entreprenörskap - Systemet är utformat utifrån ett vuxet perspektiv, speglar inte ungas verklighet idag	- Skapa en hävstångseffekt för normförflyttning genom systemförändring? - Involvera unga i utformningen av system? - Skapa metoder och kompetens för att navigera komplexitet och åstadkomma normförflyttning? - Utforska och testa lösningar, våga lära och ändra längs vägen?	- Inkluderande, rörliga system med fokus på främjande insatser - Skolan står för lärande, kreativitet, utforskande, ett sammanhang där alla kan växa och må bra - Bred syn på kunskap och förmågor - Flera möjliga vägar till meningsfull framtid och byggande av förmågor
 PLATSEN - Platser förknippade med fördomar - Normer knutna till en viss plats/sammanhang - Begränsande föreställningar om vem som passar in och hur	- Utveckla platsen och dess inverkan på människor och normer? - Skapa metoder och kompetens för att få till en normförflyttning kopplad till plats, fritid, lokal arbetsmarknad och industri?	- Främjande och inkluderande samhällsnormer - Attraktiv plats som erbjuder möjligheter och god framtidsutsikt, samt hjälper unga att växa - Öppenhet för det/de som är annorlunda
 MÄNNISKORNA - Skadliga normer kopplat till identitet - Skadliga normer kopplat till duglighet och definitionen av "att lyckas" - Låg självkänsla bland unga, låg tillit till vuxna och samhället - Brist på inspiration - Unga har lågt inflytande på systemet	- Skapa stöttande och främjande insatser på individnivå? - Skapa metoder och kompetens för att hjälpa människor ifrågasätta värdegrund, ändra beteende och utveckla ett mer inkluderande förhållningsätt? - Öka ungas inflytande på systemet?	- Främjande och inkluderande normer - Samarbete, kreativitet, hjälpsamhet och öppenhet anses vara eftersträvsvärt - Ungas olika vägar till identitetsbyggande, förmågor och livsval respekteras och uppmuntras - Starkt tilltro till sig själv och gott förtroende för samhället

Figur 4: Förflyttning av övergripande samhällsnormer

När det gäller normförflyttning kopplat till duglighet ser vi att följande normer är relevanta: individualism, klara/klandra sig själv, prestation och bedömning.

Normförflyttning: Duglighet

Nuläge	Hur kan vi...	Målbild
 SYSTEMET - Systemet bygger på att individer själva ansvarar för att navigera i det - Bristande stödsatser för psykisk ohälsa - Betygs- och bedömningsystem som fokuserar på individuell prestation - Systemet främjar "prestationssamhället" - du är vad du presterar	- Skifta från dyrt, exkluderande system till inkluderande system med främjande insatser? - Skapa insatser för att främja välmående och förebygga ohälsa? - Ta ett helhetsperspektiv kring individers mående och gå från ett kortsiktigt till långsiktigt perspektiv på resursfördelning?	- Systemet stöttar både på individuell och kollektiv nivå - Främjande insatser stärker människor och förebygger ohälsa - Systemet uppmuntrar lustfylld självutveckling snarare än bedömer individens prestationer
 PLATSEN - Avsaknad av mötesplatser/forum där människor kan lära av varandra - Lokala förebilder som förstärker individualistiska värderingar på ett negativt sätt - Platsförankrade föreställningar om vad det innebär "att lyckas"	- Utveckla platsen för att motverka skadliga normer kopplat till individualistiska värderingar? - Involvera människor i platsens utveckling?	- Platsen är utformad för att främja möten och utbyten mellan människor - Platsen är attraktiv och bjuder in till ett socialt, inkluderande sammanhang - Människor upplever ett ägarskap över platsen
 MÄNNISKORNA - Självkritik snarare än systemkritik, unga klandrar sig själva - Stor press på att klara sig själv, prestera, ta eget ansvar över livsbeslut och mående - Andras framgångar och egna motgångar är bevis för misslyckande "Duger jag i andras ögon?"	- Skapa en ansvarsförskjutning från individ till system? - Stötta självutveckling (självkänsla, tillit, motivation, självledarskap)? - Bryta stigma kring psykisk ohälsa och sänka den mentala tröskeln för att söka hjälp? - Hjälpa unga att hitta styrka hos och hjälpa varandra?	- Den egna resan är viktig, men unga tar hjälp av och hjälper andra - Unga skapar värde för sig själva och andra - Unga bygger förmågor själva och tillsammans med andra - Unga har insikt i vad som går att påverka till sin fördel - Misslyckanden är en del av läroprocessen

Figur 5: Förflyttning av normer kopplat till duglighet

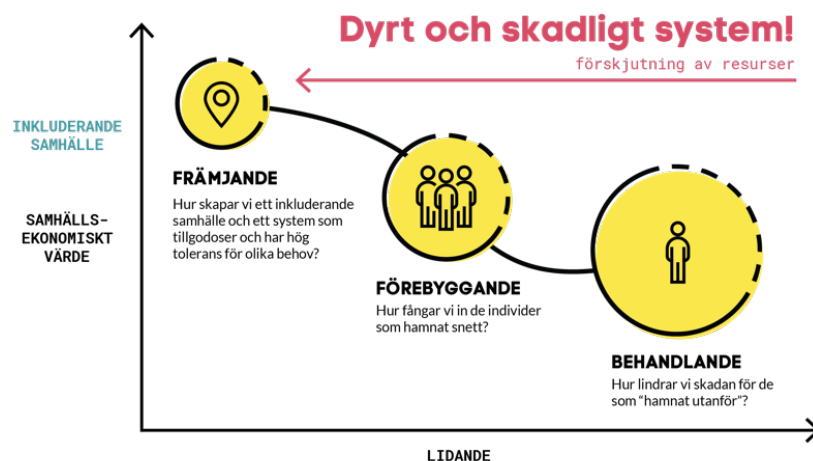
När det gäller normförflyttning kopplat till livsväg ser vi att följande normer är relevanta: utbildning, raka vägen, vuxennorm.

Normförflyttning: Livsväg



Figur 6: Förflyttning av normer kopplat till livsväg

På ett generellt plan handlar normförflyttningen till stor del om en resursförskjutning. Vi ser att vi behöver gå från ett dyrt och skadligt system som satsar stora resurser på att behandla det som har blivit fel och förebygga att individer hamnar snett, till ett inkluderande system som istället fokuserar på främjande insatser som ser till att individer inte "tappas" eller hamnar i utanförskap över huvud taget.



Figur 7: Resursförskjutning mot ett mer främjande och mer inkluderande system

7 Personas

Ett annat sätt att belysa ungas behov är att utgå från en individ i taget i stället för att beskriva aggregerade resultat. Här har vi tagit fram fyra personas som beskriver olika behov och erfarenheter som fångats upp genom Sensemaker-undersökningen och intervjuerna. De är inte ett genomsnitt av hela gruppen unga i Värmland, utan representerar snarare olika aspekter av den problematik vi vill komma åt. Här får ni träffa våra fiktiva personas William, Aisha, Olivia och Shaban. Medan William, Aisha och Olivia fortfarande går i skolan så befinner sig Shaban lite senare i livet och har hunnit uppleva vad som händer när man inte passar in.

Persona: William, 17 år



- Skoltrött, tendenser till hemmasittare
- NPF-diagnos
- Missförstådd och förbisedd i skolan
- Fast i en ond spiral av misslyckanden
- Låg självkänsla
- Förnekad och obehandlad psykisk ohälsa i form av social ångest och oro
- Känner sig begränsad av att han måste "jobba på bruket" som sin pappa och morfar
- Introvert och behöver mycket egentid
- Gillar att spela dataspel
- Har en relativt stor umgängeskrets online
- Stolt över: Att kunna ge tips och råd till sina vänner när de har problem

Macho/tuffhetsnorm

Bruksnorm

Passar inte in i skolans form

"Självkänslan förvärrar ju, och så blir det väl att en mår dåligt. Det finns saker man inte klarar av, och så skiter man i det [...] så får jag sämre självkänsla igen för att jag stoppar mig själv."

"Jag tror det är många som försöker spela tuffa hela tiden, så att till slut så bryter de ihop ändå."

"Det känns som att det finns mkt fördomar, man bryr sig mycket om vad andra tycker och tänker i onödan..."

Persona: Aisha, 14 år



Könsnorm, hedersförtryck

Vithetsnorm, rasism

Kultur/normkrock

- Andra generationens invandrare
- Maktförskjutning - förstår sig på det svenska samhället bättre än sina föräldrar
- Hamnar i kläm mellan starka kulturella normer och hedersförtryck inom familj/släkt och svenska värderingar
- Har en stark drivkraft att skaffa sig ett bra liv, vill utbilda sig på universitet
- Hamnar ofta i bråk i skolan med både personal och andra elever
- Känner sig sviken av vuxenvärlden, låg tillit till vuxna
- Stolt över: Att vara en bra förebild för sina yngre syskon

"Jag har inte förtroende för någon i skolan. Det är allmänt, att de inte bryr sig."

"Det jag har gått igenom har påverkat mig mycket. [...] Jag kan bara påverka framtiden, inte det som har hänt."

"Det är familjen man bryr sig om mest om. Nära personer lyssnar man på, men inte vem som helst. Inte någon man inte känner, inte släkten."

"Jag ska vara en bra tjej och ska inte umgås med killar. Men pappa har lärt sig nu, och det säger han ibland. Mina syskon säger, tack nu får vi ha byxor på oss."

Persona: Shaban, 22 år



"Duktig flyktig"-norm

Vithetsnorm

Utbildningsnorm

- Ensamkommande flyktig
- Oerhörd omställning från bondesamhälle till att leva i modernt, västerländskt samhälle
- Sviken av systemet och skolan, fallit mellan stolarna
- Ej kartlagd inlärningsvärighet (som inte fångats upp)
- Hamnat i utanförskap, nedbruten och förtvivlad
- Ser andras framgång som en bekräftelse på sitt eget misslyckande
- Vill bidra till samhället, vill inte vara en belastning
- Orolig för hur Sveriges flyktningpolitik utvecklas
- Kulturintresserad, har tidigare varit engagerad i en filmförening
- Stolt över: Lyckats komma till Sverige på egen hand

"I hemlandet gick jag i skolan i 5 år tills jag kunde läsa och skriva på vårt språk. När jag flyttade hit och skulle lära mig svenska språket, ville jag bo här själv och vara en vanlig person som jobbar och betalar själv, ha ett bra liv. Jag har alltid önskat det..."

"Det är jättesvårt i systemet som finns här, egentligen måste man klara allt för att få ett bra jobb här i Sverige."

"Jag kan inte säga att Sverige har varit elakt mot flyktingar. Men nu tänker jag på att jag inte klarar skolan. Det finns alltid hjälp att få här - om vi inte får någon hjälp här i Sverige kommer vi dö här."

Persona: Olivia, 16 år



Könsnorm

Utbildningsnorm

Vuxennorm

- Stor sportbegåvning, har spelat fotboll hela livet
- Blir snabbt uttråkad och omotiverad i skolan
- Rastlös och spring i benen, blir orättvist bemött av lärare som förväntar sig att hon som tjej ska sitta still
- Har börjat skolka och experimentera med alkohol
- Umgås i en vänskrets med stort EPA/motorintresse
- Högutbildade föräldrar som förväntar sig att hon satsar på teoretisk, naturvetenskaplig inriktning
- Står inför gymnasievalet och är osäker på vilken väg hon ska välja
- Stolt över: Vann en viktig match mot ärkerivalerna

"Jag har ju känt av att man har en extra press att klara skolan för att man inte vill göra föräldrar besvikna."

"Speciellt om man har välutbildade föräldrar, mer press hemifrån att man ska bli något själv. Men om man blir pressad att välja så blir det fel och man byter utbildning flera gånger istället för att välja något man tycker om."

"...inte för att det behöver vara så, men kanske att man som tjej måste visa framfötterna, prestera mer, vara mer alert och plugga. [...] Jag tycker det är jobbigt. Man får extra press på sig själv. Tycker det är orättvist."

8 Utvalda citat

När skola och samhälle sänker:

"Det är orimligt att jag som barn redan ska kunna en massa innan jag har lärt mig det, man går i skolan för att lära sig inte visa upp vad man redan kan. Att konstant prestera och vara som alla andra kräver mer än vad vuxna förstår, vi är ju barn, vi kan inte ta ett vuxenansvar när vi inte är vuxna, vi förlitar ju oss på er som är vuxna att ni ska vägleda oss! Inte sitta och berömma oss om hur vi klarar era omöjliga krav som är så abstrakta att faktiskt en hel del som är vuxna inte förstår. Och sen klagas det på att barn växer upp för fort, att vi slutar vara barn för tidigt, att vi slutar leka och börjar med sociala medier och dess likes innan vi ens får men VARFÖR gör vi det då? Vi pressas dagligen ner i en helt galet fel norm där alla SKA passa och vi ska vara barn och ta tid på oss att vara det MEN vi ska ansvara som en ung vuxen?? Det går inte ihop!!"

"Skolsystemet gör att jag/vi hamnat utanför och vi har ingen väg tillbaka. Mina drömmar om att bli förskolelärare kan gå mig helt förbi då skolsystemet idag bygger på att man kan helt och hållet kuggas redan i åk 9 och därför inte komma vidare till gymnasiet. Av att skolan ska passa alla men verkligen inte gör det har jag fått panikattacker och skolångest vilket gör att jag kommer inte längre än till dörren in i skolan innan paniken och ångesten tar över och jag får vända hem igen. Så Nej jag kan inte påverka min egen framtid så som skolsystemet ser ut idag, för mig, för mina syskon för ALLA"

Om att kämpa med normer och förväntningar:

"Att folk i min närhet tjuvar på mig hur viktig skolan är, gör så att jag känner ångest och blir stressad över hur min framtid kommer bli. Så det är väldigt negativt tycker jag. Jag vill ju bestämma över mitt eget liv och skolan påverkar bara mig på ett dåligt sätt, så varför ska andra lägga sig i då? Det är inte rätt. Men förväntningarna på mig om att vara driven och starta något eget tycker jag bara är bra. Det får mig mer motiverad till att fortsätta gå min egen väg".

"Jag tror att det viktigaste är vad jag har gjort i skolan. Jag är en person som tyvärr är ganska rädd att förlora och misslyckas och vill alltid vara bäst på allt. I skolan gör jag mitt bästa på prov och andra uppgifter för att få de bästa möjliga betygen och för att bevisa för mig själv att jag kan lyckas om jag verkligen försöker. Jag blir väldigt stolt över mig själv när jag lyckas få bra betyg och om jag inte får bra så vet jag att jag kommer göra bättre på nästa. Jag tycker inte om att vuxna alltid tror att de är bättre och ska bestämma över alla. Blir arg av det".

"Jag höjde mina betyg i 6 ämne under en termin. Jag var stolt för att jag ville komma in på teknikprogrammet i framtiden. Utan det skulle jag inte veta vad jag skulle göra. Jag blir nervös inför framtiden och är rädd att jag kommer inte klara av att uppfylla förväntningarna".

"De gör mig irriterad och omotiverad, vill bara göra tvärtemot ibland"

"Det påverkar min fritid. När jag till exempel spelar tv-spel känner jag ofta att jag "måste" göra något mer produktivt. Jag har spelat tv-spel mer eller mindre hela mitt liv. Ibland har spelandet varit mer intensivt och ibland har jag inte spelat överhuvudtaget under en period."

"Jag har märkt själv att jag utvecklat förakt för bekanta som inte gör något annat än spela tv-spel. Om det är negativt eller helt naturligt har jag svårt att svara på själv."

"Jag hade som plan från 8:an att jobba som ingenjör- det lättaste vägen var att gå Tekniklinjen. Jag kämpade på att få så bra betyg i både 8:an och 9:an tills att jag är stolt över mig själv att jag klarade detta. Även om under vägen att nå målet fick jag så mycket negativa feedback när jag berättar om mitt mål, från personer när man tror att det aldrig kunna vara som t.ex lärare, vänner frågar mig om jag kommer att klara mig i Teknik. Det störde mig mycket!!. Men nu går jag Teknikprogrammet och har bättre betyg än i högstadiet."

Svårigheter med "raka vägen" och prestation – samt vägar ut ur det svåra

"Jag är snart lagligt vuxen och jag får extreme stress och ångest från att veta att jag nog inte kommer ha ett jobb på flera år och behöver snart betala skatter medans jag inte har ett. Jag får ångest från idea att jag måste jobba annars klarar jag mig inte längre fram eller kommer vara ett misslyckande för kommunen".

"Det var något helt annat att få jobba och hjälpa människor, än att gå i skolan för att prestera hela tiden. Även ifall mitt jobb bara var att stå i kassan och ta emot beställningar och ta betalt, så kände jag mig så viktig, behövd och uppskattad. Det gjorde så hela mitt mående blev så mycket bättre, väldigt fort. Allt var helt annat där; inga lärare som tjarar på en om uppgiften som man har ångest över, ingen elev som snor ens telefon och drar i ens hår för att jävlas, inga ångestfyllda lektioner att tänka på. [...] Så det som började med att jag skulle kunna få lite pengar, slutade med att jag verkligen upptäckte att skola - nej, det är inget för mig. Jag vill jobba, ha ett vuxenliv, ta eget ansvar över allt. DET är Hanna Persson, ingen deprimerad tjej som går handelslinjen på gymnasiet och rent ut sagt hatar sitt liv"

"Skolgång har inte så varit lätt, jag hamnat i depression och hamnat efter i massa ämnen. Jag fick inte tillräckligt bra betyg för att komma in på den linjen jag ville gå på och jag klarade inte grundskolan så jag hamnade på Introduktionsprogrammet (vilket jag nu är sjukt tacksam över, och jag är så glad över att jag inte hoppade av även fast det kändes jobbigt i början.) Jag har äntligen tagit mig ur depressionen och fått upp motivationen till att plugga, jag betar av ämne efter ämne och jag förväntas att komma in på barn och fritid i år. Jag har kämpat och kämpat och det är så skönt nu när man ser att det lönat sig. Jag planerar även att läsa vidare när jag tagit studenten."

"Jag började plugga på folkhögskola. Jag har inte gått färdigt varken grundskola eller gymnasium. Jag hamnade istället på en folkhögskola där jag nu försöker plugga upp mina betyg och lyckas få en mer positiv bild av mina möjligheter för framtiden. Valet att komma hit var inte ett lätt val att göra. Men jag är väldigt glad att jag gjorde det och nu är där jag är. Jag mår bättre och jag känner att jag kommer framåt, även om det inte går jättefort."

"När jag gick mitt första år på folkhögskola så fick jag anstränga mig för att inte glida in i ett negativt tankesätt angående min prestationsförmåga. Då skammen låg kvar från min gymnasietid och jag fick kämpa för att släppa den. Detta var jag tvungen att göra för att ge mig själv motivation och disciplin så jag kunde studera på det sättet jag önskade studera. Detta gick bra och jag fick vara väldigt stolt över min insats."

Klara/klandra-sig-själv:

"Jag tror det är många som försöker spela tuffa hela tiden, så att till slut så bryter de ihop ändå [...] En är osäker i sig själv, har dålig självkänsla. Självkänslan förvärrar ju, och så blir det väl...en mår dåligt, det är saker man inte klarar av, och så skiter man i det, som jag tänkte göra med truckutbildningen. Så får jag sämre självkänsla igen för att jag stoppar mig själv".

"Att man inte ska va rädd för att ta hjälp. Det kanske inte känns tufft eller så, men det behöver en inte va heller. En blir tuffare sen när man mår bättre".

"Jag är stolt över att inte ha övat mycket på några prov. Varför jag känner mig stolt är för att jag känner att jag kan utan att behöva öva och att jag kan komma ihåg viktiga saker".

"När jag skrev mitt gymnasiearbete var jag först väldigt envis om att jag skulle klara det själv och att jag inte kunde be om hjälp. Till slut insåg jag dock att det inte var hållbart med ett sådant tänk eftersom det var ett stort och komplicerat ämne jag valt så jag valde till slut att be min handledare om hjälp vilket underlättade väldigt mycket för mig."

Förmågor byggs utanför skolan:

"Jag gjorde t-shirt själv. Jag designade motivet, kontaktade företaget som trycker och så fick jag fram några färdiga t-shirts."

"Jag är stolt över min kanin som jag fött upp själv. Han är efter mina 2 första kaniner som betyder väldigt mycket för mig, speciellt pappan. Han har börjat komma igång väldigt bra på tävlingar nu och har tagit flera pinnar och även klassat upp sig till medel ifrån lätt!"

"Jag blev VÄLDIGT stolt när jag kom upp på en stor sten med min cykel. Det var ett av dom första hindren som jag kom upp på med fart och det ca 5 timmar. Det var också långt ner i Sverige så jag kunde inte träna där varje dag. Det var en av dom svåraste sakerna jag har gjort i hela mitt liv."

"Kursen svenska 3 fick vi en uppgift där vi skulle göra våran egen film. Jag och en kompis gjorde en informativ film om filmen "The hobbit". Vi kände redan vid presentationen att vi var överlägsna de andra grupperna. Det är mitt stoltaste minne från gymnasiet och det var en punkt i mitt liv där jag kände att mina intressen som jag ägnar mig åt på fritiden gett mig en boost i min karriär."

"Det som oftast gör mig mest stolt över mig själv är när det går bra i skolan då jag gör så gott jag kan där utan att lägga all min tid på skolarbete. Jag tränar två hästar och jobbar och hinner därför inte så mycket mer. Om jag ska välja en viss händelse så är det nog när jag köpte min bil helt själv efter att ha jobbat en hel vinter i ett hoppstall, det var dessutom ett väldigt slitigt jobb och jag kunde ha slösat pengarna på skit."

"Det var när jag startade mitt UF-företag. Jag och gjorde olika hemsidor för olika företag i Kil, Karlstad och Örebro. Jag behövde ha olika möte med olika chefer för kunna presentera oss själva och få uppdraget".

Förmågan att skapa värde för andra, hjälpa:

"Jag hjälpte min kompis att gå från att bara kunna prata i telefon med högtalaren på till att kunna hålla den till örat och prata. Det låter kanske inte viktigt men det var otroligt viktigt för henne."

"Bara för några dagar sedan tog jag tag och anordnade en aktivitetsdag där jag bor. Jag gjorde nästan allt jobb själv och det blev en riktigt rolig dag med många folk som kom."

"Det var en gång en person som var jag. Jag skulle måla en banderoll till internationella kvinnodagen. Det var ansträngande för min rygg. Jag hade ont i ett par dagar. Inte så ansträngande enligt andra men det var värt det."

"Jag har alltid satt väldigt stor press på mig själv och vill alltid prestera på topp när jag tar mig för något, vilket ofta lett till att jag inte vågat tacka ja till sådant som jag egentligen velat. Rädslan för att misslyckas har därmed tagit över. I det här fallet valde jag trots stor nervositet och en del tvivel att tacka JA till att arrangera en UKM-festival i Arvika. Festivalen i Arvika blev den största i hela Sverige det året och har sedan dess slagit rekord varje år - något som jag är oerhört stolt över".

"Jag har behövt hjälpt en kompis som rökte. Efter att jag hade pratat med hen. Det gjorde så att jag kände mig väldigt stolt och har även blivit bättre vän med hen"

Förmågan att samarbeta, vikten av rätt sammanhang:

"När jag och en kompis skulle bygga om en bil till en a traktor. Varken jag eller han hade någon tidigare kunskap om detta och allt var i princip nytt för oss. Vi klarade det till slut men det var efter flera månaders inte bara fysiska men psykiska ansträngningar."

"Jag tänker på den gången jag besteg Sveriges högsta berg, Kebnekajse. Jag gjorde det nästan helt oförberedd med några av mina närmaste vänner [...]. Det blev ett mycket mer påfrestande och krävande äventyr än vad både jag och mina vänner tänkt oss men vi gjorde det! Vi stod där i regnet och frös allihop och det enda som fick oss att fortsätta gå och inte vända om va vårt godis som vi tagit med oss och varandra. Trots att det var fruktansvärt jobbigt så fick vi varandra att kämpa vidare. Och till slut så nådde vi toppen! Och då fick jag uppleva en sån total lycka och stolthet som jag aldrig tror jag upplevt tidigare. Helt plötsligt va jag så glad och hade så mycket energi att det hoppade i hela kroppen och jag kunde inget annat än att skrika mitt glädjeskrik, hoppa och dansa. Det ögonblicket kommer jag alltid att ha med mig och jag kommer alltid vara otroligt stolt över mig själv och mina kompisar för att vi klarade det, tillsammans!"

"För några dagar sedan/07.03 2022. Jag och mina Vänner klarade av en raid/vow of the desciple på ett spel som heter Destiny 2. Det hade tagit oss 5 timmar att klara av det, det var en av den bästa känslan jag har haft på ett tag. Anledningen varför jag var så stolt var för att vi lärde oss om upplevelsen från nytt/'vi visste inte vad att göra från början"

"När jag gick i högstadiet tvivlade jag otroligt mycket på mig själv. Jag hade uselt självförtroende och en dålig självkänsla vilket senare resulterade i att jag fick diagnosen anorexia och skickades runt mellan mottagningar, behandlingshem och sjukhus under ca ett års tid. När jag äntligen började bli bättre och var fast besluten att bli frisk fick jag börja i en ny klass på en ny skola. Här utvecklades jag otroligt mycket som person och förstod verkligen värdet av att ha rätt människor runt omkring sig. Året därpå började jag på estetiska skolan i arvika, och flyttade till och med hemifrån till ett internat!! Idag är jag friskförklarad från min ätstörning och inget av det skulle skett om jag inte träffat alla underbara människor längst med vägen dig jag är idag 🥰"

Ta sig igenom svåra förhållanden, komma över hinder:

"Jag är nöjd med att jag har tagit mig från en lite tuff uppväxt när min mamma blev funktionshindrad när jag var väldigt liten så har klarat mig ungefär helt själv sen väldigt liten och gjort val i livet jag är nöjd med och vissa inte men står i en punkt i livet just där allt är bra."

"Jag tog mig ur en destruktiv relation. Jag visste länge innan att jag behövde göra det, men det tog lång tid att uppbåda tillräckligt med mod och kraft att genomföra det. När jag väl hade sagt det jag ville säga började det svåra, att inte lockas tillbaka in i det trygga och välbekanta,

men dåliga. Men jag lyckades, och idag är jag stolt över att jag var stark och klarade att säga nej, och att jag gjorde det jag trodde på.”

”Flera gånger under min uppväxt så har ekonomin varit extremt dålig. Att hålla uppe humöret och låtsas må bra och inte verka påverkade på de har varit extremt svårt. Men det har gått ändå, att försöka inte tynga ned andra runt mig och lyfta upp dem.”

”Att övertala mina föräldrar om att jag bör flytta hemifrån till annan ort. Pga personlig utveckling och för att veta vad jag vill och vill göra med mitt liv. Det gick inte över en natt utan var en process att övertala dem. Skapa förståelse och ge dem mer information om hur saker och ting skulle ske, med mer information om beslutet kändes det enklare för dem att acceptera det. Att berätta olika perspektiv och vinklar än deras attityd om att, som flicka flytta hemifrån inte behöver innebära vad de tror det innebär.”

”Jag är nöjd med att jag har tagit mig från en lite tuff uppväxt när min mamma blev funktionshindrad när jag var väldigt liten så har klarat mig ungefär helt själv sen väldigt liten och gjort val i livet jag är nöjd med och vissa inte men står i en punkt i livet just där allt är bra”.

Alla ska in i samma mall:

”Som varslad från arbeta jag arbetat på i 4 år och 5 år inom handels, så fanns det att välja på att stämpla eller hitta jobb. Jag tog första bästa i Dalarna för Värmland kund Winter erbjuda vad dem erbjöd. Jag flyttar senare tillbaka och får A-kassa i 3 månader. Sen måste jag tvingas in i ett program från arbetsförmedlingen för ungdomar. Förlåt, men jag känner mig så omyndiga förklarad. Att jag som 23år ska ha nått specialprogram med extra koll och inte får den hjälpen jag behöver. När jag från 17 år haft arbete utan stopp. Jag har fått alla arbeten jag varit på intervju för oavsett yrke. 10+ trots mina diagnoser som bipolär och asperger som jag fick redan på dem senare åren. Så har jag skött mig exemplarisk och många jobb har rykt och lockat på mig. Nu bytte jag yrke totalt och försöker starta företag som massör. För jag trivs fruktansvärt bra, mina panikångest har minskat och mina självmordstankar har blivit färre. Då jag hittat ett yrke jag trivs i. Vilket inte är bara bara. Jag som arbetslös kan bara berätta min berättelse. Och känner mig väldigt handikappad, omyndigförklarad och utebliven. Jag söker starta eget bidrag just nu från arbetsförmedlingen och har kämpat i 1 år. Men jag får ej den hjälp jag behöver och kommer kanske tvingas gå ut i handels igen eller något ännu värre yrke som drar ner mig till botten igen. JAG HAR EN DRÖM. Som jag kommer att uppnå oavsett vilket län jag ska behöva ta mig till. Den är för att hjälpa mig och hjälpa folk med utbrändhet, diagnoser, sjukdomar och barn. Mer ändå vill jag inte skriva så min idé hamnar i fel händer. Men inom 10 år så ska min dröm vara uppfylld. Planen är att plugga vidare när jag väl startat företag så att jag kan göra elevbehandlingar inom mitt företag så jag kan få pengar så jag klarar mig. Men just nu är kampen står för just mig både ekonomiskt och psykiskt. Men de jag tycker Värmland har bra med är utbildningar för andra unga och vuxna. Men inte just för det yrket jag vill arbeta med. Jag måste tyvärr söka mig mot Göteborg och Stockholm. Men det är MIN väg, MIN egna väg som JAG kämpar och har bestämt SJÄLV. Som tyvärr inte hade varit så svårt om jag bött någon annanstans antagligen få jag känner folk i precis hela landet. inom olika yrken och det låter helt ärligt inte lika svårt för dem med just det jag håller på med. Jag har fått erbjudande från Norge så kanske till och med byter land. Men Arvika och Värmland kanske är jättebra på andra saker.”

Acceptans på platsen där du bor:

Som uppväxt i en småstad där jag inte kände att jag passade in med alla andra så var det naturligt för mig att söka mig till ett sammanhang som tillät mig lämna min hemstad och träffa andra jag kan identifiera mig med bättre. I mitt fall hittade jag mitt politiska engagemang och mitt intresse för foto och konst.

Unga invandrares röster:

“Asså jag vet inte riktigt än men Jag vill göra något inom vården. Att flytta här till Sverige, jag tänkte att det skulle bli bra och roligt. Men jag känner mig inte riktigt så om jag ska vara ärligt jag skulle flytta tillbaka när jag blir 18 år. Jag tror inte att jag kommer lycka i livet”.

“Jag ville att jag skulle få godkänt på matte efter att jag fick F. Genom att få mycket hjälp av läraren i 1m och fick mycket tid med att lära mig om matte än vanligt i skolan hjälpte mig med min mål. Jag ansträngde mig och fokuserade steg för steg och kämpade till min resultat än jag någonsin har gjort tidigare. Genom att inte ge upp och fråga om hjälp och hitta motivationen hjälpte mig med att nå högt betyg. Det jag använde mig för att lyckas var bland att ha motivation, bra studie teknik, fråga läraren, anteckna och inte ge upp”.

“Jag fick plötsligt en ny hobby. Jag började måla och teckna, förut tänkte jag aldrig att jag skulle göra nånting sånt, för att jag alltid var intresserad av tekniskt kunskap. Men nu går det att göra saker samtidigt) Jag förstår att det finns människor som tror på att jag kommer att lyckas, så att jag har motivation att gå vidare och kämpa för mitt liv”.

“Tagit fel vägar i livet men försöker nu ta vägar som är ett och bra för mig och min familj. Att kämpa i skolan vilket har varit tufft pga av olika omständigheter i mitt liv. Med min bakgrund så har det varit tuffare men har kämpat mig igenom det och fortsätter göra det Det kan vara riktigt jobbigt ibland när man vill gå sin egen väg och ta egna beslut men på samma gång så har dessa förväntningar gjort mig starkare och fått mig kämpa ännu hårdare”

Röster från vuxna:

“Jag upplever en stark norm att det är först grundskola och sen att fixa gymnasieutbildning som gäller - annars hamnar du utanför den normen och i ett “misslyckande” eller att du “inte är godkänd”.

“Att se att det finns andra vägar att gå är inte lika accepterat idag som tidigare - vilket leder till en ökad press och ohälsa. För de ungdomar som ändå väljer en annan väg så beror det på om de exempelvis har resursstarka föräldrar eller annat som hjälper dem att ta en annan väg. De flesta ungdomar som jag möter i min yrkesroll saknar utbildning och kontaktnät och upplever därför att deras väg in i framtiden är tuff och svår”.

“Unga tror de måste välja t ex utbildning och yrkesinriktning tidigt och de tror det styr mer än det gör vad gäller deras framtida val kring yrke, företagande och livsmöjligheter i stort”

“Man måste ge (både unga och vuxna) tid och möjligheter till reflektion och eftertanke. Inte forcera fram beslut som kanske inte är livsviktiga att fatta just nu. Sluta fokusera på ungas brister och bygg på varje individs styrkor och talang”

“Själv jobbar jag bara med de ungdomar som hamnar på en annan väg än vad som förväntas i deras ålder. När man kommer dem nära och lär känna dem, så förstår man oftast varför de är i

den situationen de är ... lågt eller kanske fel stöd hemifrån, högt ställda krav de inte får hjälp med att nå upp till, mm".

"Upplever att många inte har någon framtidstro. Att det inte spelar någon roll med skolan. Att man inte tar hand om sig och sin hälsa för det spelar liksom ingen roll. Jämför sig med andra ("framgångsrika") och tycker att det inte är någon idé att kämpa. MEN det finns även de som istället drömmer stort och inte ser några hinder på vägen"

"Allt för många unga ser det idag som ett helt naturligt alternativ att gå på försörjningsstöd istället för att utbilda sig eller ens vara motiverade till att skaffa ett jobb. Detta är något som MÅSTE brytas. Det hämmar hela deras utveckling, kreativitet och framtidstro".

"Alla behöver känna att de är behövda. Det blir de flesta i ett sammanhang - ofta i en grupp/mänskligt nätverk. Alla typer av mötesplatser, i alla former, där olika människor möts ger större möjligheter till det".

"Få en god relation och skapa trygghet - i kombination med att stötta den unga att våga utmana sina rädslor och farhågor, det tror jag var det viktigaste i den här berättelsen. Dåliga erfarenheter i kombination med en begränsad kunskap om hur samhället fungerar blir inget bra - och det kräver ett uthålligt engagemang från stöttande vuxna".

"Jag upplever att det finns ungdomar som bryter mot normer och fördomar och blir accepterade av sin omgivning - men då finns de i en miljö av medmänniskor (familj och vänner) som är stöttande. Att t.ex. vara gay kille och befinna sig i en machomiljö (typ ishockey/fotboll) är troligtvis förenat med mycket ångest och ohälsa".

"I Arvika startade ett gäng unga en teater och spelade "Momo, eller kampen om tiden". Det gänget bildade sedan Föreningen Galaxen och arrangerade den första Musikfestivalen som de kallade Arvikafestivalen. Den höll sedan på årligen i 20 år och engagerade och gladdade tusentals ungdomar. Vuxenvärlden stöttade med pengar, men i övrigt lämnades ungdomarna i fred. [vad unga behöver?] Frihet och lokal och pengar men framför allt kärlek för det de är, inte det de skall, eller borde, bli".

"Ett av de stora problemen är inte motivation. Det är psykisk hälsa och vision. Om de mår bra och har energi att orka se framåt kan det göras en framtids plan som eleven skulle tycka om OCH orka med".

"Det svåra är att se sina jämnåriga vara längre fram i livet än en själv. det finns inte mycket att göra än att prata om att livet inte är bortkastat på grund av sida spåren. att ta utbildning eller hitta ett passande jobb i efterhand fungerar lika bra. 1-5 år extra är inte så farligt i det stora hela om vi ändå ska leva till 80+".

"Att prata med hen och tillgodogöra att det går att fråga efter hjälp och att okunskap inte är ett hinder, vi alla lär oss. om det är personligt problem eller sjukdom som sätter stopp så gäller det att prata med hen och ta det lugnt, dela upp arbete i delar och göra del för del. Att prata om hur världen och andra fungerar. Att människor generellt inte ser eller tänker fullt så mycket på andra människor. Att andra inte lägger märke till vad hen ser om sig själv. Att stärka hens egna personligheter och framhäva styrkor. säkerställa att hens problem inte definierar hen som person".

I internationell samverkan med akademi, näringsliv och offentlig sektor bidrar vi till ett konkurrenskraftigt näringsliv och ett hållbart samhälle. RISE 2 800 medarbetare driver och stöder alla typer av innovationsprocesser. Vi erbjuder ett 100-tal test- och demonstrationsmiljöer för framtidssäkra produkter, tekniker och tjänster. RISE Research Institutes of Sweden ägs av svenska staten.



RISE Research Institutes of Sweden AB
Box 857, 501 15 BORÅS
Telefon: 010-516 50 00
E-post: info@ri.se, Internet: www.ri.se

Samhällstransformation
RISE Rapport