

## Valgprocessen for særligt sensitive i en konkurrencestat.

---

*Skal skolen uddanne for livet eller kun for arbejdslivet? De særligt sensitive har særlige evner for at træffe kvalificerede valg, hvis de gives rum til at udfolde dem. Er der plads til det i valgprocessen, hvor de unge vælger deres ungdomsuddannelse? Eller bliver det udmanøvreret af konkurrencestatens målstyrede evidensfokus?*

Afgangprojekt  
Uddannelses-, erhvervs- og karrierevejledning  
Jeanette Bjerking Lystrup  
va1361144

## Indholdsfortegnelse:

---

1.1 Indledning .....	Side 3
1.2 Problemformulering .....	Side 4
1.3 Afgrænsning af opgaven .....	Side 4
1.4 Opgavens teori og metode .....	Side 4
2.1 Fællestræk hos særlig sensitive .....	Side 6
2.2 De sensitive træks betydning i en valgproces – SCCT's valgmodel .....	Side 7
3.1 Den samfundsmæssige ramme – Governmentality .....	Side 10
3.2 Konkurrencestatens pædagogik – Brian Degn Mårtensson .....	Side 12
3.3 De unges trivsel i Konkurrencestaten .....	Side 13
3.4 De særligt sensitives trivsel i Konkurrencestaten .....	Side 16
4.1 Læringserfaringernes betydning i valgprocessen – John D. Krumboltz .....	Side 18
4.2 Vejlederrollen og de særligt sensitive .....	Side 18
5.1 Konklusion .....	Side 21
5.2 Perspektivering .....	Side 21
6.1 Litteraturliste .....	Side 22

## 1.1 Indledning:

---

Den amerikanske psykolog Elaine N. Aron har med sin forskning vist, at 15-20 % af alle mennesker er født med det personlighedstræk, der kaldes at være "Særligt sensitiv"<sup>1</sup>. Som særligt sensitiv har man et nervesystem, der gør, at man tager flere sanseindtryk ind og bearbejder dem dybere, end det er tilfældet for de ikke sensitive. Det er ikke en diagnose, men et nedarvet samspil mellem en række gener<sup>2</sup>, som gør, at ens nervesystem reagerer mere følsomt på stimulation og bearbejder indtryk med større dybde.

I hver skoleklasse med 20 elever sidder der således gennemsnitlig 3-4 særligt sensitive elever. Det interessante i denne sammenhæng er, hvordan vi møder disse elever i vores vejledningsarbejde. Jeg er optaget af, hvad dette personlighedstræk betyder for den unges valgsituation.

Som særligt sensitiv er man udstyret med muligheden for at udfolde særlige evner for refleksion, indlevelse, at kunne se sammenhænge og have forståelse for værdiers betydning, hvilke er væsentlige evner i en valgsituation. Det kræver, at den sensitive gives de rette vilkår at fungere i.

Særligt sensitive lider under tidspres, hvis tingene skal gå hurtigt, og de presses til at skulle træffe beslutninger. Det kan føre til, at de overstimuleres og oplever indre kaos, som fratager dem muligheden for at udfolde deres særlige evner. I vores kultur hersker der i disse år en politisk diskurs, der går på, at de unge hurtigst mulig skal gennem uddannelsessystemet, så de kan blive en del af arbejdsstyrken og derved bidrage til det danske samfund. De skal gå den lige vej gennem uddannelsessystemet og ikke træffe omvalg eller have sabatår, hvor de spilder deres tid. Denne diskurs lægger et voldsomt pres på de unges uddannelsesvalg. De kan få følelsen af, at de skal træffe det rette valg første gang, for at de er gode nok. Det er indlysende, at en sådan diskurs er en belastning for de særligt sensitive. Jeg vil i denne opgave se på, hvilke styringsmekanismer der anvendes fra politisk side for at påvirke de unge til at træffe de uddannelsesvalg, der er til gavn for det danske samfund.

Psykolog og formand for Dansk Psykolog Forening Eva Secher Mathiasen har i DR2's program "Debatten" udtalt: "Jeg vil gerne have politikere, der har visioner for, hvordan vi får et samfund, hvor vi alle sammen har det godt, i stedet for et samfund, hvor vi bedst muligt kan piske flest muligt til at være konkurrencestatens fodsoldater"<sup>3</sup>. Det ønske deler jeg med Eva Secher Mathiasen, og jeg tænker, at det er vigtigt, at det italesættes for ad den vej at forsøge at lette presset på de unges valg.

Min motivation for at skrive om de særligt sensitive i denne opgave er, at være med til at sætte fokus på, at der skabes rum for, at alle unge får gode muligheder for at udvikle deres egenskaber. Jeg oplever, at vi i vores samfund, som det er nu, favoriserer de unge, som er hurtige, effektive, målrettede, udadvendte og som har evnen til at kunne sælge sig selv – kort sagt de unge som fungerer godt i en konkurrencestat. De særligt sensitive tilhører ikke den gruppe, men de har nogle andre evner, som, hvis de kommer i spil, kan føre til stor dybde og høj kvalitet i deres valg.

Som vejleder kunne det være optimalt at være med til at sætte nogle rammer for de unge i

---

<sup>1</sup> Aron, Særligt sensitive mennesker, 2008, s. 9

<sup>2</sup> Delskov og Sonne, Sensitive børn, 2014, s. 21

<sup>3</sup> Mathiasen, DR2 Debatten, 22.10.2015

valgprocessen, der gør, at de særligt sensitive også får bragt deres særlige evner i spil. Jeg er optaget af, hvordan jeg i min vejledning kan arbejde med de unges valgproces, således at de særligt sensitive flytter fokus fra konkurrencestatens krav til udviklingen af egne ønsker og evner.

## **1.2 Problemformulering:**

---

Hvilken betydning har konkurrencestatens pres for de særligt sensitive unges valgproces i forhold til valg af ungdomsuddannelse?

## **1.3 Afgrænsning af opgaven:**

---

Mit omdrejningspunkt i denne opgave vil være de særligt sensitive elever. Eleverne ved ikke nødvendigvis selv, at de er særligt sensitive, og det ved jeg heller ikke. Det er ikke min opgave at finde ud af, om de er det! Men jeg ved statistisk set, at der sidder 3-5 elever i hver klasse med dette karaktertræk, så det vil være mit udgangspunkt. Jeg vil begrænse mig til at se på den valgproces, eleverne gennemgår i 8. og 9. klasse og frem til de vælger, hvilken ungdomsuddannelse, de vil søge ind på.

Jeg har min daglige praksis som grundskolevejleder på seks forskellige skoler i Ringsted. Jeg oplever, at der er en begyndende viden omkring det at være særligt sensitiv blandt elever, forældre, lærere og vejlederkolleger, men der klart brug for et mere præcist kendskab til dette karaktertræk og hvilke muligheder, der er for at få de positive sider af det til at blomstre.

Jeg har her i november måned deltaget i et seminar omkring særligt sensitive teenagere og unge. Oplægsholderen var psykolog Lise August, som er uddannet med speciale i særlig sensitivitet som den første i Danmark. Lise August fortalte, at hun har haft mange voksne i sin praksis, som har udtalt, at de gerne ville have haft kendskab til, at de var særligt sensitive, allerede mens de var teenagere. Det kunne have givet dem en tidligere forståelse af sig selv. De ville have kunnet arbejde konstruktivt med sig selv, frem for at have gået rundt med følelsen af at være anderledes/mærkelig/sart/forkert.

Jeg ser helt klart et behov for, at vi der arbejder professionelt omkring de unge, får et større kendskab til dette karaktertræk. Vi skal kunne forstå, hvad der sker med disse unge og være med til at skabe rum for, at de særlige evner, der følger med denne modtagelighed, bliver sat i spil.

## **1.4 Opgavens teori og metode:**

---

Som det første vil jeg ud fra Elaine N. Arons teori uddybe, hvad jeg forstår ved at være særligt sensitiv. At være særligt sensitiv er ikke en mennesketypebestemmelse, hvorudfra vi kan sige, at alle særligt sensitive mennesker er på en og samme måde. Men der er nogle fællestræk forbundet med det at være særligt sensitiv, og det er dem, jeg vil tage udgangspunkt i.

Den Social Kognitive Karriereteori – SCCT – rummer en valgmodel, som illustrerer kompleksiteten i et karrierevalg. Med udgangspunkt i den vil jeg se på, hvordan de særligt sensitive karaktertræk påvirker den unges valgproces.

Jeg vil anvende Michell Deans analyse af Michel Foucaults begreb Governmentality til at se på, hvordan politikerne i vores samfund søger at påvirke de unges uddannelsesvalg, og hvad disse påvirkninger kan betyde for de særligt sensitive.

Ud fra Brian Degn Mårtenssons beskrivelse af Konkurrencestatens pædagogik, vil jeg definere, hvad jeg forstår ved begrebet konkurrencestat. Brian Degn Mårtensson kommer med en kritik af den pædagogik de unge mødes med i folkeskolen og i uddannelsessystemet i dag, fordi den bygger på konkurrencestatens fokusering på evidensbaseret viden og det, at de unge skal gøres til en målrettet økonomisk ressource for det danske samfund. Brian Degn Mårtensson taler om, at vi nu er genstand for en ny samfundsorden, der går på, at alle skal bidrage til at sikre statens evne til at kunne klare sig i konkurrencen på det globale marked. Jeg vil se på, hvordan denne samfundsorden og deraf følgende pædagogik kan influere på den særligt sensitive valgproces.

Det Nationale Forskningscenter For Velfærd har i 2014 beskrevet en undersøgelse af børn og unges velfærd og trivsel i Danmark, og Center for Ungdomsforskning har i 2010 udgivet en rapport over en undersøgelse af trivsel og mistrivsel hos unge mellem 15 og 24 år. Jeg vil bruge disse to undersøgelser til at se på, hvordan den generelle trivsel blandt de unge i Danmark. De særligt sensitive er ikke direkte repræsenteret i disse undersøgelser, men statistisk set ved vi, at de indirekte må være det. Jeg vil herudfra se på, hvilke risici der kan være for mistrivsel hos de særligt sensitive, når de er unge i det danske samfund.

Afslutningsvis vil jeg se på, hvordan jeg med inspiration fra John D. Krumboltz' teori om læringserfaringernes betydning for karrierevalg kan arbejde med at give de særligt sensitive mulighed for at bringe deres særlige evner i spil i deres valgproces.

## 2.1 Fællestræk for særligt sensitive

---

Det at have et særligt sensitivt nervesystem er et almindeligt karaktertræk, som 15-20 % af en befolkning er udstyret med<sup>4</sup>. Særligt sensitive tager mange sanseindtryk ind, som andre ikke påvirkes af. Hvad der for andre forekommer at være helt almindelige og ubetydelige lugte, lyde, mængder af rod eller kommunikation mellem andre, kan være stærkt simulerende og belastende for særligt sensitive. De påvirkes af disse stimuli. De fleste elever møder ind i skolen om morgenen og ser, at klasseværelset, læreren og klassekammeraterne er lige som dagen før, hvorefter de straks kaster sig ud i det sociale liv. Den særligt sensitive lægger mærke til, at læreren er i dårligt humør, et lysstofrør er begyndt at blinke, en af kammeraterne ser ud til at være trist, og der står noget i hjørnet af klassen, som der ikke plejer at stå der. Alle disse sanseindtryk bearbejder den særligt sensitive.

Det er ikke fordi særligt sensitive er udstyret med stærkere sanser end andre - mange særligt sensitive har eksempelvis briller. "Forskellen synes at ligge et eller andet sted på vejen til hjernen eller i hjernen i en mere omhyggelig bearbejdning af indtrykkene"<sup>5</sup>. Særligt sensitive tænker mere over alt og skelner mellem tingene på en mere nuanceret måde. Hvis mennesker var maskiner, vil særligt sensitive sortere en bunke appelsiner i ti størrelser, mens andre ville sortere i to-tre størrelser. Forskning har vist, at særligt sensitive har øget hjerneaktivitet, når de udsættes for stimuli, end ikke sensitive<sup>6</sup>.

Alt hvad der vækker vores nervesystem, kan være stimulerende. Stimulering kommer ikke kun udefra, men kan også komme inde fra vores kroppe såsom sult, smerte, tanker eller erindringer. Men særligt sensitive befinder sig ikke i en kronisk stimuleret tilstand hele tiden. De bliver blot mere stimuleret af ny eller længerevarende stimulering. De bruger længere tid på at bearbejde disse stimuli og bearbejder dem dybere.

Det, at det sensitive karaktertræk er nedarvet, betyder ikke, at det er forudbestemt, hvordan alle særligt sensitive mennesker bliver. Sensitiviteten kan ligge mere eller mindre udtalt i generne og kan forstærkes eller svækkes alt efter, hvilket miljø den særligt sensitive vokser op i. Vi kan derfor ikke tale om, at alle særligt sensitive mennesker er på én og samme måde, men karaktertrækket gør, at der er egenskaber, som med større sandsynlighed er fremherskende hos dem. De er ofte meget samvittighedsfulde og dybt påvirket af andre menneskers stemninger og følelser. De er oftest gode til:

- At være bevidst om fortiden og fremtiden
- At opdage fejl og til at undgå at begå fejl
- At kunne koncentrere sig dybt (*når de ikke forstyrres*)
- At løse opgaver som kræver årvågenhed, præcision og hurtighed
- At opdage mindre forskelle
- At skabe overblik og se sammenhænge
- At bearbejde materiale på dybere niveauer
- At tænke over egen tænkning
- At være bevidst om at have lært noget

---

<sup>4</sup> Aron, Særligt sensitive mennesker, 2008, s. 13

<sup>5</sup> Aron, Særligt sensitive mennesker, 2008, s. 30

<sup>6</sup> Delskov og Sonne, Sensitive børn, 2014, s. 22

Men der følger naturligvis også nogle særlige udfordringer med dette karaktertræk. De særligt sensitive bliver lettere overvældet, når de er ude i et stærkt stimulerende miljø eller bombarderes med mange sanseindtryk på kort tid. Nervsystemet bliver udmattet og har brug for ro. Særligt sensitive kan blive så overstimuleret og udmattede, at de når til et lukningspunkt. Hele kroppen advarer om, at den er i vanskeligheder, og den særligt sensitive får en følelse af at have mistet herredømmet over sig selv. Den særligt sensitive kan i den situation reagere med vrede, frustration og stor selvbebrejdelse, og alle de særligt gode evner ved karaktertrækket bliver sat ud af spillet. Ingen kan lide at blive overstimuleret, uanset om man er særligt sensitiv eller ej, men fordi de særligt sensitive tager langt flere stimuli ind og bearbejder stimuli dybere, bliver de hurtigere overstimuleret.

Særligt sensitive er ofte ikke gode til forandringer, heller ikke gode forandringer. De har brug for ekstra tid til at tage forandringer ind. Generelt har særligt sensitive brug for mere tid til at bearbejde det, de oplever. Det, at den særligt sensitive påvirkes dybere og længere af stimuli, gør at bearbejdningen tager længere tid.

Særligt sensitive kan bruge meget tid på at tænke over ting som meningen med livet, og hvor kompliceret alting er. Fordi de særligt sensitive ofte er meget påvirket af andre menneskers følelser og holdninger, bliver de påvirket af at blive overvåget, vurderet og være under tidspres. Under sådanne omstændigheder, har de sværere ved at vise, hvad de dur til.

Særligt sensitive er mere følsomme over for utryghed, sult, kulde, udmattelse og sygdom end ikke sensitive. Nervsystemets dybe bearbejdning af disse sanseindtryk og følelser, kan gøre det vanskeligt for den særligt sensitive at holde koncentrationen på andet.

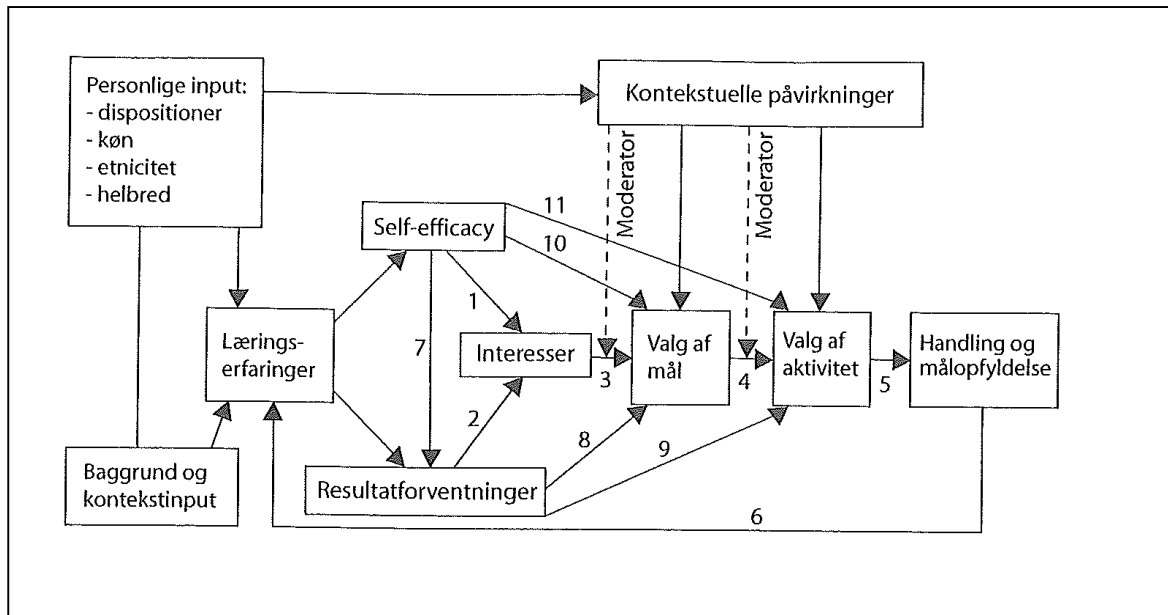
Når den særligt sensitive kender til sin sensitivitet og kan mærke, hvad der fører til overstimulering, kan der arbejdes med balancen mellem at være "ude i verden" og blive stimuleret og trække sig tilbage for at bearbejde stimuli. Muligheden for at arbejde med dette er under indflydelse af, hvilken uddannelses- eller arbejdsmæssig ramme, den særligt sensitive har for sin hverdag. Hvordan den særligt sensitive elev i 8/9. klasse fungerer med sin sensitivitet i dagligdagen, kan således være meget styret af de fysiske og psykiske rammer, hun gives i skolen.

## **2.2 De sensitive træks betydning i en valgproces – SCCT's valgmodel**

---

Allerede i 8. klasse bliver det vurderet, om eleverne er parate til at tage en ungdomsuddannelse efter 9. klasse. I forbindelse hermed skal eleverne træffe et foreløbigt uddannelsesvalg, hvor de vælger, om de forventer at søge en gymnasial uddannelse eller en erhvervsuddannelse. Det vil sige, at allerede i 8. klasse stilles eleverne over for deres først karrierevalg, og processen mod det endelig valg af ungdomsuddannelse sættes i gang.

SCCT har udviklet en model, som beskriver kompleksiteten i det, der sker med os, når vi træffer karrierevalg:<sup>7</sup>



Modellens pile viser, at der er en høj grad af interaktion mellem faktorerne. Jeg vil eksemplificere modellen ved at beskrive den valgsituation eleverne i 8. klasse står i, når de træffer deres første foreløbige karrierevalg. Den enkelte elev gør sig nogle læringserfaringer i skolen og i sit øvrige liv. Disse læringserfaringer er påvirket af elevens personlige og baggrundsmæssige forhold, som eksempelvis er elevens køn, nationalitet, opvækstbetingelser og de muligheder, eleven bliver givet på de skoler, hvor hun går. Elevens læringserfaringer bidrager til udviklingen af nogle resultatforventninger, hvilket betyder, at eleven får nogle forventninger til, hvad hun kan få ud af de valg, hun træffer, og de handlinger hun gør. Eleven har eksempelvis nogle forventninger til, hvad hun fagligt kan præstere, og hvilke karakterer det vil give.

Læringserfaringerne er også med til at danne elevens self-efficacy, hvilket vil sige "de antagelser en person gør om sig selv og sin formåen"<sup>8</sup>, heri ligger elevens opfattelse af, hvad hun kan og har lært, hvad hun forestiller sig, at hendes valg og handlinger kræver af hende, og hvad hun i den forbindelse forestiller sig, at hun kan magte.

Af modellen fremgår det, at Banduras begreb self-efficacy er en ret central faktor i valg-processen, da den påvirker elevens resultatforventninger, de interesser hun udvikler, de mål hun ønsker at opnå med sine valg samt de aktiviteter, hun vælger at kaste sig ud i. Elevens resultatforventninger påvirker ligeledes hendes interesser, mål og valg af aktiviteter. Hertil kommer at de ønsker, eleven vil have opfyldt med sine valg af mål og aktiviteter, også er influeret af den kontekst, de er udviklet i. Det vil sige, at elevens mål med at vælge en erhvervsuddannelse frem for en gymnasial uddannelse kan være forskellige, alt efter om hun taler om dem med en veninde, som hun føler sig forstået af, eller hun taler om dem med en lærer, som synes, hun burde gå i gymnasiet. De resultater, eleven opnår med sine handlinger, giver nye læringserfaringer, og påvirker dermed elevens videre udvikling. Oplever eleven succes med det, hun gør, vil det give positiv self-efficacy og hun vil få mod på at fortsætte læringsprocessen. Oplever eleven derimod nederlag på nederlag, vil det nedtone hendes self-efficacy, hvilket kan få hendes karriereudvikling til at stagnere.

<sup>7</sup> Højdal og Poulsen, Karrierevalg, 2012, s. 204

<sup>8</sup> Højdal og Poulsen, Karrierevalg, 2012, s. 195



Hvis eleven i 8. klasse er særligt sensitiv, vil det påvirke flere elementer i denne valgproces. Det, at særligt sensitive ofte er dybt påvirket af andres stemninger og følelser, kan have stor indflydelse på de læringserfaringer eleven gør sig. For alle elever har det betydning, hvordan kommunikationen med lærerne er i skolen. Er læreren positiv i sit kropssprog og giver konstruktiv kritik med udgangspunkt i det, der var godt og som, der skal gøres mere af, eller skælder læreren ud og påpeger kun fejl. For den særligt sensitive kan denne forskel i læreradfærden sætte sig dybere spor og dermed have større indflydelse på dennes læringserfaringer. Den særligt sensitive bliver stærkt påvirket af den følelsesmæssige vrede fra en negative lærer, det negative kropssprog, den hævede stemme og det at have begået fejl. Det kan være overstimulerende for den særligt sensitive, og det tager længere tid at få det bearbejdet, før eleven kan slippe det og koncentrere sig om de efterfølgende fag og lærere. De negative læringserfaringer skaber negative resultatforventninger og påvirker elevens self-efficacy, og for de særligt sensitive vil alle disse påvirkninger være dybere forankret, og det vil tage længere tid at bearbejde dem.

Gives eleverne positive læringsrammer, har de særligt sensitive til gengæld særlig gode muligheder for at udvikle præcise, detaljerede og dybe læringserfaringer med stor refleksion over egen læring. De vil typisk har gode evner for at forstå sammenhænge i eksempelvis det komplicerede uddannelsessystem og kunne forstå forskellene mellem de mange uddannelser. Det læringsmiljø, de særligt sensitive befinder sig i, er således særligt afgørende for de læringserfaringer, der drages samt den efterfølgende udvikling af resultatforventninger og self-efficacy. Oplevelsen af nederlag eller succes sætter sig særlig dybe spor hos den særligt sensitive elev og har dermed en dybere indflydelse på elevens self-efficacy.

Det at være en del af et læringsmiljø indebærer ofte, at eleven skal kunne rumme mange forandringer. En læringsproces i sig selv er ofte en forandringsproces, hvor ny viden og nye færdigheder skal integreres. For de særligt sensitive er alle forandringer en udfordring, hvorfor det er vigtigt, at der i læreprocessen gives tid til, at forandringerne kan lagre sig.

Det at være særligt sensitiv giver således nogle særlige omstændigheder i valgprocessen. Den særligt sensitive elev har typisk særlig gode evner for at udvikle et dybt, detaljeret, præcist og reflekteret grundlag at vælge ud fra, men det kræver, at eleven gives det rette miljø og den fornødne tid til at udvikle de læringserfaringer, resultatforventninger og den self-efficacy, som påvirker elevens interesser og mål for, hvad hun vil, og hvad hun vælger at gøre.

De kontekstuelle påvirkninger forstærkes også hos de særligt sensitive. Det kan være fra det fysiske miljø i skolen eller klassekammeraternes stemningssættende reaktioner, men det kan også være fra de diskurser politikerne italesætter i det offentlige rum omkring kravene til de unges uddannelsesvalg og deres vej gennem uddannelsessystemet. Jeg vil nu se på, hvilke styringsmekanismer politikerne anvender for at påvirke de unges uddannelsesvalg i en retning, der er til gavn for det danske samfund.

### 3.1 Den samfundsmæssige ramme - Governmentality

---

Foucault er fader til begrebet Governmentality, der rummer en tænkning om, hvordan vores moderne samfund styres. Ifølge Foucault ligger magten ikke længere hos en centralt styrende stat, men derimod udøves magten decentralt i de kontekster, som vi mennesker indgår relationer i. "Magt udøves på frie individer med henblik på at forme eller "sikre" deres handlingsudfoldelse"<sup>9</sup>. Det vil sige, at styreformen retter sig mod befolkningens adfærd, og at selve styringen også foregår ude i befolkningen. Dean skriver: "Moderne styring drejer sig om at forøge chancerne for, at bestemte subjekter opstår."<sup>10</sup>

Kontroversielt sagt kan man sige, at staten er død! Uddannelsesinstitutioner og andre offentlige institutioner, som før var statsejet, er nu privatiseret med eget budget, og de konkurrerer internt. Vi forbrugere kan således frit vælge mellem, hvad der udbydes af folkeskoler, uddannelsessteder og sygehuse. Der er ikke længere statsansatte faglige eksperter, som har eneret på at vide, hvad borgeren har brug for og bør gøre. Vi borgere må nu ud på markedet og vælge imellem tilbuddene, hvilket gør os medansvarlige for de valg, vi træffer. Vi er blevet aktive borgere, der har fået friheden til at vælge, men samtidig har vi også fået ansvar for konsekvenserne af de valg, vi træffer. Nu er vi selv ansvarlige for, om vi rammes af sygdom, problemer i uddannelsesforløbet, arbejdsløshed, fattigdom i alderdommen eller vi bliver ofre for indbrud i vores hjem eller anden kriminalitet, vi kunne have sikret os imod. Vi kan og må selv sikre os, ved hjælp af sygeforsikringer, pensionsordninger, nabohjælp eller private vagtværn. Vi må søge råd og vejledning hos eksperterne, som nu sidder i de privatiserede virksomheder og institutioner.

Selv om vi borgere nu har frihed til at vælge, er det ikke ensbetydende med, at politikerne har sat sig helt uden for indflydelse. De vil gerne påvirke vores adfærd, så vi vælger rigtigt, når vi selv træffer valgene! Dean opererer med to styringsværktøjer: Handlings- og præstationsteknologier. Målet med handlingsteknologierne er at styrke borgernes evne til at handle og gøre dem aktive og ansvarlige. Med sundhedskampanjer, undervisning, forebyggelse af kriminalitet og afhængighed lærer vi borgere, at vi skal handle, samt hvordan vi skal gøre det.

Præstationsteknologierne er et middel til at øge effektiviseringen og optimere præstationen i de privatiserede institutioner. Man kan sige, at de nu ikke-statslige selvstændige institutioner reguleres indirekte. Konkurrencen mellem de offentlige og private institutioner, benchmarking, opstilling af mål for institutionernes succes og revision skal fremme deres effektivitet.

I denne sammenhæng er det interessante, hvordan politikerne med denne Governmentality styreform forsøger at påvirke elevernes valgproces i udskolingen:

- Der er frit skolevalg i Danmark, så forældrene kan vælge en skole til deres barn ud fra de tilbud, der er på markedet. Hver skole har fået bevilliget deres eget budget til at drive skole for, men de skal stå til regnskab over for kommunen. Skolernes resultater offentliggøres i form af ranglistning over elevernes karaktergennemsnit, og hvor mange elever, der bryder den sociale arv. Det er teknikker, som politikerne anvender for at skærpe konkurrencen mellem skolerne og ad den vej optimere deres præstationer.

---

<sup>9</sup> Dean, Mitchell, Governmentality, 2010, s. 11

<sup>10</sup> Dean, Mitchell, Governmentality, 2010, s. 18

- Der er i alle fag fastsat landsdækkende mål for, hvad eleverne skal vide og kunne efter 9. klasse, og al undervisning skal nu være målstyret. Eleverne skal gennem hele deres skolegang modtage undervisning i det timeløse emne "Uddannelse & Job", hvis formål er, at eleverne skal opnå "kompetencer til at træffe karrierevalg på baggrund af egne ønsker og forudsætninger, forståelse for betydningen af livslang læring samt alsidig viden om uddannelses- og erhvervsmuligheder."<sup>12</sup>
- Allerede i 8. klasse bliver eleverne uddannelsesparathedsvurderet, og der er sanktioner, hvis eleven ikke når at blive parat til den uddannelse, hun vil søge ind på.
- Der er sat adgangskrav for erhvervsuddannelserne, og politikerne har annonceret, at de også vil forhandle om adgangskrav for de gymnasiale uddannelser. Der er også sat begrænsning for, hvor mange gange en person kan påbegynde en erhvervsuddannelse.
- Hvis eleven vurderes uddannelsesparat og lever op til adgangskravene, kan hun frit vælge mellem de forskellige ungdomsuddannelser, men som beskrevet tidligere med SCCT's valgmodel, er der mange aktører, som har betydning for elevens valg. Det kan være lærere, forældre, familie, venner og andre unge fra sociale sammenhænge. Det kan også være medierne, hvori uddannelsesstederne reklamerer og politikerne ytrer sig om eksempelvis målsætninger for de unges uddannelsesvalg i år 2020, og endelig kan uddannelsesvejlederen også være en aktør. Alle disse aktører påvirker den unge, men de påvirker også hinanden indbyrdes, hvilket betyder, at lærerne, forældrene og vejlederen ligeledes bliver påvirket af de styringsmekanismer politikerne tager i brug for at fremme en hensigtsmæssig adfærd hos den unge.
- Undervisningsministeriet har fået udviklet en række vejledningsværktøjer, som er tilgængelige på uddannelsesportalen Ug.dk. I det værktøj, der hedder ZOOM, kan eleverne sammenligne frafaldsprocenterne for uddannelserne, hvor stor ledigheden er blandt de uddannede og hvilken løn, de kan få i jobbet. Det vil sige, det er nogle parametre, som politikerne finder væsentlige, at eleverne tager med i deres overvejelser, når de skal træffe deres uddannelsesvalg.

Når jeg ser på styringen af vores samfund ud fra en governmentalitytænkning, sætter politikerne mange processer i gang for at påvirke adfærden hos eleverne i udskolingen, således at den enkelte elev i sit "frie valg" af uddannelse vælger det, der er til størst gavn for samfundet.

For mig at se er der ingen tvivl om, at de unge i høj grad påvirkes af disse styringsmekanismer, og at de særligt sensitive påvirkes i særlig høj grad. De særligt sensitive evner for at forstå sammenhænge giver dem særlige evner for at kunne se sig selv som en del af et samfund og forstå, at den enkeltes valg har betydning for, hvordan arbejdsstyrken i landet udvikler sig.

De har evnen til at kunne se sig selv som en del af den problematik, at hvis ikke nogen flere elever vælger at tage en erhvervsuddannelse fremover, vil vi om nogle år komme til at mangle de håndværkere, vi som samfund har brug for. De særligt sensitive er derfor særligt modtagelig for det, politikerne kommunikerer ud i medierne, og da de ofte er meget samvittighedsfulde kræver det en dybere bearbejdning af sådanne problematikker i forbindelse med, at de skal træffe deres eget rette uddannelsesvalg.

Det, at de særligt sensitive er meget påvirket af andres stemninger og følelser, gør, at de bliver dybere påvirket af alle de forskellige aktører, som i hele taget påvirker de unges valgproces. Derfor

---

<sup>12</sup> Ministeriet for børn, undervisning og ligestilling, [www.emu.dk](http://www.emu.dk)

bliver det en større udfordring for de særligt sensitive at skulle bearbejde alle de påvirkning, de tager ind, og det gør processen frem mod at finde ind til egne ønsker længere. Det kan være svært i hele taget at få fokus på egne ønsker, når der skal navigeres rundt mellem krav til, hvad man skal vide og kunne i hvert eneste fag, krav til de personlige og sociale kompetencer for at kunne blive vurderet parat, adgangskrav til uddannelserne og så alle de mange forventninger fra de forskellige aktører.

Samtidig er de særligt sensitive drevet af gerne at ville undgå at begå fejl, hvorfor de gerne vil træffe det rigtige valg første gang, de vælger noget. De sættes under særligt pres af regler, som begrænser dem i tid eller råderum, eksempelvis at en person kun har tre chancer for at påbegynde en erhvervsuddannelse, eller at eleven kun kan begynde på et GF1-forløb, hvis det er inden for et år, fra hun er gået af 9. eller 10. klasse.

Når der fra Undervisningsministeriets side lanceres et vejledningværktøj som ZOOM, vil de særligt sensitive, der møder det, typisk tænke dybere over de vurderingskriterier af uddannelse/job, de her præsenteres for, og overveje: "Når nu det er Undervisningsministeriet, der præsenterer disse kriterier, er det så ikke kriterier jeg bør vælge uddannelse ud fra?". Hvis de særligt sensitive oplever, at disse paratmetre er afgørende for andre unge eller voksne i deres nærmiljø, vil kriterierne få endnu større indflydelse på deres overvejelser.

Den grundlæggende præmis i et governmentalitystyret samfund, at borgerne har frihed til at vælge men dermed også har ansvaret for konsekvenserne af deres valg, kan være et pres for de særligt sensitive. Igen tænker jeg her på det, at de særligt sensitive gerne vil undgå at begå fejl. At de er gode til at se sammenhænge og danne sig overblik, gør også, at de kan have stor bredde på deres tanker omkring, hvilke konsekvenser et valg kan have. Det kræver derfor dybere overvejelser, hver gang et valg skal træffes og større bearbejdning, hvis de særligt sensitive træffer et valg, som siden hen kommer til at føles som et forkert valg.

Mitchell Deans governmentalityanalyse af de vestlige samfund er ikke tænkt som en kritik af selve styreformen, og selv om jeg ikke er enig i nødvendigheden af den ramme de danske politikere sætter med de nævnte styringsteknologier, kan jeg ikke foreslå en styreform, jeg hellere vil have. Brian Degn Mårtensson (Herfra Mårtensson) kommer med en direkte kritik af den ramme, politikerne har sat for det pædagogisk møde med de unge efter den seneste tids lovmæssige reformer af det danske skole- og uddannelsessystem.

### **3.2 Konkurrencestatens pædagogik – Brian Degn Mårtensson**

---

Mårtensson taler om, at det danske samfund har bevæget sig fra at være en velfærdsstat til at være en konkurrencestat. Hvor velfærdsstatens formål var at beskytte borgeren mod den internationale konkurrence, så søger konkurrencestaten i stedet for at give borgeren kompetencer til at klare konkurrencen.<sup>13</sup> Velfærdsstatens mål var at stræbe efter det retfærdige, lige, demokratiske og gode samfund, mens konkurrencestaten har fokus på at udnytte befolkningens produktive potentialer. Formålet med staten bliver at sikre landets produktivitet og konkurrenceevne, således at vi kan klare os i konkurrencen på det globale marked – det er det, jeg forstår ved begrebet konkurrencestat.

---

<sup>13</sup> Mårtensson, Brian Degn, Konkurrencestatens pædagogik, 2015, s. 49

Vi lever i en postmoderne tid, hvor vi er kulturelt frisatte. Der er ingen stor historie i form af religion, kultur, ideologier eller en centralt styrende stat, som sætter en forudgiven mening med den enkeltes tilværelse. Mårtensson anfægter dette og siger, at med konkurrencestaten iscenesættes en ny stor fortælling nemlig den, at staten har behov for økonomisk vækst og produktivitet for ikke at bukke under i den globale konkurrence.

I konkurrencestaten bliver den enkeltes arbejdsliv nærmest meningen med tilværelsen, og uddannelsessystemet bliver et middel til at tilfredsstille behovet for effektiv, lærevillig og omstillingsparat arbejdskraft. Folkeskolen har ikke længere sit omdrejningspunkt i tilværelsesoplysning ud fra kultur, historie og sprog. I stedet skal skolen gøre brug af det Mårtensson kalder en ren pædagogik, som har sit udgangspunkt i evidensbaseret viden og målstyret undervisning. Fagenes Fælles Mål er i forbindelse med Folkeskolereformen i 2013 præciseret, således at de Forenklede Fælles Mål giver bedre mulighed for kontrol af undervisningen. Læreren skal have fokus på, hvad der virker i undervisningen i forhold til, at eleverne skal nå de opstillede færdigheds- og vidensmål, og det fokus holdes med den målstyrede undervisning. Det vil sige, at det pædagogiske møde med de unge i skolen bliver præget af det, der kan måles – eksempelvis de faglige mål, læsehastighed, karakterer, parathedsvurdering og frafaldsprocenter.

Jeg er enig med Mårtensson i, at det nærmest er som om, det enkelte menneske gøres til en genstand<sup>14</sup>, som skal medvirke til samfundets bedste. Uanset hvor dygtige vi bliver til at analysere os frem til, hvad der virker, så kan vi ikke forudsige præcis, hvad et barn får brug for at kunne og vide. Derfor tænker jeg, at den læring eleverne gør sig i skolen bliver fattig, hvis omdrejningspunktet kun er det, vi har evidens for. Skolen skal lære for livet, ikke kun for arbejdslivet.

Politikernes gennemførelse af de mange reformer i skole- og uddannelsessystemet bekræfter konkurrencestatens indtog, og vejledningsområdet er ingen undtagelse. Ifølge bekendtgørelsen af lov om vejledning §1 skal vejledningen "bidrage til, at valg af uddannelse og erhverv bliver til størst mulig gavn for den enkelte og for samfundet" og "bidrage til, at frafald fra og omvalg i uddannelserne begrænses mest muligt".<sup>15</sup> Det forventes således også af os vejledere, at vi bidrager til konkurrencestatens effektivisering og konkurrencedygtighed.

Som jeg ser det, er konkurrencestatens narrativ med til at øge forventningspresset på de unge og i høj grad på de særligt sensitive unge. De gode evner for at reflektere over livets kompleksitet og mening, som de særligt sensitive har, bør bringes i spil i skolen som et aktiv. De skal ikke blive en belastning for de særligt sensitive i form af, at kvalitet i livet er li med succes i uddannelses- og arbejdslivet, og at lykken kun er gjort, hvis den unge vælger en karrierevej, der er til gavn for samfundet, og som ikke belaster "økonomi Danmark" med fravalg eller omvalg.

### **3.3 De unges trivsel i Konkurrencestaten**

---

Der eksisterer ikke undersøgelser, der viser, hvordan det er som særligt sensitiv at være ung i Danmark, men Center for Ungdomsforskning (herfra Cefu) og Det Nationale Forskningscenter For Velfærd (herfra SFI) har udarbejdet nogle undersøgelser af, hvordan de unge trives her i Danmark.

---

<sup>14</sup> Mårtensson, Brian Degn, Konkurrencestatens pædagogik, 2015, s. 154

<sup>15</sup> Undervisningsministeriet, Bekendtgørelse af lov om vejledning om uddannelse og erhverv samt pligt til uddannelse, beskæftigelse m.v., 2014

Cefu's undersøgelse "Når det er svært at være ung i DK – unges trivsel og mistrivsel i tal" er fra 2010 og bygger på telefoninterviews med ca. 3500 unge, hvor der spørges ind til de unges handlinger og deres opfattelser af sig selv, og herudfra vurderes det, om de unge trives eller mistrives.

Rapporten tager udgangspunkt i, at de unge har en grundlæggende livsramme, som påvirker deres trivsel. Som ung undergår man store forandringer. Kroppen udvikler sig, følelseslivet ændrer karakter, og man oplever nye og ukendte sider af sig selv. Identitetsdannelsen er i gang og spørgsmålet om, hvem man er og gerne vil være, bliver allestedsnærværende.

De unges trivsel afhænger af, om de føler sig accepteret af de voksne, der omgiver dem, og om de oplever, at de kan indfri de forventninger, som stilles til dem. Ungdomstiden består af en række skift og overgange mellem forskellige skole-, uddannelses- og jobsammenhænge, og hvert skift kræver en ny social integration. Ungdomstiden rummer således en hvis sårbarhed og udsathed, for så snart man har fundet sig til rette i en sammenhæng, skal man videre til den næste.

Mulighederne for de unge er mange, og det forventes, at de unge kan manøvrere rundt i disse muligheder. Samtidig står de unge i stigende grad alene med ansvaret for at skabe sig selv og deres eget liv. De unges trivsel i dag kommer derfor til at afhænge af, om den unge har troen på sig selv og sin evne til at skabe trivsel for sig selv. Den unges handlekraft samt troen derpå skal bidrage til egen trivsel. Denne tro på egen handlekraft skabes i stor udstrækning i samspillet med de nære sociale relationer, og derfor bliver de kontekster, de unge indgår i, afgørende for deres tro på sig selv. Dette er i tråd med den betydning den unges self-efficacy har i SCCT's valgmodel.

Cefu's undersøgelse konkluderer, at "de fleste unge i Danmark mellem 15 og 24 år i det store hele trives".<sup>16</sup> 83,3% af de unge giver udtryk for, at deres liv er godt eller meget godt. 78,5% af de unge tilkendegiver, at de sjældent eller aldrig oplever problemer, der gør det svært for dem at klare hverdagen.<sup>17</sup> Men samtidig udtrykker rapporten, at der er nogle modsatrettede indikatorer på trivsel, i de svar de unge giver. Næsten halvdelen af de unge, der oplever, at de har problemer, der gør det svært at håndtere deres hverdag, vurderer samtidig, at deres liv er godt eller ligefrem meget godt. Men undersøgelsen viser også at:

- 21% af de unge ofte eller altid føler sig stressede.<sup>19</sup>
- 53,4% oplever at have enten mavepine, hovedpine, muskelsmerter, søvnproblemer, koncentrationsbesvær eller angst mindst en gang om ugen.<sup>20</sup>
- 12,4% af de unge har ofte mindst én af følgende følelser: at føle sig isoleret, at savne nogen at være sammen med og at føle sig holdt udenfor.<sup>21</sup>
- 16,5% af de unge på et tidspunkt i deres liv har overvejet at tage deres eget liv.<sup>22</sup>

Så selv om det generelle billede i Cefu's undersøgelse er, at størstedelen af de unge har positive vurderinger af sig selv og livet, så beretter de unge samtidige om følelser og handlinger, der viser tegn på mistrivsel.

---

<sup>16</sup> Nielsen, Sørensen & Osmec, Når det er svært at være ung i DK, 2010, s. 272

<sup>17</sup> Nielsen, Sørensen & Osmec, Når det er svært at være ung i DK, 2010, s. 243

<sup>18</sup> Nielsen, Sørensen & Osmec, Når det er svært at være ung i DK, 2010, s. 22

<sup>19</sup> Nielsen, Sørensen & Osmec, Når det er svært at være ung i DK, 2010, s. 243

<sup>20</sup> Nielsen, Sørensen & Osmec, Når det er svært at være ung i DK, 2010, s. 244

<sup>21</sup> Nielsen, Sørensen & Osmec, Når det er svært at være ung i DK, 2010, s. 67

<sup>22</sup> Nielsen, Sørensen & Osmec, Når det er svært at være ung i DK, 2010, s. 245

SFI's undersøgelse "Børn og unge i Danmark, velfærd og trivsel 2014" er anden udgave af en undersøgelse, som blev foretaget første gang i 2010. Undersøgelsen er gennemført blandt 7676 børn og unge i aldersgrupperne 3, 7, 11, 15 og 19 år via spørgeskemaer eller interviews.

Også i denne undersøgelse er udgangspunktet, at man i ungdomsårene bliver mere udsat, fordi forældrene løsner grebet, og de unge selv skal finde deres retning og afprøver nye veje blandt jævnaldrene. De unge får et større ansvar for deres egen adfærd og livsstil. Undersøgelsen viser, at livstilfredsheden og det selvoplevede helbredsmæssige trivsel bliver mindre fra de 7 til 15 årige.<sup>23</sup> Det måles blandet på, at der procentvis er flere 15-årige end 7-årige der:

- Har et eller flere problemer i skolen
- Klarer sig nogenlunde eller ikke godt i skolen
- Har langvarig sygdom eller handicap
- Ikke spiser morgenmad
- Spiser fastfood flere gang om ugen
- Ikke børster tænder dagligt.

Både rapporten fra 2010 og den fra 2014 konstaterer, at de 19-årige er mere udsatte end de 15-årige og denne udsathed måles ud fra, at de unge scorer negativt på mindst 5 ud af 20 risikofaktorer.<sup>24</sup> I undersøgelsen fra 2014 er 10,3% af de 15-årige udsatte, mens hele 17,7% af de 19-årige er det.<sup>25</sup> Det vil sige, at her ses på de unges trivsel ud fra, hvem der er i risiko for ikke at trives, fordi de er udsatte.

Undersøgelsen ser også på den selvopfattede trivsel blandt de unge. 8,5% af de unge har valgt to eller flere af de følgende fire faktorer, hvorfor deres selvopfattede trivsel vurderes at være ringe:

- Helbredsmæssig trivsel: Unge, der vurderer, at helbredet er nogenlunde eller dårligt
- Uddannelsesmæssig trivsel: Unge, der ikke kan lide at gå i skole
- Personlig integritet: Unge, der oplever at have personlig begrænset frihed
- Subjektiv trivsel: Unge, der placerer sig under midtpunktet på en skala om tilfredshed med livet.<sup>26</sup>

Rapporten fra 2014 konkluderer, at de unge drenge oftere end de unge piger markerer sig negativt ved at have en usund livsstil eller udadreagerende adfærd, hvor pigerne derimod oftere vender problemerne indad. Nedenstående tal fra undersøgelsen viser, at mange piger udviser tegn på mentale trivselsproblemer:

- 20% har ofte kvalme
- 31% er ofte bekymret
- 14% er tit ked af det
- 33% er ofte utrygge og usikre
- 10% føler sig ofte ensom
- 26% føler sig ofte presset

---

<sup>23</sup> Ottosen, Andersen, Dahl, Hansen, Lausten og Østergaard, Børn og unge i DK – Velfærd og trivsel 2014, s. 185

<sup>24</sup> Ottosen, Andersen, Dahl, Hansen, Lausten og Østergaard, Børn og unge i DK – Velfærd og trivsel 2014, s. 202

<sup>25</sup> Ottosen, Andersen, Dahl, Hansen, Lausten og Østergaard, Børn og unge i DK – Velfærd og trivsel 2014, s. 203

<sup>26</sup> Ottosen, Andersen, Dahl, Hansen, Lausten og Østergaard, Børn og unge i DK – Velfærd og trivsel 2014, s. 205

Sammenlignes tallene for både drenge og piger med tallene fra undersøgelsen i 2010, ses det, at flere unge på denne mentale front har fået det værre i løbet af de fire år, og tallene for pigerne er signifikant højere end for drengene.<sup>27</sup>

Cefu's undersøgelser konstaterer ligeledes, at de unge kvinder forholder sig mere negativt til sig selv end de unge mænd. De unge kvinders mistrivsel er i højere grad forbundet med en utilfredshed med sig selv.

Mit samlede indtryk af undersøgelserne er, at Cefu undersøgelse fra 2010 tegner et langt mere positivt billede af de unges mentale trivsel end SFI's undersøgelse i 2014. SFI konkludere jo også ud fra sammenligning af deres undersøgelser fra 2010 og 2014, at de unge har fået det værre i løbet af de fire år. I Cefu's undersøgelse er det en gruppe unge mellem 15 og 24 år, der er de adspurgte, mens SFI har spurgt en gruppe 15-årige og en gruppe 19-årige, hvorfor en direkte sammenligning ikke vil være reel. Hertil kommer at for mig at se kan sådanne undersøgelser "kun" være en samling øjeblikbilleder. De unge er i en kontekst, når de svarer, og deres livssituation ses ud fra den kontekst i svarsituationen. Det vil sige, at stillede man de samme unge de samme spørgsmål en måned senere, kunne svarene blive nogle helt andre.

Ikke desto mindre tyder undersøgelserne på, at den ramme, der er for at være ung her i Danmark, er med til at sætte mange mentalt under pres. For mig at se er det en fuldstændig naturlig følge af konkurrencestatens indtog med reformer, som gennemfører rationalisering, optimering og effektivisering af vores skole- og uddannelsessystem, vores arbejdsmarked, vores sundhedssystem og vores offentlige administration i øvrigt. Det er væsentligt, at vi vejledere er opmærksomme, hvad det pres kan betyde for de unge, når de som 15-årige skal vælge ungdomsuddannelse.

### 3.4 De særligt sensitive trivsel i Konkurrencestaten

---

Hvem af de unge adspurgte i Cefu's og SFI's undersøgelser, der er særligt sensitive, vides ikke, og derfor kan jeg heller ikke direkte sige noget om de særligt sensitive trivsel herudfra. Det, jeg kan sige noget om, er, hvilke risici der kan være for mistrivsel hos de særligt sensitive unge, når de unge i Danmark generelt er pressede.

De særligt sensitive kunne meget vel være nogle af de unge, som i undersøgelserne har givet udtryk for at være mentalt pressede, på den ene eller anden vis. Ikke fordi der er flere piger end drenge, der er særligt sensitive. Der er faktisk statistisk set lige mange drenge og piger, der er særligt sensitive.<sup>28</sup> Men som før nævnt, så trives særligt sensitive ikke godt i konkurrencelignede tilstande, hvor de konstant bliver presset på tid, vurderet og skal levere effektive resultater.

Det brogede billede i Cefu's undersøgelse af de unges trivsel får mig til at tænke på Lea. Hun har på HSP-foreningens (HSP – Highly Sensitive Person) har fortalt om, hvordan det er at være elev på en ungdomsuddannelse som særligt sensitiv. Lea skriver:

*"Jeg nyder andres selskab, men jeg har brug for alenetid. Dette behov bliver meget ofte misforstået. Jeg gør mine venner kede af det, fordi de tror, at det er dem som individer, jeg er træt af. Eftersom jeg selvfølgelig nødt vil såre deres følelser, forsøger jeg at forklare dem, hvordan jeg*

---

<sup>27</sup> Ottosen, Andersen, Dahl, Hansen, Lausten og Østergaard, Børn og unge i DK – Velfærd og trivsel 2014, s. 187

<sup>28</sup> Delskov og Sonne, Sensitive børn, 2014, s. 19



*fungerer. Dette bliver langt størstedelen af tiden misforstået. Mange tror, jeg fyrer en lidt flad undskyldning af og bliver endnu mere kede af det, fordi jeg ikke engang giver dem den respekt at finde på en bedre undskyldning, end at jeg ikke kan, fordi jeg er træt, når jeg ikke var træt tidligere.*

*Jeg er ikke nødvendigvis for træt til at gå i biografen med min mor eller gå en tur alene, men jeg er for træt til at være sammen med mennesker, der larmer meget og bryder min intimsfære. Jeg har intet imod mennesker, der larmer og er frembrusende. Jeg kan godt lide, at de er så levende. Jeg er selv sådan meget af tiden. Måske netop fordi at min personlighed er to ekstremer, er det sværere for andre at forstå, hvordan det forholder sig.”<sup>29</sup>*

Lea giver her et meget tydeligt billede af, hvor komplekst det er for særligt sensitive at finde trivsel. På samme dag, faktisk inden for kort tid, kan den særligt sensitive udleve to meget forskellige sider af sig selv; På et tidspunkt er hun selskabelig, udadvendt og nyder, at der er liv omkring hende. I næste nu kan hun have brug for at trække sig tilbage og være helt sig selv uden nogen form for forstyrrelse. Vejen til at finde god trivsel for særligt sensitive er at lære sig selv og sine behov at kende, men som Lea også skriver, så er det en særlig udfordring som ung, fordi netop de unge er i gang med en identitetsdannelse og ikke nødvendigvis forstår, hvad der foregår med dem selv lige i situationen.

Det er ikke alle særligt sensitive, der som Lea er udadvendte. Statistisk set er 30% af alle særligt sensitive ekstroverte og 70% introverte<sup>30</sup>, men som Lea så fint illustrerer, så afhænger graden af udadvendthed af konteksten, og hvor fyldt nervesystemet er af stimuli.

Om særligt sensitive trives eller ej afhænger af, hvor godt de kender sig selv, og hvilke rammer de har for at holde deres nervesystem i balance ved at kunne trække sig tilbage ved overstimulering. Som tidligere skitseret sætter Konkurrencestaten nogle stramme rammer for de unges læring og målrettethed gennem skole- og uddannelsessystemet. Disse rammer er klart med til at øge risikoen for, at de særligt sensitive bliver mentalt belastede og kommer til at mistrives.

---

<sup>29</sup> Tvillum Lauridsen, HSP-foreningen.dk, 5. marts 2015

<sup>30</sup> Aron, Særligt sensitive mennesker, 2008, s. 141

#### 4.1 Læringserfaringernes betydning i valgprocessen – John D. Krumboltz

---

Lige som SCCT er John D. Krumboltz (Herfra Krumboltz) også inspireret af Bandura og hans tanker om, at mennesket udvikler sig via sine læringserfaringer, at disse læringserfaringer gøres i samspil med omgivelserne, og de påvirker individets self-efficacy og resultatforventninger. Krumboltz taler om to typer læringserfaringer – de instrumentelle og de associative.

Ved de instrumentelle læringserfaringer forstås den læring, der finder sted på baggrund af positiv eller negativ feedback fra omgivelserne.<sup>31</sup> Mennesket lærer af konsekvenserne af deres adfærd og er tilbøjelig til at gentage den, de har fået positiv feedback på og forsøge at undgå en adfærd, de tidligere er blevet straffet for. De associative læringserfaringer opstår, når en person danner ny viden ud fra positive eller negative associationer.<sup>32</sup> Det kan være ud fra egne erfaringer eller ud fra noget personen har set eller hørt.

Elevernes valgproces mod at skulle træffe valg af ungdomsuddannelse kickstartes i 8. klasse med uddannelsesparathedsvurderingen. Her vurderes det, om eleverne er uddannelsesparate ud fra deres personlige, sociale og faglige kompetencer. Det vil sige, at eleverne får en positiv eller negativ feedback på den adfærd, de har udvist i skolen. De gør sig således nogle instrumentelle læringserfaringer.

Eleverne skal før uddannelsesparathedsvurderingen tilkendegive et foreløbigt uddannelsesvalg, hvor de tager stilling til, om de forestiller sig, at de efter 9/10. klasse vil have en erhvervsuddannelse eller en gymnasial uddannelse. I den forbindelse vil eleverne blive præsenteret for, hvad de to grupper af ungdomsuddannelser rummer, og her kan eleverne gøre sig nogle associative læringserfaringer. Det kan være ud fra de associationer eleverne gør sig om personer, de kender, der arbejder inden for de fag, som uddannelserne fører til. Det kan også være ud fra den måde, hvorpå læreren eller vejlederen italesætter de uddannelser, der præsenteres.

For de særligt sensitive vil både de instrumentelle og de associative læringserfaringer sætte sig dybere spor, og det vil tage længere tid at bearbejde og komme om på den anden side af negative læringserfaringer. Når politikerne med forskellige styringsmekanismer forsøger at påvirke de unges adfærd og uddannelsesvalg, er de med til at skabe associative læringserfaringer hos de unge, men også hos forældrene, lærerne og os vejledere, som så igen påvirker de unge. Konkurrencestatens narrativ omkring behovet for arbejdsstyrkens konkurrencedygtighed, og hvad der derfor forventes af de unges uddannelsesproces, kan være med til at skabe tydelige associative læringserfaringer hos de særligt sensitive unge.

#### 4.2 Vejlederrollen og de særligt sensitive

---

Som jeg ser det, er det vigtigt, at vi vejledere ikke er med til at skabe associative læringserfaringer hos eleverne, der bekræfter Konkurrencestatens narrativ. Vi må i stedet inspirere til, at de unge tager udgangspunkt i deres værdier, drømme og interesser.

I vejledningslovens §1 stk. 3 står der: *”Vejledningen skal inddrage såvel den enkeltes interesser og*

---

<sup>31</sup> Højdal og Poulsen, Karrierevalg, 2012, s. 107

<sup>32</sup> Højdal og Poulsen, Karrierevalg, 2012, s. 109

*personlige forudsætninger, herunder uformelle kompetencer og hidtidige uddannelses- og beskæftigelsesforløb, som det forventede behov for uddannet arbejdskraft og selvstændige erhvervsdrivende.*<sup>33</sup> Vi vejledere er derfor forpligtet på at inddrage statens behov for uddannet arbejdskraft og selvstændige erhvervsdrivende i vores vejledning!

Krumboltz mener, det er vejlederens vigtigste opgave at være facilitator af læreprocesser.<sup>34</sup> Vejledningen må ikke begrænse sig til at afdække de unges færdigheder og interesser, men skal derimod sætte læring i centrum, således at de unge udvikler nye interesser og færdigheder. Vi skal ikke i vejledningen have det fokus at sætte mål for en fremtid, som alligevel hele tiden forandres. I stedet skal vi opfordre til nye aktiviteter, så de unge udvikler sig og kan se nye muligheder. Vejlederen må motivere til, at der arbejdes med de unges værdier samt deres antagelser om sig selv og deres omverden. Det er Krumboltz' udgangspunkt, at de unge danner grundlag for deres karrierevalg ud fra det, de tror om sig selv og deres muligheder. Derfor må disse generaliseringer, som de unge gør sig, sættes i spil, således at de unge får flere nuancer på dem.

Når jeg ser på behovet hos de særligt sensitive, har de netop brug for rum til at kunne udfolde deres særlige evner for at fordybe sig i at undersøge egne værdier og muligheder. Særligt sensitive kan være længe om at træffe valg, fordi de ikke ønsker at træffe forkerte valg. De vil gerne bruge tid på at gennemtænke deres valg og konsekvenserne af dem. De er typisk gode til at se betydningen af både nuancer og de stor sammenhænge i valget. De er gode til at reflektere over egen proces og til at være bevidste om, hvor de er i forløbet.

I min praksis oplever jeg ofte, at en del unge er hurtige til at træffe valg, og begrundelserne for deres valg ofte er smalle og ugenomtænkte. Det kan være, at de vælger uddannelse ud fra at ville det samme som kammeraterne eller ud fra en tanke om, at den valget uddannelse, "har min storebror haft det godt med, så det vil jeg nok også få". De særligt sensitive har gode evner for at træffe velovervejede valg. Jeg mener, vi skal flytte fokus over på værktøjerne til at træffe valg, fremfor at de unge skal vælge tidligt og hurtigt.

Jeg har haft kontakt med Sabina, som er særligt sensitiv. Hun afsluttede sin ungdomsuddannelse i sommer, og hun beskriver sin valgproces i folkeskolen sådan:

*"Der var mange tanker, som fløj rundt i hovedet på mig, da jeg altid har været usikker på mig selv og dermed også var i tvivl om, hvorvidt jeg kunne klare det. Jeg spekulerede på en masse negative scenarier, der omhandlede risikoen for at droppe ud, hvis jeg alligevel ikke var klar. Jeg drøftede min beslutning med min mor. Det var oplagt, når det til tider var svært at mærke efter, hvad der var det helt rigtige, og når man er ung og står over for mange udfordringer. Jeg bryder mig ikke om at "træde ved siden af" og træffe forkerte beslutninger, så det var vigtigt for mig, at det var totalt gennemovervejet. Det hjalp min mor mig med ved at prøve at finde frem til det, der gav mest mening for netop mig og ikke det, der var mest "korrekt". Hun lod mig overveje alle muligheder, der var og støttede mig i det 100%"*

Sabinas gør sig netop mange tanker om sig selv og sine muligheder i samspil med sin mor. Jeg tænker, hun ville have haft glæde af, at hendes antagelserne om sig selv og sin verden var blevet sat i spil i vejledningen, som Krumboltz foreslår.

---

<sup>33</sup> Undervisningsministeriet, Bekendtgørelse af lov om vejledning om uddannelse og erhverv samt pligt til uddannelse, beskæftigelse mv., 2014

<sup>34</sup> Højdal og Poulsen, Karrierevalg, 2012, s. 116

På seminariet "Særligt sensitive teenagere og unge" besvarede Lise August mit spørgsmål om, hvad vi vejleder kan gøre for at støtte op om de særligt sensitive unges valgproces. Hun sagde:

- Gode råd er kun gode, hvis de er spurgt efter; De særligt sensitive bliver let påvirket af hvad andre siger og mener, så de har brug for tid og rum til selv at reflektere.
- Tal positivt om det at skulle vælge, så der skabes god stemning omkring det.
- Lyt neutralt til de særligt sensitive og opfordre dem til at lytte til, hvad de selv vil.
- Giv tid til at fordøje og plads til at være frustreret
- Særligt sensitive er ofte gode til at lære noget ved at betragte, hjælp dem til at kvalificere deres valg med praktik og brobygning.
- Spørg ind til hvornår den sensitive har truffet gode valg, og hvilke erfaringer den sensitive kan tage med sig derfra.
- Støt de sensitive i at overkomme fejlvalg.
- Sæt spørgsmålstegn ved udefrakommende forventninger: "Politikerne siger, at flere unge skal vælge en erhvervsuddannelse. Hvad mener du? Hvad er det rigtige for dig?"

Derudover nævnte Lise August, at det er vigtigt, at vi som vejledere er bevidste om, at vi er rollemodeller, og at vi har mulighed for at gøre en stor forskel for de særligt sensitive, fordi de er så modtagelige. Hun kom med det eksempel, at hun selv havde overvejet, om hun som særligt sensitiv kunne arbejde som psykolog, når hun nu blev så påvirket af andres stemninger. Så havde hun den oplevelse, at en praktikvejleder havde vist, at hun var blevet rørt over noget, en elev havde sagt. Det fik Lise til at tænke, at kunne praktikvejlederen vise eleverne, at hun blev rørt, så ville Lise også kunne tillade sig at blive påvirket af det, hun måtte møde i en psykologpraksis. Hun gjorde sig en associativ læringserfaring, som fik afgørende betydning for hendes karrierevalg.

Krumboltz skelner mellem to former for vejledningsaktiviteter, de udviklingsorienterede og forbyggende aktiviteter eller de målrettede og kompenserende aktiviteter. I forhold til de særligt sensitive kunne de udviklende aktiviteter være at lade dem fordybe sig i at øge deres viden om mulighederne for uddannelse og indholdet heri. Det kan, som Lise August foreslår, også være gennemførelse af praktik eller ekstra brobygningsforløb. De målrettede og kompenserende aktiviteter kan være opfølgende aktiviteter på de udviklende aktiviteter, hvor de særligt sensitive arbejder med at lytte til egne generaliseringer om sig selv og sine uddannelsesmuligheder, for herefter at omformulere dem, så de giver nye perspektiver.

I grundskolevejledningen i Ringsted er vi netop i disse uger i gang med at afprøve et undervisningsforløb i en 8. klasse under overskriften "Robusthed". Vi arbejder med at gøre eleverne bevidst om, at de har indflydelse på de tanker, de vælger at gøre sig. Målet er at opnå nogle handlemuligheder i situationer, de tidligere har haft vanskeligt ved at håndtere. Et sådan forløb er i tråd med Krumboltz' teori om, at vi vejledere skal være med til at skabe ny læring hos de unge og udfordre dem til at se sig selv og sine muligheder i nye perspektiver. De særligt sensitive har gode muligheder for netop at få noget ud af sådan et kursus, kvag deres evner for at reflektere over egen tænkning og bevidsthed om egen læring. Faktisk har den britiske forsker Michael Pluess foretaget en undersøgelse af en gruppe børn fra en pigeskole i et fattigt og belastet område af London, som havde været gennem et robusthedskursus. Her fandt han ud af, at det kun var de særligt sensitive børn, som fik et målbart udbytte af kurset.<sup>35</sup>

---

35 Pluess, [http://www.sensitiv.dk/resiliens\\_sensitive\\_brn](http://www.sensitiv.dk/resiliens_sensitive_brn)

## 5.1 Konklusion

---

Når de danske politikere styrer vores samfund med præstationsoptimerende og adfærdsregulerende styringsmekanismer, er det for at sikre, at vi som stat kan klare os i konkurrencen på det globale marked. Vi er blevet en konkurrencestat, hvor den enkelte ses som samfundets ressource, der skal bidrage til nationens produktivitet. Arbejdslivet er blevet meningen med livet og uddannelsessystemet er reduceret til at være leverandør til arbejdsmarkedet.

Der lægges pres på de unge for at få dem hurtigst muligt gennem uddannelsessystemet og med højest mulige karakterer. Det første uddannelsesvalg skal være det rigtige, så de unge ikke kommer ud i omvalg og frafald. De unge, der trives med konkurrencementaliteten, favoriseres, og de særligt sensitive, som ellers har særlig gode evner for refleksion, fordybelse og det at træffe kvalificerede valg, må lide under presset. De inddragede undersøgelser i denne opgave har vist, at der er flere unge, der i løbet af de seneste år er blevet mentalt pressede, og for mig at se er der ingen tvivl om, at det i høj grad må gælde for de særligt sensitive.

Jeg kan som vejleder ikke afværge presset på de særligt sensitive valgproces i udskolingen, men jeg kan være med til at nuancere det. Vejledningen må have udgangspunkt i udviklende aktiviteter med fokus på de unges værdier og deres antagelser om sig selv og deres muligheder. Ad den vej kan de unge udvikle nye interesser og færdigheder og derved få nye muligheder. For de særligt sensitive skal valget være forankret i deres værdier, og det skal give mening. Jeg må sætte spørgsmålstejn ved udefrakommende forventninger og spørge ind til, hvad de kan se sig selv i. Det er min vision som vejleder at vise de særligt sensitive og alle andre unge den respekt for deres dannelse og valg af livsvej, som konkurrencestaten har tilsidesat.

## 5.2 Perspektivering

---

Elaine N. Aron fremfører, at der er kulturer, hvor det særligt sensitive karaktertræk er mere værdsat, end det er her i Danmark. Hun nævner som eksempel Kina. Her er betydet ordet sensitiv "har forståelse" og er en rosende betegnelse. I Kina er de sensitive børn blandt de børn, som er mest valgt af andre som venner eller legekammerater.<sup>36</sup>

Det er tankevækkende, at forholdet til de særligt sensitive netop er sådan i Kina, et land som vi som konkurrencestat gør meget for at kunne konkurrere med på det globale marked. Måske skulle vi i stedet forsøge at lære noget af dem.

---

<sup>36</sup> Aron, Særligt sensitive mennesker, 2008, s. 141

## 6.1 Litteraturliste

Forfatter	Titel	Forlag/Udgiver	Udgivelsesår
Aron, Elaine N.	Særligt sensitive mennesker	Borgen	2008
Delskov, Athina og Sonne, Lene	Sensitive børn	Aronsen	2014
Højdal, Lisbeth og Poulsen, Lene	Karrierevalg. Teorier om valg og valgprocesser	Schultz	2012
Dean, Mitchell	Governmentality. Magt & styring i det moderne samfund	Forlaget Sociologi	2010
Mårtensson, Brian Degn	Konkurrencestatens pædagogik. En kritik og et alternativ	Aarhus Universitetsforlag	2015
Ottosen, Mai Heide Andersen, Dines Dahl, Karen Margrethe Hansen, Anne Toft Lausten, Mette Østergaard, Stine V.	Børn og unge i Danmark. Velfærd og trivsel 2014	SFI – Det Nationale Forskningscenter for Velfærd	2014
Nielsen, Jens Christian Sørensen, Niels Ulrik Osmec, Martha Nina	Når det er svært at være ung i DK – unges trivsel og mistrivsel i tal	Center for Ungdomsforskning	2010
Ministeriet for børn, undervisning og ligestilling	Uddannelse og job – Fælles mål, læseplan og vejledning	<a href="http://www.emu.dk/mo dul/uddannelse-og-job-f%C3%A6lles-m%C3%A5l-l%C3%A6seplan-og-vejledning">http://www.emu.dk/mo dul/uddannelse-og-job-f%C3%A6lles-m%C3%A5l-l%C3%A6seplan-og-vejledning</a>	21.10.2015
Undervisningsministeriet	Bekendtgørelse af lov om vejledning om uddannelse og erhverv samt pligt til uddannelse, beskæftigelse mv.	<a href="http://www.retsinformation.dk">www.retsinformation.dk</a>	2014