

Præstationssamfundet driver rovdrift på os: Om stress og små lommer af modstand

Anders Petersen

Præstationssamfundet

Dagsorden:

Paradokset: Et lykkeligt land...men!

*Præstationssamfundets sociale regler og normer: Et
institutionaliseret præstationspres*

Præstationssamfundet som kronisk belastning

Institutionaliseringen af præstationsneutrale rum

Et lykkeligt land...

Præstationssamfundet

- Det går jo godt!
- For efter en tur nede på tredjepladsen, er danskerne kravlet op på andenpladsen ift. 2019 kåringen om verdens lykkeligste folk!
- Kun finnerne er mere lykkelige end os – men så slår vi i det mindste Norge... 😊
- Så hurra for os – vi er gode til at være lykkelige!

Præstationssamfundet

Men hov... noget truer
åbenbart vores
lykkelige (hverdags)liv

Gymnasieelever er lige så stressede som de 20 pct. mest stressede voksne

Kampen om karakterer er ifølge en ny forskningsrapport medvirkende til at presse gymnasieelever i en sådan grad, at over halvdelen af 2.g-eleverne fra to gymnasier er lige så hårdt ramt af stress som de 20 procent mest stressede i den voksne befolkning. Det går ud over elevernes sociale liv og kan føre til øget frafald og psykisk sygdom



'Jeg havde hørt rigtig meget om karakterræs i gymnasiet. Det slap vi for, så vi kunne få ro til at få et godt socialt liv i klassen,' siger Victoria Witzeling (tv.) fra 2.t på Øregård Gymnasium i Hellerup.

© Jakob Dall

Unge er pæne udadtil, men flere har ondt indeni

Bedste elever i folkeskolen opfører sig ofte eksemplarisk og slås og drikker ikke. Men der er sprækker i facaden. Flere unge har det psykisk skidt.



der/allenyheder/indland

KL. 18.30

VIDEO 20-årige Seda: Jeg kunne godt bo i en skibscontalner

KL. 17.57

VIDEO Arkitekt om contalnerbolle: Contalnerbolle er næsten aldrig målrettede

KL. 16.01

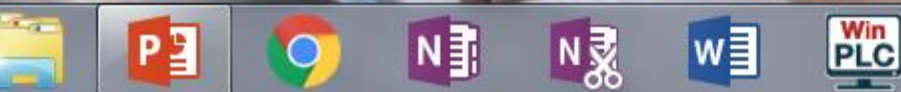
SENESTE VIDEO



VIDEO 20-årige Seda: Jeg kunne godt bo i en skibscontalner



VIDEO Går det godt for os? Måske



DA

Ekspert om rekordlav kriminalitet: Unge bliver i stedet syge af stress og angst

De unge 14-15 årige begår mindre kriminalitet, men er blevet så ambitiøse og seriøse, at de bliver syge i stedet.



> **Minister til muslimske friskoler: Inge undskyldninger for ikke at underrette udsatte børn**

KL. 18.30

> **VIDEO 20-årige Seda: Jeg kunne godt bo i en skibscontainer**

KL. 17.57

> **Arkitekt om containerboliger: Midterboliger er næsten aldrig midlertidige**

KL. 16.01

[ALLE](#)

SENESTE VIDEO



VIDEO 20-årige Seda: Jeg kunne godt bo i en skibscontainer



VIDEO I Coloma går man i fængsel for et gourmetmåltid

Omfanget af psykisk mistrivsel

Data: The Danish Health Authority – The National Health Profile from 2017.

Troubled by depression and severe unhappiness: MDI (Major Depression Inventory)		2013	2017	Significant development
Men	16-24 years	3,4	5,7	
	25-34 years	4,6	6,7	
Women	16-24 years	7,7	12,3 *	
	25-34 years	6,8	7,5	

Omfanget af psykisk mistrivsel

Troubled by severe unease and anxiety:		2013	2017	Significant development
Men	16-24 years	1,9	4,7	*
	25-34 years	2,7	6,9	*
Women	16-24 years	6,6	10,3	*
	25-34 years	5,6	7,0	
		4,3	5,5	*

Omfanget af psykisk mistrivsel

High levels of stress: Cohens Perceived Stress Scale (PSS)		2013	2017	Significant development
Men	16-24 years	12,4	17,8 *	
	25-34 years	17,4	23,7	
Women	16-24 years	28,9	37,5 *	
	25-34 years	24,9	32,0 *	
		20,3	23,2 *	

Flere fakta...

- Det er et faktum, at ca. 10% af alle 15-årige nu har mindst én psykisk diagnose (et tal, der snart forventes at stige til 12%).
- Det er et faktum, at næsten halvdelen af alle 19-årige kvinder har gået til psykolog i deres liv.
- Og det er et faktum, at næsten 70% af de kvindelige elever på gymnasiale uddannelser svarer, at de ofte eller meget ofte føler sig pressede på grund af egne krav og forventninger til skolearbejdet. Det samme gælder for knap 50% af drengene.

*Præstationssamfundets
sociale regler og normer:
Et institutionaliseret
præstationspres*

ANDERS PETERSEN
**PRÆSTATIONS-
SAMFUNDET**

HANS REITZELS FORLAG

Præstationssamfundet

- Præstationssamfundet er karakteristisk ved at være kravdefineret!
- Der er et imperativ – en social logik - der dominerer: Du **SKAL** være aktiv og kunne præstere konstant!
- Det anerkendelsesværdige og rationelle er, at du bliver til din præstation – du er et **præstationsindivid!**
- **Men** – som præstationsindivider er vi underlagte en masse krav og forventninger om, at vi skal følge bestemte sociale normer og regler:

Præstationssamfundet

- Vi skal alle **realisere os selv!**
- Via selvrealiseringen skal vi helst gøre os til noget helt særligt – gerne **attraktivt** autentiske!
- Som C.V. Jørgensen (2000) så lyrisk synger:

Jeg drømte mig en drøm inat
Drømte jeg var en copy-cat
Høj i hatten & fuld af pral
Evigt jagtende en lav moral

- Den lave moral findes i efterligningen.
- Den høje moral **værdisættes** – **der sker en valorisering** af, hvad det attraktivt autentiske er for noget.
- Denne form for selvrealisering er **meningsgivende**: Moralsk kerneværdi.

Præstationssamfundet

- Det er
nesten et
tabu å
være



Præstationssamfundet

Og massen...phew.

Præstationssamfundet

- Vi skal udladeligt blive bedre versioner af os selv. Perfektion er "the new normal" – men forstået som en proces: For vi når aldrig i mål med det!
- Vi skal – i et accelererende samfund - disrupte os selv hele tiden... modulere og gøre os om: Brande os selv, blive 1% bedre hver dag og indfri vores potentiale!
- Og så skal vi helst også være:
 - ✓ omstillingsparate,
 - ✓ forandringsvillige, agile,
 - ✓ fleksible, mobile, polyvalente,
 - ✓ initiativrige, udadvendte, effektive, sociale,
 - ✓ positive, udfordrende, modige, "game" og robuste osv.
- Internaliseringen af disse normer er at forstå som samtidens – menneskelige – konkurrenceparametre!

Præstationssamfundet som kronisk belastning

Præstationssamfundet

- Disse normer har rodfæstet sig i vores institutioner, blevet til sociale (leve) regler, og dermed sat i i måden vi ”gør” mennesker på i børnehaver, skoler, universiteter, hvilket vi tester, måler, vejer efter!
- Dette følges af en udbredt selvansvarlighed for at lykkes, som opsummeret har installeret sig som en kronisk belastning, der presser og stresser de unge – og flere og flere af dem ud over kanten af deres psykiske bæreevne: Gør dem utilstrækkelige!
- De unge siger det selv...uddrag fra to fokusgruppeinterviews og to almindelige interviews!

Præstationssamfundet

A: Det er ligesom ikke nok at gøre det OK – er det vel?

B. Nej – selvfølgelig ikke. Alle ved, at OK er det samme som at tabe konkurrencen. At OK er det samme som at være en taber!

C. Ja præcis – det ved alle...og vi er altid blevet fortalt at det er tilfældet!

A: Og det gælder alt vi laver – specielt i skolen.

Alle rundt om bordet nikker...

Præstationssamfundet

Mere tankevækkende er det måske,
at en normalisering af pressets
psykiske slagside synes at have fundet
sted

Præstationssamfundet

A: Jeg mener, vi har alle sammen – i det mindste de fleste af os – erfaringer med stress, angst og depression, eller også har folk i vores nære omgangskreds det.

B: Ja – det er ret normalt for os.

C: Det er som det er – intet vi kan ændre.

Moderator: Hvad mener du – normalt?

B: Altså – det er bare noget vi har accepteret. Ikke som noget godt, men som noget vi kan forvente.

D: Som noget helt almindeligt...

Præstationssamfundet

At være ung, det er stressende. Igen fordi, at man får påduttet så meget oppefra. Hvad du skal, hvad du må, og hvad du ikke må. At de, altså – der bliver sat så mange krav til, hvad man skal... Vi har et samfund, hvor det hele skal gå så hurtigt, og vi skal så hurtigt ud på arbejdsmarkedet som muligt, og vi skal vælge en uddannelse, der giver arbejde i den sidste ende, og vi må ikke vælge, hvad vi egentlig helst vil... jo det må vi måske godt, men de vil helst ikke have det. Så jeg synes, det er stressende og rådvildt at være ung.

Præstationssamfundet

Fordi der er det her med, at du skal være det perfekte menneske, du skal være den perfekte unge, der skal gøre alle de ting, som jeg nævnte tidligere (være social, udadvendt, have styr på tingene – red.) med at være succesfuld. Og når man ikke kan opfylde det her, så er det, at man begynder, tænker jeg, at dunke sig selv i hovedet. For så må der jo være noget i vejen med mig, fordi hvis jeg ikke passer, hvis jeg ikke kan være den succesfulde unge, så må det jo betyde, at der er noget galt med mig. Og det kunne jeg sagtens forestille mig, at det kan skabe for eksempel depressioner og sådan nogle ting. At man ikke kan leve op til de her forventninger.

Fra præstationspres til præstationsneutrale rum

Institutionaliseringen af præstationsneutrale rum

Fra præstationspres til præstationsneutrale rum

- Præstationssamfundet trænger til en mavepumpe, luften må tages ud af det evindelige præstationspres: Følelsen af aldrig at være god nok er udmattende!
- Vi har i den forstand et udstrakt behov for præstationsneutrale (både mentale og fysiske) rum, hvor menneskets værdsættelse ikke måles med præstationssamfundets alen.
- Det indebærer en frihed fra at skulle vejes, testes og evalueres ift. præstationssamfundets sociale logik!
- De unge siger selv, at der skal investeres mere i steder og rum – i børnehaver, skoler, gymnasier og på universitetet – hvor andre præstationsformer adresseres som meningsfulde: For det vi oplever synes også at være en meningskrise!

Fra præstationspres til præstationsneutrale rum

Og der burde, som mine kollegaer fra CEFU også slår et slag for, foretages en gennemgribende revurdering af de styringslogikker, der driver vores uddannelsessystem: Hurtigt ind, hurtigt igennem og hurtigt ud på arbejdsmarkedet!

En forklaring under beskydning...

Berlingske Tidende 13/1-2020

- Der er alt for stort fokus på, at unge presses i præstationssamfundet i en stræben efter høje karakterer,
- Det er rigtigt, at nogle unge har det mentalt dårligt, men man kan ikke lave den direkte kobling til karakterræs eller præstationspres,« siger Mai Mercado (K), der er undervisningsordfører for de Konservative.
- Lars Qvortrup, professor på AU, affejer de unges oplevelse med, at de bare har lært, at deres mistrivsel skyldes præstationssamfundet, men at det ikke er reelt.
- Hans kollega Niels Egelund følger op, og mener, at problemet i højere grad skyldes de sociale medier.

Tak for opmærksomheden...