

Præstationssamfundet driver rovdrift på os – og om behovet for præstationsfrigørende rum

Anders Petersen

Præstationssamfundet

Dagsorden:

- 1. Et lykkeligt land - psykisk mistrivsel i fokus*
 - *Drøftelse ved bordene*
- 2. Præstationssamfundets sociale regler og normer: Et institutionaliseret præstationspres*
 - *Refleksioner ved bordene*
- 3. Ét svar: Institutionaliseringen af præstationsfrigørende rum.*
 - *Diskussion: Væsentligste pointer – hvad tager jeg med herfra?*

Fokus

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

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



://www.dr.dk/nyheder/allenyheder/indland

KL. 18.30

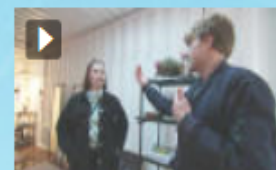
▶ VIDEO 20-årige Seda
en skibscontainer

KL. 17.57

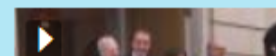
▶ Arkitekt om container
boliger er næsten aldr

KL. 16.01

SENESTE VIDEO



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



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.



SENESTE INDLAND

Minister til muslimske friskoler: Ingenting undskyldninger for ikke at underrisne udsatte børn

KL. 18.30

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

KL. 17.57

Arkitekt om contalnerboliger: Midlertidige boliger er næsten aldrig midlertidige

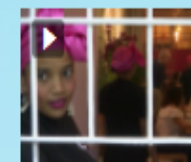
KL. 16.01

ALL

SENESTE VIDEO



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



VIDEO I København går man i færd med at gøre 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	

Omfanget af psykisk mistrivsel

		2013	2017	
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	*

Og en stigning i diagnoser...

- Et udpluk fra Socialministeriets udgivelse “Udviklingstendenser i forhold til børn og unge med psykiatriske diagnoser” fra august 2020 fortæller os følgende:
 - Over de seneste 10 år er antallet af 0 til 17-årige med registrerede psykiske sygdomme steget fra ca. 39.400 i 2009 til ca. 57.100 i 2019. Det svarer til en stigning på mere end 50 pct.
 - Forekomst af psykisk sygdom blandt børn og unge afhænger blandt andet af alderen; jo ældre barnet er, jo højere er forekomsten af psykiske sygdomme. Således har omkring 10 ud af 1.000 af de 0-5-årige en diagnose, mens det tilsvarende er næsten 100 ud af 1.000 af de 15-17-årige.
 - Over perioden 2009 til 2019 er forekomst af psykiatriske diagnoser steget mest blandt de 11-14-årige og de 15-17-årige.

Og en stigning i diagnoser...

- Flertallet af børn og unge med psykiatriske diagnoser er kun registreret med en enkelt diagnose i løbet af de fem forudgående år.
- Dog er andelen af børn og unge med psykisk sygdom, der har mere end én diagnose steget fra 26 pct. i 2009 til 40 pct. i 2019. I 2019 havde 26 pct. af børn og unge med psykiske sygdomme to diagnoser, 10 pct. havde tre diagnoser mens 4 pct. havde mere end 3 diagnoser.
- De fem hyppigste psykiatriske diagnoser børn og unge lider af i 2019 er
 - ❖ ADHD,
 - ❖ autisme, belastnings- og tilpasningsreaktioner (stress),
 - ❖ specifikke udviklingsforstyrrelser vedrørende sprog, tale og indlæringsvanskeligheder
 - ❖ angst og
 - ❖ OCD (herunder fobier).

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 15 procent af alle danske børn og unge får stillet en psykiatrisk diagnose, før de fylder 18 år.
- 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.

Drøftelse ved bordene...

- Hvad overraskede os mest i oplægget?
- Hvilke erfaringer har I fra egen praksis?

Præstationssamfundet

Én forklaring på tidens skrantende psykiske trivsel:

Præstationssamfundet – og præstationskulturen - driver rovdrift på os – og vi driver rovdrift på os selv!

*Præstationssamfundets
sociale regler og normer:
Et institutionaliseret
præstationspres*

ANDERS PETERSEN
**PRÆSTATIONS-
SAMFUNDET**

HANS REITZELS FORLAG

Anders Petersen
og Søren Chr. Krogh

**PRÆSTA-
TIONS-
KULTUR**

Aarhus Universitetsforlag



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 (disciplinerende) 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
Evig 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.

Hvilken bold vil I helst være?



Men det kan også tage overhånd 😊



Præstationssamfundet

- Vi skal evindeligt optimeres – der er sket en fetichering af forestillingen om, at man skal tune sig selv til at blive en bedre version af sig selv – hvilket har medført en idealisering af den evindelige ”jagt” på det perfekte.
- Perfektion er ”the new normal” – men forstået som en proces: For vi når aldrig i mål med det selvom det er målet: Den evindelige pletfrie eksekvering!
 - Vi skal – i et accelererende samfund - disrupte os selv hele tiden... 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

- Så farten er høj. Og præstationsindividet skal trives i et accelererende samfund, hvor tempoet er konstant stigende.
- Og det gælder ift. alle de markeder, vi skal gøre os lækre for:
 - Det sociale marked – gennem dine valoriserede præstationer for du bedre social status...
 - Arbejdsmarkedet – dit CV. som fortløbende præstationsportfolio.
 - Dating markedet...
 - Familiemarkedet... præstationsindivider i forskellig afskygning.
 - Uddannelsesmarkedet – maksimer dine præstationer ellers falder du igennem...

Præstationssamfundet

- Disse normer har rodfastet sig i vores institutioner, blevet til sociale (leve) regler, og dermed sat sig i måden vi ”gør” mennesker på i børnehaver, skoler, gymnasier, universiteter, hvilket vi tester, måler, vejer efter og presser andre dannelsespraksisser ud.
- Som konkret eksemplificering af dette kan vi tage – blandt mange - Anne-Mette Sohn Jensens, Cand.pæd. i pædagogisk psykologi, erfaringer fra hendes kursusvirksomhed i landets børnehaver og skoler.
- Hun skriver i en kronik - *Vi byder børn og unge et alt for stort pres i skolen i dag* - i Kristeligt Dagblad den 4/2-20!

PÅ MINE KURSER LAVER JEG en øvelse, hvor deltagerne skal lave en liste over alle de forventninger og krav, de har til børnene. Jeg beder dem skrive alt ned, både stort og småt, så vi kan få en fælles oversigt over det, vi gerne vil have børnene til at leve op til.

Eksempelvis havde pædagoger i vuggestuer og børnehaver følgende forventninger til børnene i alderen nul til seks år: omstillingsparate, glade, selvhjulpne, kunne sidde stille og lytte, renlige som treårige, fleksible, motiverede for at lære, rummelige og kunne præstere på kommando på tidspunkter, som passer med dagstrukturen.

Præstationssamfundet

- Dette følges af en udbredt selvansvarlighed for at lykkes – din fortjeneste, hvis det går godt, og dit ansvar, hvis det går galt!,
- Dette har – opsummeret - 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 – giver følelsen af uduelighed: Måske endda ubrugelighed!
- 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.

Præstationssamfundet

Altså, det var også presset. Det har selvfølgelig været en medvirkende faktor, når man i forvejen er lidt presset med sin tid, og der bliver forlangt så meget af en, og man føler, man bare skal yde 120% hele tiden, bare for at kunne følge med. Så dræner man sig selv mere for energi... Man skal forhøje præstere i det her samfund, ikke? I hvert fald hvis man gerne vil lidt frem her i verden, og det har så bare kulmineret, de dårlige dage er der bare blevet flere og flere af, og søvnen er blevet dårligere og dårligere, og humøret er blevet dårligere og dårligere.

Refleksioner....

- Hvilken genklang gav oplægget hos jer
- Hvilke spørgsmål har I til Anders?

Ét svar: Præstationsfrigørende rum

Præstationsfrigørende rum...

- Hvad menes?
- Hvis problemet er individuelt (institutionaliseret) præstationspres, så kan et modsvar være kollektiv præstationsfrigørelse.
- Problemet er ikke præstation, men den ensidige måde præstationen måles, vejes, bedømmes og evalueres på i præstationssamfundet.
- Præstationsfrigørelse er et kollektivt ansvar – præstationsfrigørende rum sikres i fællesskab.

Præstationsfrigørende rum...

- Et præstationsfrigørende rum er et læringsrum uden præstationspres som følgesvend: Og uden allerede fastlagt bedømmelse eller karaktergivning.
- I præstationsfrigørende rum følges præstationssamfundets anerkendelsesprincipper IKKE – Kun vinderne i konkurrencen modtager anmærkninger!
- Et præstationsfrigørende rum sikrer friheden til at præstere på måder, der kan skabe sine egne mål og resultater undervejs
- Et præstationsfrigørende rum er dog IKKE ustruktureret - grænseløshed er ikke frihedsgivende men fremmedgørende.

Præstationsfrigørende rum...

- Præstationsfrigørelse sikres således gennem etableringen af en struktur, hvis forudsætninger er tydelige, men ikke allerede determinerede.
- Det må – for mig at se – betyde, at det præstationsfrigørende rum knytter anerkendelsen til anstrengelsen – eller forsøget på - at præstere og ikke så meget til udfaldet.
- Et præstationsfrigørende rum er således også åben for, at fejl knyttes til præstationen og ikke til personen. Væk med nul-fejls kulturen!
- Præstationsfrigørelse – og sikringen af præstationsfrigørende rum – er derfor en kreativ proces!

Præstationsfrigørende rum...

- Og så er sikringen af præstationsfrigørende rum en (demokratisk) dannelsesopgave.
- Præstationsfrigørende rum er med til at sætte børn og unge fri, tænke kritisk og forankre dem som en del af det sociale fællesskab: Medborgere.
- Fritidspædagogikken og socialpædagogikken har en særlig mulighed for at sikre præstationsfrigørende rum for børn og unge mennesker.
- Udfordring: Fritidspædagogikken og socialpædagogikken er under pres...men nye vinde blæser forhåbentligt.

Diksussion...

- Hvad er de væsentligste pointer fra formiddagens oplæg
- Hvad tager jeg med herfra – hvis noget 😊