



*"Det ville have været rart allerede at have snakket om alle de ting - det pres man skal forholde sig til - allerede der i 6. Klasse. Det er dér, de begynder at spørge én, hvad man vil være...altså ens forældre og lærere!" (gymnasielev, 17 år)*

© Livmodlab 2012

## Gymnasielevs mistrivsel og mestringsstrategier

– en ny indsats baseret på inddragelse af elever, lærere og ledelse samt viden og erfaringer om best practice fra forskning og praksis

En del af de unge, der går i gymnasiet oplever pres forskellige steder fra. Det kan handle om sociale problemer som skilsmisser og andre problemer i familien, men det kan også handle om sociale og følelsesmæssige problemer i gymnasiet og oplevelsen af pres i jagten på de høje adgangsgivende karakterer, eksamensangst og depression. Drømmen om det perfekte liv, som en unik, populær, lækker, klog.... you name it...ung kvinde eller mand med succes i livet lever stærkt i de unges bevidsthed – og i vores samfundsskabte kultur.

De unge med problemer vækker ikke nødvendigvis megen opmærksomhed. Nogle lider i stilhed, mens andre er nemmere at få øje på. Forskerne peger bl.a. på, at de unges mistrivsel hviler på en konstant frygt for ikke at lykkes med sit liv. Fælles for de unge, der mistrives, er, at de konstant har det kritiske blik rettet mod sig selv. De unge har lært at "du er din egen lykkes smed!", og det indebærer et enormt pres for at leve op til de succeskriterier, der pumpes ud både politisk, i medier og i samfundskulturen, og det tegner skabelonen for deres selvbilleder af den perfekte ung med det perfekte liv.

Sammenlignet med andre indsatser rettet mod gymnasiet, har vi fokus på en mere sammenhængende indsats, og inddrager de mange kræfter, aktører, organisering og kulturer, der er i spil. Desuden samarbejder vi med relevante partnere om at udvikle indsatsen, redskaber og løsninger til både ledelse, lærere, studevejledere og elever, og tager udgangspunkt i hvad der ser ud til at virke med positiv effekt.

Ønsker du at vide mere, er du velkommen til at kontakte os.



### **Livsmodlab – hvem er vi?**

Projektet baseres på erfaringer og viden fra vores eget virke i mødet med børn, unge, forældre og fagvoksne (ledelse, lærere og pædagoger, psykologer, pædagogiske konsulenter mm) i kommuner, skoler, SFO'er og klubber. Desuden indhenter vi viden og undersøgelser fra forskning og andre fagfolk, der arbejder indenfor det teopraktiske felt.

### **For yderligere information kontakt:**

#### **Livsmodlab**

Dorthe Rasmussen  
Cand. comm.  
Mobil 20686712  
dorthe@livsmodlab.dk  
www.livsmodlab.dk

Adam Zeb Moghal  
Cand. scient.  
Mobil 60439004  
zeb@livsmodlab.dk  
www.livsmodlab.dk