

# #DetGodeUngdomsliv

*En analyse af unges forventninger,  
bekymringer og trivsel*

# #DetGodeUngdomsliv

*En analyse af unges forventninger,  
bekymringer og trivsel*





# INDHOLDSFORTEGNELSE

Alle unge fortjener et godt ungdomsliv	5
#DetGodeUngdomsliv ifølge de unge selv	6
Flertallet har det godt, men ...	7
Præstationskulturen, som ikke alle holder til	9
Når man ikke lever op til kravene	12
Menneskelige relationer i top	15
Virkeligt fremfor virtuelt	17
Sådan gjorde vi	20
Referencer	23



# ALLE UNGE FORTJENER ET GODT UNGDOMSLIV

## FORORD

Alle unge fortjener et godt ungdomsliv med drømme, muligheder og tryghed. Men mange unge i Danmark mærker i dag et pres fra flere fronter. Et pres for længere uddannelser, mental robusthed, højere karakterer, det perfekte job, at kunne stå på egne ben eller at leve op til urealistiske skønhedsideal. Ikke alle unge holder til presset, hvorfor andelen med stress, angst og depression er stigende.

Reel viden om, hvordan vi unge føler og tænker, er dog sparsom, og ofte er det de få, der bliver hørt. DUF vil med denne analyse sørge for, at flere unge bliver hørt – og ikke kun dem, som er i stand til at skabe deres egen platform i debatten. Derfor har vi i DUF udarbejdet denne undersøgelse for at spørge ungdommen selv. Dette har vi gjort via spørgeskema, hvor vi har spurgt et repræsentativt udsnit af danske unge samt ved enkelt- og fokusgruppeinterview. Dette er sket i samarbejde med konsulentbureauerne Pluss og Epinion.

DUF vil med denne analyse skabe mere viden om unges syn på deres egen liv. DUF ønsker med denne viden at give ungdommen en stemme i debatten, sådan at vi sikrer, at der tages højde for ungdommen og vores bekymringer, forventninger og trivsel, når samfundet indrettes, så vi kan skabe rammerne for et godt ungdomsliv for alle. For kun hvis vi kender årsagerne til unges mistro, kan vi skabe de rigtige løsninger og sørge for politisk handling. Håbet med undersøgelsen er således at kunne skabe et solidt fundament for politiske løsninger, der forbedrer unges trivsel. Vi håber derfor, at undersøgelsen vil blive læst med interesse af alle, som arbejder med og for unge.

Til slut vil vi gerne sige tak til alle de unge, der har bidraget til undersøgelsen og til Tuborgfondet, der har støttet projektet.

God læselyst!



Chriss Holst Preuss

Formand i DUF

# #DETGODEUNGDOMSLIV IFØLGE DE UNGE SELV

## RESUME

### **Flertallet har det godt, men..**

To ud af tre unge føler, at de har et godt liv. De trives, de bekymrer sig ikke nævneværdigt, og de forventer, at deres liv bliver bedre end deres forældres. Der er dog fortsat en ud af tre unge, hvor livet ikke er i top. Disse unge består af to grupper – en gruppe, hvor livet er nogenlunde, men hvor der er en del bekymringer og lavere forventninger, og en anden gruppe, som mistriives, bekymrer sig rigtig meget og som har lave forventninger til fremtiden.

### **Præstationskulturen, som ikke alle holder til**

Unge oplever en præstationskultur, der skaber et pres, hvor alt bliver en del af konkurrencen om det perfekte liv. Presset kan bl.a. ses ved, at hver anden unge føler, at de skal være på en bestemt måde for at blive accepteret i samfundet. Dette gør, at to ud af tre unge er bange for at vælge forkert i livet, især ved uddannelse. Nogle af de unge relaterer frygten til de mange reformer i uddannelsessystemet, der indsnævrer mulighederne og giver mindre plads til fejltrin. Konsekvenserne af præstationskulturen er en stigende mistriivsel, der især rammer kvinder.

### **Når man ikke lever op til kravene**

Ens præstation i samfundet har stor betydning for unges livskvalitet. Fx har ledighed en markant negativ effekt på unges livskvalitet. Ledige unge bekymrer sig langt mere, de har lavere forventninger til fremtiden og oplever deres liv som dårligere, end unge i job og uddannelse gør. Ledighed er den faktor, der har størst negativ effekt på unges livskvalitet i undersøgelsen.

### **Menneskelige relationer i top**

Nære menneskelige relationer især familien er afgørende for, om unge føler, at de har et godt liv. Det er derfor bekymrende, at ensomhed er et stigende problem. Problemet med ensomhed handler ikke kun om manglende socialt samvær, men også om at føle sig alene sammen med andre. Fx tør mange unge ikke at dele deres personlige udfordringer med venner og familie.

### **Virkeligt fremfor virtuelt**

Mange unge oplever, at sociale medier er en kilde til præstationspres, da man kan scrolle gennem den perfekte version af andres liv, mens man har den fulde og ærlige version af ens eget liv. Dette kan ses i sammenhæng med, at hver anden ung ønsker at bruge mindre tid på de sociale medier, mens tre ud af fire unge foretrækker det fysiske samvær med vennerne fremfor det virtuelle.



# FLERTALLET HAR DET GODT, MEN ...

Den gode nyhed er, at flertallet af danske unge har det ganske godt. To ud af tre unge føler, at de i meget høj eller i høj grad har et godt liv. Disse unges bekymringsniveau er samtidig generelt lavt. Eksempelvis bekymrer denne gruppe af unge sig markant mindre om ensomhed end andre unge. Dette er ellers en af de ting, der samlet set bekymrer ungdommen mest. De glade unge har også høje forventninger for fremtiden samtidig med, at de forventer at få et bedre liv end deres forældre. Det er kort sagt en gruppe af unge, hvor det er lykkedes at skabe det gode ungdomsliv, og hvor forventningen er, at det fortsætter.

Dernæst findes en midtergruppe bestående af omtrent hver fjerde ung i Danmark, som kun i nogen grad føler, at de har et godt liv. Denne gruppe af unge har generelt et højere bekymringsniveau end de unge med høj livstilfredshed. Eksempelvis frygter over halvdelen af disse unge at vælge forkert i livet, mens det gælder under hver tredje ung i gruppen med høj livstilfredshed. Disse unge har også lavere forventninger til deres fremtid, men flertallet i midtergruppen forventer dog, at den bliver bedre.

## I hvilken grad føler du, at du har et godt liv?



I meget høj og  
i høj grad

64,2%



I nogen  
grad

26,9%



I mindre grad og  
slet ikke

8,7%







Endelig er der en gruppe unge, som ikke har det godt. Dette er hver 11. ung i Danmark, som i mindre grad eller slet ikke føler, at de har et godt liv. Flertallet af disse unge forventer ikke, at deres liv bliver bedre, men at det fortsætter på samme lave niveau. De bekymrer sig samtidig langt mere end andre unge om at blive ensomme, fattige og hjemløse.

Ungdommen består således af tre grupper:

- Unge, som har det godt, der ikke bekymrer sig nævneværdigt, og hvor fremtidsforventningerne er høje.
- En midtergruppe, som har det nogenlunde, men ikke helt godt, og som bekymrer sig mere.
- Til sidst er der den gruppe af unge, der ikke føler, at livet er godt, som bekymrer sig rigtig meget, og som ikke forventer, at livet bliver bedre.



#### **DUF MENER:**

At alle unge fortjener et godt liv. DUF finder det bekymrende, at hver tredje ung ikke i høj eller meget høj grad oplever, at de har et godt liv. DUF mener, det er et samfundsmæssigt ansvar at sikre, at alle unge oplever, at de har et godt liv. DUF foreslår bl.a., at der nedsættes en ungdomskommission, som skal finde tværgående løsninger på, hvordan vi sikrer det gode ungdomsliv for alle.

# PRÆSTATIONSKULTUREN, SOM IKKE ALLE HOLDER TIL

Et af svarene på, hvorfor ikke alle unge trives, kan være det stigende pres, som ungdommen oplever. Præstations- og perfektionskultur bliver af de unge i vores fokusgruppe- og enkeltinterview udpeget som årsagen til stigningen i unge, der mistrives og som den største udfordring i ungdomslivet. De unge fremhæver i interviewene følelsen af at skulle præstere i alle livets arenaer fx i forhold til venner, familie, fritidsaktiviteter, sociale medier, udseende samt især uddannelse og arbejde. Dette perspektiv på problematikken bliver understøttet af en undersøgelse fra Psykiatrifonden, der viser, at næsten hver

”Det kan være en stopklods for at have det godt, at jeg altid vil gøre ting perfekt”

(Ung kvinde, Århus)

”Der er rigtig meget pres i forhold til at præstere godt nok både med familie og uddannelse”

(Ung, Aalborg)

anden ung i alderen 16-24 år kun føler sig god nok, når de har succes på næsten alle områder i deres liv (Psykiatrifonden, 2017). Denne kultur medfører ifølge de unge, at selv aktiviteter, der anses som lystbetonede, såsom rejser og frivilligt arbejde, kan blive et pres i konkurrencen om det perfekte liv.



” Der er så mange valg, at man bliver helt lammet”

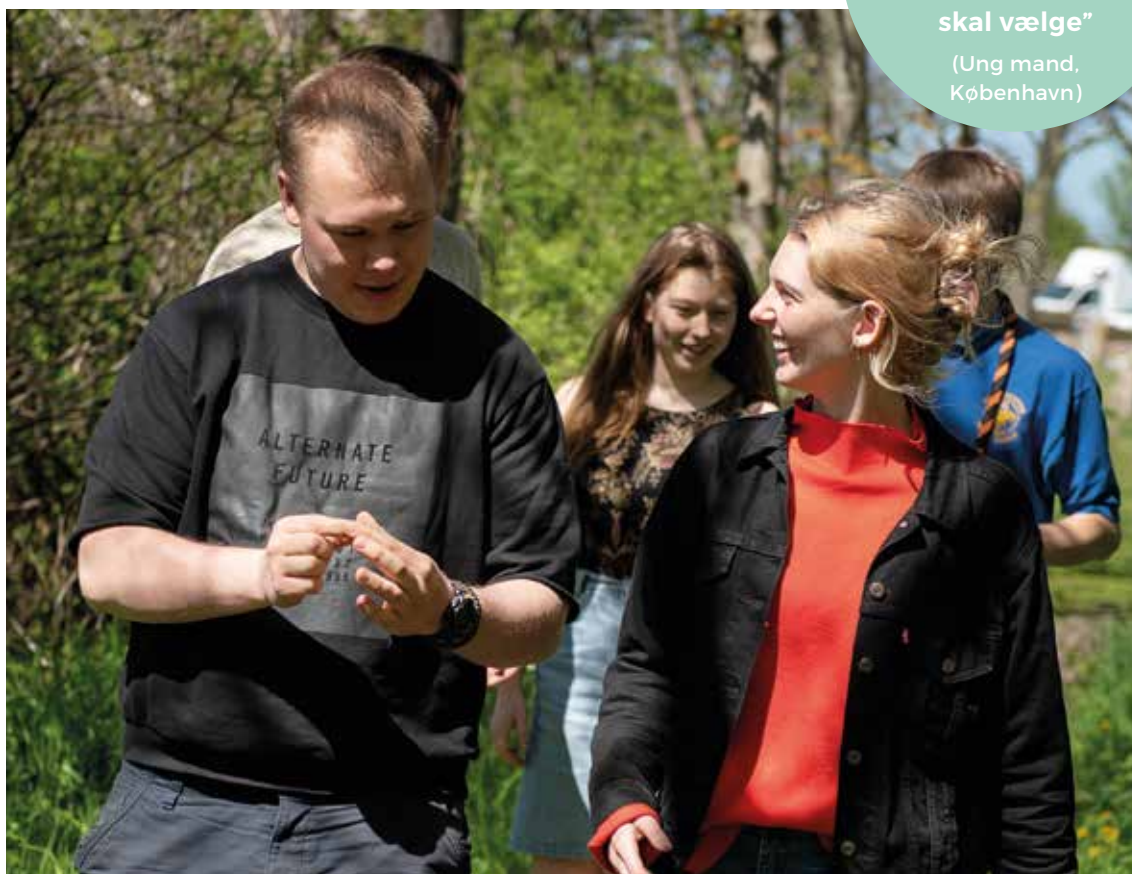
(Ung, Århus)

At der er en standard, som unge føler, de skal leve op til, ses også i DUFs undersøgelse. Over halvdelen af alle unge føler, at de skal være på en bestemt måde for at blive accepteret i samfundet. Denne følelse er særlig udtalt blandt de unge, som i mindre grad eller slet ikke føler, at de har et godt liv. Her er der tale om næsten otte ud af ti unge. Der er således en sammenhæng mellem unges livskvalitet og om de føler, der er et begrænset handlerum for, hvad der er acceptabelt i samfundet. Undersøgelsen viser dog ikke, om det skyldes, at disse unge ikke lever op til, hvordan man bør være og derfor har et dårligt liv, eller om det er, fordi de føler sig begrænset af de muligheder, der er inden for en accepteret væremåde. I de interviews, vi har gennemført, er der dog mange af de unge, som nævner det som negativt, at der er så mange krav, da de kan være svære at leve op til.

En anden ting, de unge fremhæver ved præstations- og perfektionskulturen, er, at den gør dem nervøse for at begå fejl. I vores tal viser denne frygt sig ved, at over hver tredje ung i meget høj eller høj grad frygter at vælge forkert i livet, mens mere end hver tredje frygter det i nogen grad. De mange valg i ungdomslivet er således noget to ud af tre unge i en eller anden grad forbinder med frygt. Frygten er størst blandt kvinderne, de ledige og de helt unge grundskole- og gymnasieelever. Derudover viser vores undersøgelse, at der er en markant sammenhæng mellem, i hvor høj grad unge frygter at vælge forkert i deres liv, og i hvor høj grad

” Med uddannelsesloftet er det kun ét skud, derfor tænker jeg mere over, hvad jeg skal vælge”

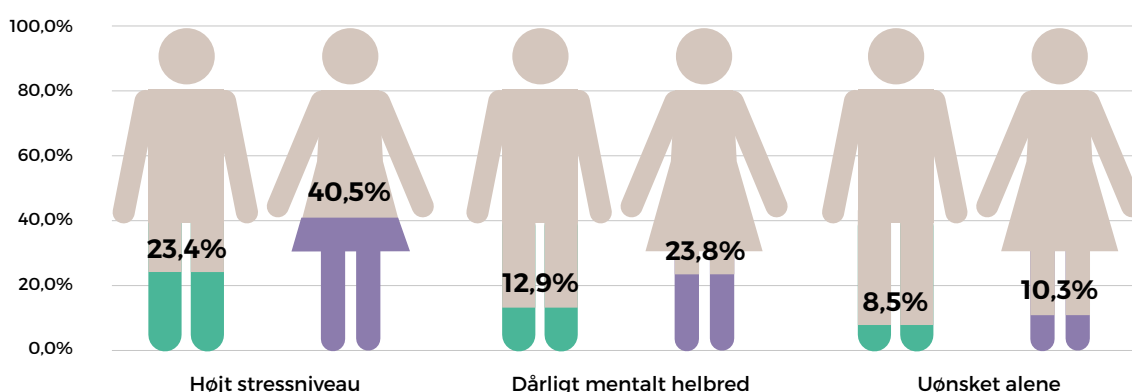
(Ung mand, København)



unge føler, at de har et godt liv. Frygten for at vælge forkert er således større blandt unge som i nogen, i mindre grad eller slet ikke føler, at de har et godt liv.

De unge i vores fokusgruppe- og enkeltinterview nævner flere årsager til frygten for at vælge forkert. Nogle peger på de utallige valgmuligheder, man har som ung, mens andre føler, at valgene er endegyldige. En del relaterer frygten til de reformer, der har været af uddannelsessystemet såsom uddannelsesloftet, folkeskole-, gymnasie- og fremdriftsreformer. Reformerne har skærpet kravene og indsnævret valgfriheden, hvilket har givet nogle af de unge en følelse af at have færre muligheder og mindre plads til fejltrin.

#### Andelen af unge mellem 16-24 år



Sundhedsstyrelsen, 2017

Konsekvenserne af, at ungdommen føler sig mere presset, ses også tydeligt i den nationale sundhedsprofil: Hver tredje ung oplever, at de har et højt stressniveau, næsten hver femte ung har et dårligt mentalt helbred, og cirka hver tiende ung oplever at være uønsket alene. Dette er højere end for nogen anden aldersgruppe (Sundhedsstyrelsen, 2017).

Dem, der rammes hårdest af presset, er kvinderne. Kvinder føler sig langt oftere stresset og ensomme end jævnaldrende mænd (Sundhedsstyrelsen, 2017). Vores tal viser også, at færre af kvinderne føler, at de har et godt liv, og at de bekymrer sig mere end mændene.

”Hvis man er glad for sit liv, er man hellere ikke rigtig god nok, for så er man ikke ambitiøs”  
(Ung mand, Aalborg)



#### DUF MENER:

At det er problematisk, at ungdommen er den mest stressede, ensomme og psykisk sårbar aldersgruppe i hele samfundet. Ungdommen skal være en god start på voksenlivet, som opbygger unges mod på livet og de udfordringer, det byder på. Der skal samtidig både være plads til fejltrin og tid til at træffe de svære valg, der får betydning for resten af ens liv.



# NÅR MAN IKKE LEVER OP TIL KRAVENE

Præstationspresset handler ikke kun om livets mange valg, men også om hvordan man som individ føler, at man præsterer i ”konkurrencen”, og om man lever op til samfundets standarder. Her er uddannelses- og arbejdslivet af afgørende betydning, da det er her, unges personlige præstation tydeligst kan blive målt og observeres af omverdenen. Ens præstation i uddannelses- og arbejdslivet kan i præstationskulturen dermed komme til at være grundlag for ens selvværd. Eksempelvis føler fire ud af ti unge sig kun gode nok, hvis de får ønskeuddannelsen og -jobbet (Psykiastrifonden, 2017). Ungdommen pålægger samtidig sig selv ansvaret for deres succeser såvel som fiaskoer. Fx tror tre ud af fire unge på, at de kan, hvad de vil, så længe de tager sig sammen (Psykiastrifonden, 2017). Det bliver således alene den unges egen skyld, hvis de ikke finder et arbejde fremfor fx de økonomiske konjunkturer.

” Hvis jeg er blevet begrænset af noget, har det nok været min egen skyld. Det kan være mit snit fra gymnasiet, hvor jeg så ikke kan komme ind på alle uddannelser.”

(Ung mand,  
Aalborg)





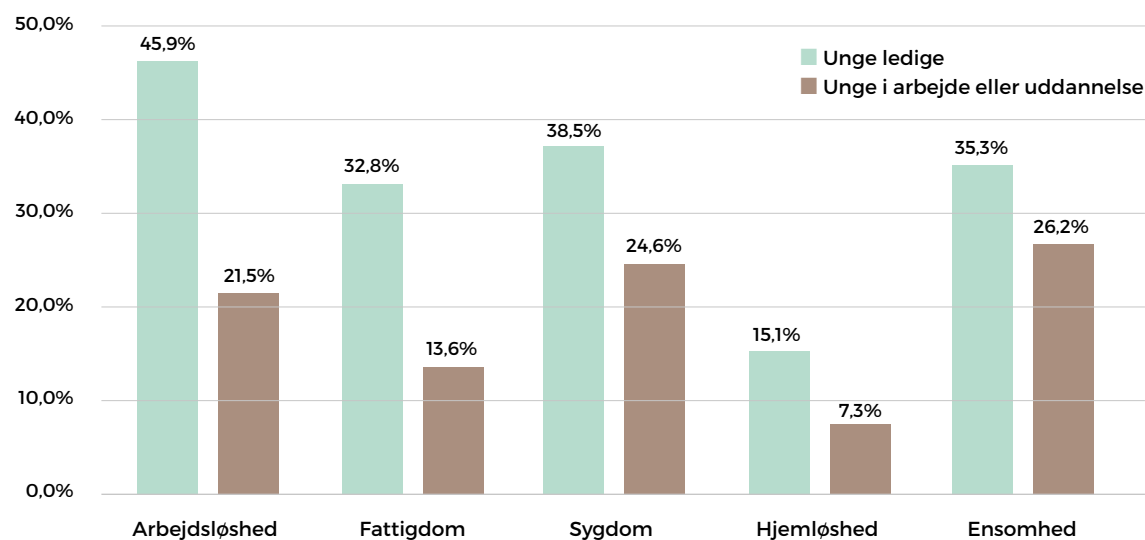
Dette kan være årsagen til, at hver anden ung bekymrer sig i meget høj, i høj eller i nogen grad om at blive arbejdsløs, på trods af at vi i Danmark både historisk og i europæisk sammenhæng har en lav ungdomsarbejdsløshed (Danmarks Statistik, 2019). For hvis dele af ungdommens selvværd er bygget op om deres præstationer, og disse unge samtidig pålægger sig selv ansvaret for, hvordan de klarer sig i livet, kan dette være med til at øge deres bekymringer for ikke at klare sig godt nok.

”Det kan påvirke ens selvværd, at du sakker bagud i forhold til dine venner, fordi du møder andre udfordringer”

(Ung mand, Aalborg)

Denne bekymring kan yderligere blive næret af, at ledighed har en markant negativ effekt på unges livskvalitet. Blandt unge, der er ledige, føler hver fjerde i mindre grad eller slet ikke, at de har et godt liv. Dette er 19,6 procentpoint mere end blandt unge under uddannelse eller i arbejde. De unge ledige er samtidig den gruppe, der ser mest negativt på, om de får et godt liv i fremtiden. Ledige unge bekymrer sig samtidig langt mere generelt. Den øgede bekymring gælder således ikke kun i forhold til arbejdsløshed specifikt, men påvirker også den unges syn på andre dele af livet. De ledige unge bekymrer sig nemlig langt mere end andre unge om ensomhed, hjemløshed, sygdom og fattigdom. Ledighed er faktisk den enkeltstående faktor, der har størst negativ effekt på unges oplevelse af at have et godt liv, hvor meget de bekymrer sig, og hvor positive forventninger de har til fremtiden.

#### Andelen af unge, der bekymrer sig for at komme ud for følgende situationer



Disse negative effekter kan enten være kommet eller blevet forstærket af, at unge pålægger sig selv ansvaret for deres præstationer, da en stor del af unge mener, at de kan blive, hvad de vil, så længe de tager sig sammen. Hermed kunne mange unge også være tilbøjelige til at tro, at ledighed er et resultat af deres egen mangelfuldhed. Det er en følelse, der kan ses i sammenhæng med, at mange unges følelse af at være god nok bygger på deres præstationer.

” Et liv hvor man kan få lov til at udvikle sig (...), og hvor der samtidig er en tryk base”

(Ung kvinde, Sjælland)

Det er dog ikke uden grund, at de unge bekymrer sig for ledighed, og at ledige unge bekymrer sig mere. Ledighed har nemlig ifølge en række studier negativ effekt på ens livskvalitet, helbred, selv-værd, uddannelsesniveau og økonomi (Kudahl, 2013; Pultz, 2016; Pultz, 2018; Scottish Government, 2015). Fx er ledige efter halv-andet år mere end dobbelt så ofte sygemeldt som i det første halve år som ledige (Kudahl, 2013). Det bekymrende er dog ikke kun den effekt, det har på den unge i arbejdsløshedsperioden, men også ledig-

hedens negative langtidseffekter. Et studie fra Skotland har eksempelvis påvist, at unge ti år efter deres ledighedsperiode har et lavere uddannelsesniveau, dårligere økonomi og større risiko for angst og depression end deres jævnaldrende (Scottish Government, 2015).

Ledigheds markante negative effekt på unges livskvalitet kan også ses i forhold til, at unge prioriterer tryghed og stabilitet højt. De faktorer, unge finder mest afgørende for at have et godt liv, er nemlig familie, helbred og økonomi. Alle tre faktorer, der har stor betydning for trygheden og stabiliteten i ens liv. Familien er på mange måder det faste holdepunkt i manges liv. Den, der følger en fra vugge til grav. Sygdom udgør også en usikkerhedsfaktor i ens liv: Hvor godt eller dårligt kommer jeg til at have det i dag? Kan jeg blive rask eller få det bedre? Dette skaber en del ekstra bekymringer og uvisheder i ens liv. På samme vis er økonomi afgørende for stabiliteten i unges liv. Er der råd til at betale de faste udgifter såvel som ens fremtidsdrømme? En stabil økonomi skaber tryghed og sikkerhed i unges liv samtidig med, at det skaber mulighed for at udleve ens drømme. Fx bliver fast arbejde nævnt af flere af de unge i enkeltinterviewene som en kilde til at udleve andre drømme såsom hus eller luksusting. Ledighed skaber bekymringer i forhold til ens økonomiske situation samtidig med, at det på mange måder er fraværet af stabilitet, da man som ledig har mindre kontrol over, hvad der skal ske med ens liv i fremtiden.

” Jeg er virkelig en tryghedsnarkoman, når jeg har sikkerhed og tryghed, så bliver jeg et bedre menneske”

(Ung mand, Aarhus)



#### DUF MENER:

At det er vigtigt at skabe trygge rammer for ungdommen, hvor der er plads til at udfolde sig og finde sin vej i arbejds- såvel som privatlivet. I ungdommen skal den enkelte både modnes til arbejdslivet, men også betrygges i, at der er plads til og behov for dem på fremtidens arbejdsmarked. Arbejdslivet har en afgørende rolle i unges liv, og det er derfor vigtigt, at unge bliver givet muligheden for at vise deres værd.

# MENNESKELIGE RELATIONER I TOP

Nære menneskelige relationer er afgørende for et godt ungdomsliv. Dette er tydeligt i unges besvarelser, hvor familie, partner og venner alle ligger højt, når unge skal vælge, hvad der har betydning for, om de har et godt liv. Familien er dog den absolutte topscorer. Næsten syv ud af ti unge har valgt familie som en af de vigtigste faktorer for, om de har et godt liv. Forskning har også påvist, at gode relationer til ens familie er afgørende for unges trivsel (Ottosen et al., 2018; Børnerådet, 2018). Dette er interessant set i lyset af, at vores undersøgelse viser, at der er en markant sammenhæng mellem, hvor godt et liv unge føler de har og deres valg i forhold til deres familie. Unge, som føler, de har et godt liv, vægter nemlig oftere familie højere end unge, der ikke føler, de har et godt liv. Dette understøtter således både tidligere forskning og de unges egen høje prioritering af familien som afgørende for at have et godt liv. Den samme sammenhæng kan også ses i forhold til venner og partnere, som hver tredje unge har valgt som afgørende faktorer for, om de har et godt liv.

”Det er også vigtigt at have gode forældre”

(Ung kvinde, Vejle)



Når man ved, hvor afgørende sociale relationer er for unge, er det bekymrende, at ensomhed er et stigende problem blandt unge. Faktisk føler næsten hver 10. ung sig uønsket alene (Sundhedsstyrelsen, 2017), samtidig med at hver anden ung i meget høj, i høj eller i nogen grad bekymrer sig om ensomhed. I fokusgruppeinterviewene peger flere af de unge på, at ensomhed ikke kun handler om manglende socialt samvær, men også om den ensomhed, man kan føle, når man er sammen med andre mennesker. Nogle af de unge fortæller fx om oplevelser, hvor de sidder i et rum fyldt med venner og bekendte, men alligevel føler sig ensomme.

”Det er sjovere at leve livet, hvis du har nogen at dele det med”

(Ung mand, København)

”Det er vigtigt at have nogen og tale med. Det er vigtigt at være sammen med andre og være en del af sociale fællesskaber”

(Ung mand, Aalborg)

En del af problemet med stigende ensomhed kan hænge sammen med tendensen til, at flere unge ikke deler deres personlige udfordringer med hinanden. Fx har Psykiatrifondens undersøgelse vist, at hele 15 % af unge ikke deler sorger og bekymringer med nogen overhovedet. Derudover er der en tredjedel, som ikke deler sådanne med deres forældre, og en fjerdedel, som ikke deler med deres venner. Tendensen kan genfindes i fokusgruppeinterviewene, hvor der er konsensus om, at man generelt ikke tør vise sine svage sider til sine venner. Dette medfører, at man fx ikke deler personlige udfordringer såsom lavt selvværd, stress eller ensomhed. Dette kan anses som en negativ effekt ved præstationskultur, hvor der ikke plads til at vise svaghed. Et vigtigt aspekt i forhold til ensomhed er således, at løsningen ikke blot er at få mennesker til at mødes, men også at skabe tætte og meningsfulde relationer mellem mennesker, hvor individet tør dele personlige svagheder, udfordringer og bekymringer.



#### DUF MENER:

At stærke relationer skabes i trygge fællesskaber. Unge skal opleve en kultur, hvor man tør være sig selv med alle ens fejl og mangler, og hvor der er plads til, at man deler det med ens nærmeste, når livet er svært.



# VIRKELIGT FREMFOR VIRTUELT

Menneskelige relationers betydning for det gode ungdomsliv kan også ses i unges holdninger til sociale medier. Cirka 77 % af de unge vil hellere være sammen med deres venner i virkeligheden end virtuelt. Det fysiske møde er derved den primære og foretrukne samværsform for unge, mens de sociale medier er et supplement til det fysiske samvær. Dette kan også være årsagen til, at hver anden unge ønsker at bruge mindre tid på de sociale medier. For når det fysiske møde er det foretrukne, så er tiden på sociale medier sekundær, hvorfor et ønske om at nedprioritere det er naturligt.

Dette bør også ses i lyset af, at seks ud af ti unge mener, at det er problematisk, at sociale medier oftest anvendes til selvpromovering. Måden, hvorpå sociale medier anvendes, kan således også være en af årsagerne til ønsket om at bruge sociale medier mindre.

” Det kan godt være lidt udfordrende med sociale medier. Nogle bliver mobbet. Det er noget af det svære nu om dage (...) Der er de bloggere der. Pigerne føler rigtig meget, de skal leve op til det. De er rigtig kritiske over for sig selv, fordi der er nogle idealer på sociale medier”

(Ung mand, Aalborg)



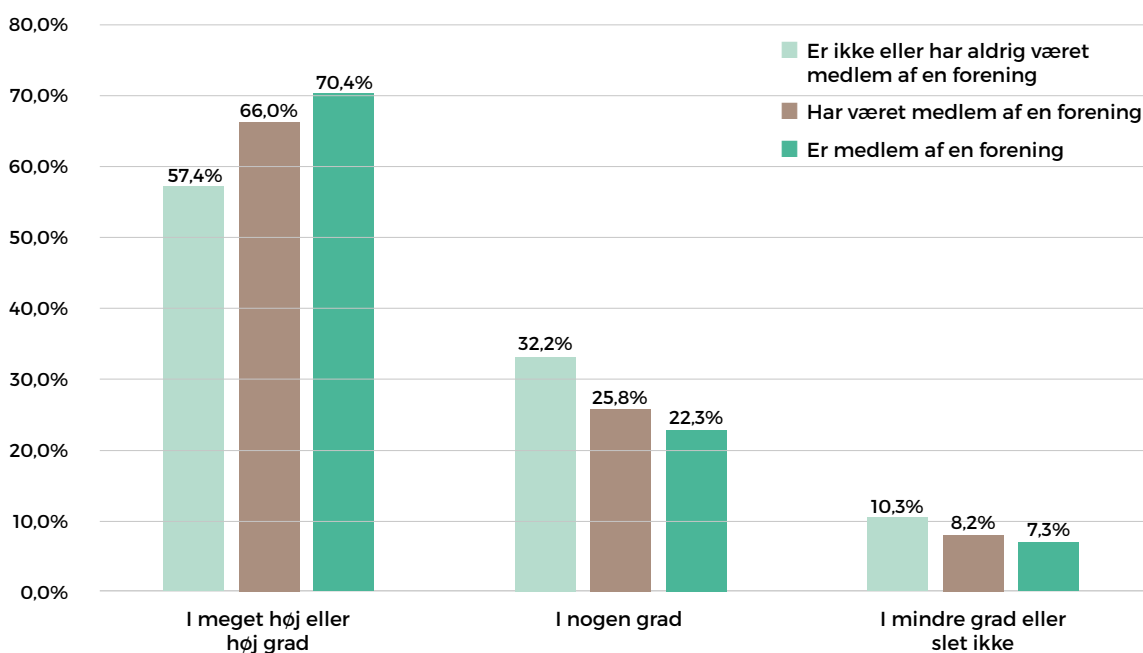


At unge finder selvpromovering på sociale medier problematisk, kan også ses som en problematisering af præstations- og perfektionskulturen. En del af de unge i interviewene nævner de sociale medier som en af de primære kilder for unge til at dele og sammenligne deres præstationer. De sociale medier bliver derved en af kilderne til præstationspresset ifølge de unge. Sociale medier giver nemlig den enkelte ung mulighed for at fremstille sig selv fra den bedste og mest interessante vinkel. Dette medfører, at unge kan scrolle gennem den mest perfekte version af andres liv, mens de har den fulde og ærlige version af deres eget liv, hvilket kan give et ekstra skub til følelsen af utilstrækkelighed og ikke at præstere godt nok.

Et modsvar til disse problemer er ifølge de unge det fysiske møde med de nære relationer, hvor man som ung kan dele udfordringer og bekymringer. Et fællesskab, hvor man føler sig god nok, uanset hvor stort eller lille ens bidrag eller præstation er. De nære menneskelige relationer er således det afgørende for at sikre et godt ungdomsliv.

Her kan foreningslivet være med til at bidrage, da foreningslivet netop er et sted, hvor fællesskabet, venskaber og parforhold bliver dannet, og hvor der er plads til det enkelte individ uanset kompetencer og præstationer. At foreningslivet er en del af løsningen, kan også ses ved, at unge, der er medlem af en forening eller har været med i en forening, føler, at de har et bedre liv end unge, der aldrig har været medlem af en forening.

#### I hvilken grad føler du, at du har et godt liv?



#### DUF MENER:

At der skal være en plads til alle unge i et af virkelighedens fællesskaber, der hvor man får nuancerne med. Derfor må digitale fællesskaber og online udfoldelser ikke stå alene, men være et supplement til det fysiske møde. Den enkelte unge skal samtidig rustes til at begå sig i den digitale verden.



# SÅDAN GJORDE VI

Undersøgelsen består af fire delelementer – en kortlægning af eksisterende forskning, en række fokusinterview, en spørgeskemaundersøgelse og en række enkeltinterview. I dette afsnit vil metoden bag undersøgelsens fire delelementer blive beskrevet. Der vil dog først være en kort beskrivelse af vores definition af unge i analysen.

## DEFINITION AF UNGE

Unge er i analysen som udgangspunkt defineret som personer mellem 16 og 29 år. Undersøgelsens hovedelement, spørgeskemaet, har derfor også indsamlet besvarelser fra et repræsentativt udsnit af danske unge i denne aldersgruppe. Det har dog ikke været muligt altid at anvende data med udgangspunkt i denne ungedefinition fx i kortlægningen, hvor den videnskabelige litteratur anvender forskellige aldersintervaller. I analysen er der derfor taget udgangspunkt i 16-29 års-gruppen, men forskning, der kun dækker dele af aldersgruppen er ikke udeladt, ligesom enkelte interviewpersoner på 15 eller 30 år ikke er blevet ekskluderet fra fokusgruppeinterviewene.

## KORTLÆGNING AF EKSISTERENDE FORSKNING

Som første trin i undersøgelsen fik vi udarbejdet en kortlægning af den eksisterende forskning af konsulentbureauet Pluss. Pluss udarbejdede på baggrund af kortlægningen et notat. Formålet med kortlægningen var at skabe et overblik over den eksisterende forskning inden for området. Overblikket skulle være med til at give DUF baggrunden for det videre arbejde med undersøgelsen.

Processen, der har ligget til grund for kortlægningen, har været følgende:

1. Identifikation og udvælgelse af fem interessante temaer
2. Indledende blik på litteraturen inden for de fem temaer
3. Opstilling af relevante nøgleord (fortrinsvist på dansk) inden for de fem temaer
4. Søgning i relevante databaser og tidsskrifter med afsæt i nøgleord
5. Sortering i artikler
6. Kondensering af indsigter fra artikler med henblik på inddragelse i notatet

Da forskningen om unge udvikler sig løbende, er der foretaget en tidsmæssig afgrænsning af litteraturen. Som udgangspunkt er der kun medtaget bidrag fra 2012 og frem. I de tilfælde, der måtte være divergerende tal eller fund i forskningen, er det prioriteret, at de nyeste resultater har fået forrang før ældre resultater. I identifikationen af litteratur er bidrag med et lille empirisk datagrundlag ikke blevet inkluderet i notatet.

Konkret er en søgning med relevante nøgleord foretaget via Google, Google Scholar, Aarhus University Library, REX (Det Kgl. Bibliotek) og tidsskrift.dk. Resultaterne fra søgningen er efterfølgende blevet suppleret med en gennemgang af forskningsbidrag i tidsperioden fra CeFU, Børnerådet, Rockwool Fondens Forskningscenter samt VIVE.

## **FOKUSGRUPPE- OG ENKELTINTERVIEW**

Som andet trin i undersøgelsen foretog DUF en række fokusgruppeinterview med unge fra medlemsorganisationerne. Formålet med interviewene var at give indblik i, hvordan unge oplever at være ung i dagens Danmark og derved give et indblik i unges mange forskellige livsverdener. For at give bredde i casene og i empirien valgte DUF at supplere fokusinterviewene med enkeltinterview. DUF anvender derfor to forskellige interview- og rekrutteringsmetoder: hhv. enkeltinterview med udvalgte cases samt fokusgruppeinterview med unge fra DUFs medlemsorganisationer. De to forskellige metoder er anvendt for at afdække bredde i den danske ungdom, men også for at få indblik i, om der er markante forskelle på medlemmerne i DUF og andre unge.

### *Fokusgruppeinterviews*

Fokusgruppeinterview med unge fra medlemsorganisationerne blev valgt både for at give DUF bedre indsigt i de over 600.000 unge, der er medlem af DUF, mens også fordi det var naturligt at anvende vores adgang til en stor del af den danske ungdom. Fokusgruppeinterviewene blev gennemført via tre dialogmøder i Aalborg, Aarhus og København. Til interviewene har der deltaget mellem 6 og 23 interviewpersoner. Til interviewene var 47 unge fra 17 af DUFs medlemsorganisationer repræsenteret<sup>1</sup>, og derudover deltog unge fra to andre ungdomsorganisationer<sup>2</sup>. Rekrutteringen af interviewpersoner skete via invitationer til medlemsorganisationers landsorganisationer såvel som lokalafdelinger.

Fokusgruppeinterviewene blev faciliteret gennem to øvelser – en brainstormøvelse og en prioriteringsøvelse, hvor interviewpersonerne skulle tale sammen om emnet i grupper. Interviewpersonerne lavede først en brainstormøvelse, hvor de i aldersinddelte grupper skulle nedskrive alle de udfordringer, de kunne komme i tanke om under temaet: Unges Udfordringer 2019. Resultaterne fra brainstormøvelsen skulle efterfølgende anvendes af interviewpersonerne i en prioriteringsøvelse. Her skulle de først individuelt udvælge fem udfordringer, de mente var de største blandt unge. De udvalgte udfordringer skulle herefter fremlægges i grupperne, hvor de i fællesskab skulle blive enige om fem udfordringer i prioriteret rækkefølge. Interviewpersonerne har således både individuelt og i grupper skullet reflektere, prioritere og diskutere unges udfordringer anno 2019. I analysen er selve det skriftlige materiale fra interviewene anvendt samt det skriftlige referat, der blev taget under fokusgruppeinterviewene. Fokusgruppeinterviewene er blevet foretaget af DUFs sekretariat.

---

<sup>1</sup> Danske Gymnasieelevers Sammenslutning, Landssammenslutningen af Handelsskoleelever, Studenterforum UC, KFUM og KFUK, FDF, Socialistisk Folkepartis Ungdom, Red Barnet Ungdom, Erhvervsskolernes Elevorganisation, Europæisk Ungdom, Danske Studerendes Fællesråd, Danmarks Socialdemokratiske Ungdom, Danske Skoleelever, Frit Forum, Dansk Flygtningehjælps Ungdom, Netværket af Ungeråd, Ungdomsringen og IMCC

<sup>2</sup> Alternativets Unge og MOOT

### *Enkeltinterviews*

Da unge fra DUFs medlemsorganisationer ikke kan siges at afdække hele den danske ungdom, suppleredes fokusgruppeinterviewene med enkeltinterview. Formålet med enkeltinterviewene var således at give indsigt i en anden gruppe af unges livsverden end de foreningsaktive DUF-medlemmer i fokusgruppeinterviewene. Der er derfor i udvælgelsen af unge blevet fokuseret på at finde en type af unge, der sjældent høres i den offentlige debat, og som adskiller sig fra det klassiske DUF-medlem. På den baggrund udvalgte cases ud fra følgende grupper:

- To unge: Unge på eller med kort videregående uddannelse
- To unge: Unge kontanthjælpsmodtagere
- To unge: Unge flygtninge
- To unge: Unge på produktionsskole
- En ung: Ung på eller med en erhvervsuddannelse
- To unge: Unge uden erhvervskompetencegivende uddannelse, men i arbejde

Enkeltinterviewene er foretaget af konsulentbureauet Pluss, der på baggrund af DUFs afgrænsning af relevante grupper har rekrutteret unge fra forskellige dele af landet. Med hver af de unge er der blevet foretaget et dybdegående interview af maksimalt én times varighed. Fokus i interviewene har været at belyse de unges egne fortællinger, holdninger og syn på det gode ungdomsliv og dets forhindringer. Alle interviews er blevet lydoptaget, og på baggrund af dette anvendes de unges udsagn og citater i analysen. De unge udgør ikke et statistisk repræsentativt udsnit af unge i Danmark, men deres stemmer er et udtryk for grupper af unge, der ellers ikke opnår megen opmærksomhed i den offentlige debat.

### **SPØRGESKEMA**

Som tredje trin blev der foretaget en spørgeskemaundersøgelse blandt et repræsentativt udsnit af danske unge. Formålet med spørgeskemaundersøgelsen har været at afdække unges holdninger til, hvad det gode ungdomsliv er. Spørgeskemaet er blevet besvaret af 1500 unge, der tilsammen udgør et repræsentativt udsnit af danske unge i forhold til køn, alder, geografi og uddannelsesniveau. Selve dataindsamlingen er foretaget af Epinion i marts 2019 via internetpanel og telefoninterview.

Processen med at udarbejde spørgeskemaet har taget udgangspunkt i kortlægningen af eksisterende forskning og fokusgruppeinterviewene med unge fra DUFs medlemsorganisationerne. Fundene i kortlægningen og fokusgruppeinterviewene har derved været afgørende for fokuset og udformningen af spørgeskemaet. I selve analysen er der kun blevet inddraget resultater, der er signifikante på 0,05 niveau. Der er i udvælgelsen af, hvilke statistiske resultater der har skulle fremhæves i analysen, blevet lagt vægt på følgende: For det første at besvarelsen gælder for en markant andel af de unge og derved er noget, som har betydning for en stor del af ungdommen. For det andet at resultaterne understøttes af de unges egne oplevelser i interviewene. For det tredje, men dog i mindre grad, at resultaterne kan relateres til tidligere forskningsresultater på området. Bearbejdelsen af det statistiske materiale er blevet udført af DUFs sekretariat.



# REFERENCER

1. Børnerådet (2018). *Analyse fra Børnerådet: Pres på Ungdomslivet*. BØRNEINDBLIK, vol. 5(1).
2. Danmarks Statistik (2019). *Bruttoledigheden også uændret i marts*. Danmarks Statistik. Indhentet maj 2019 på <https://www.dst.dk/Site/Dst/Udgivelser/nyt/GetPdf.aspx?cid=27521>
3. Kudahl, Søren (2013). *Ledige bliver mere syge, jo længere de er ledige*. Kommunernes Landsforening. Indhentet februar 2019 på <https://www.kl.dk/nyhed/2013/marts/ledige-bliver-mere-syge-jo-laengere-de-er-ledige/>
4. Ottosen, Mai Heide, Andreasen, Asger Graa, Dahl, Karen Magrethe, Hestbæk, Anne-Dorthe, Lausten, Mette og Rayce, Signe Boe (2018). *Børn og Unge i Danmark. Velfærd og Trivsel 2018*. København: VIVE – Det Nationale Forsknings- og Analysecenter for Velfærd.
5. Pultz, Sabina (2016). *Governing homo economicus: risk management among young unemployed people in the Danish welfare state*. Health, Risk & Society, 18(3-4).
6. Pultz, Sabina (2018). *Imagining a better future: Young unemployed people and the polyphonic choir*. Culture & Psychology 24 (1).
7. Psykiatrifonden (2017). *...Hvis jeg bare tager mig sammen. En undersøgelse af selvværd og oplevelse af pres blandt 16-24 årige*. København: Psykiatrifonden.
8. Scottish Government (2015). *Consequences, risk factors and geography of young people not in education, employment or training (NEET) – Research Findings*. Scottish Government. Indhentet februar 2019 på <https://www.gov.scot/publications/consequences-risk-factors-geography-young-people-education-employment-training-neet-research-findings/pages/1/>
9. Sundhedsstyrelsen (2017). *Danskernes Sundhed. Den Nationale Sundhedsprofil 2017*. København: Sundhedsstyrelsen.

## **#DetGodeUngdomsliv - en analyse af unges bekymringer, forventninger og trivsel**

Udgivet juni 2019 af DUF, 1. udgave

Teksten kan frit citeret og kopieres efter aftale og med angivelse af kilde.

Ansvarshavende redaktør: Majbritt Bæk Dalgaard

Redaktion: Daniel Honoré Jensen, Jakob Esmann, Jakob Kaastrup Sørensen og Merle Singer-Lippert

Støttet af Tuborgfondet

Samarbejdspartnere - Epinion og Pluss

Grafisk tilrettelægning: Grafikiliokus.net / Anne-Mette Thomsen

Foto: Christian Liljendahl, Andreas Omvik og Morten Rode

Tryk: Christensen Grafisk, København



DUF er en service- og interesseorganisation for landsdækkende børne- og ungdomsorganisationer.  
DUF fremmer unges deltagelse i foreningslivet og demokratiet.



Dansk Ungdoms Fællesråd  
Scherfigsvej 5  
2100 København Ø

Tlf. +45 39 29 88 88  
[duf@duf.dk](mailto:duf@duf.dk)