**Uddannelse og ubehag hænger sammen. Det skal de unge lære at leve med**

***Diskussionen om unges mistrivsel tager afsæt i et urealistisk ideal om et lykkeligt, smertefrit velbefindende. Men læringsprocesser er smertefulde, og de unge vil trives bedre, hvis vi siger klart, at uddannelse koster en vis følelse af inkompetence og ubehag, skriver leder af DPU, Claus Holm, i dette debatindlæg***

Information, 23. november 2019

Danske unge mistrives. Det er den korte konklusion på mange af tidens artikler, rapporter og undersøgelser om unge mennesker.

Danske studerende føler sig ofte frustrerede, nervøse og flove over ikke at kunne følge med på uddannelsen, lød konklusionen [på Danmarks Evalueringsinstituts (EVA) nye undersøgelse](https://www.eva.dk/videregaaende-uddannelse/studierelaterede-foelelser-paa-videregaaende-uddannelser). Og mistrivslen er alvorlig, lød det fra Mathias Tolstrup Wester, der har stået for undersøgelsen, da han udtalte sig i [’21 søndag’ den 3. november](https://www.dr.dk/drtv/se/21-soendag_146549).

Jeg anfægter ikke, at undersøgelsen er lavet ordentligt. Men jeg anfægter, hvad man spørger om, og jeg anfægter konklusionen, at danske studerende er i stor mistrivsel. Jeg vil også stille mig kritisk over for samfundets måde at tackle den mere generelle mistrivselsdagsorden på.

**Fjern ikke presset**

At et voksende mindretal af unge føler sig tiltagende pressede er rigtigt. Perfekthedsidealer, skolepres, onlinepres, arbejdsmarkedspres, forventningspres fra sig selv og så videre. Ja, pres, pres og atter pres kan få selv den mest renskurede *hardworker* til at gispe efter vejret.

Men vi – samfundet, pædagoger, psykologer og eksperter – fejler i vores reaktion.

Når de studerende siger »jeg føler, at jeg ikke trives«, lyder standardsvaret, at »så er der nok noget galt, og vi må hellere hjælpe dig ved at løfte det urimelige pres af dine skuldre«. Men måske er der en anden og bedre vej.

Vi burde i stedet svare:

»Det kan jeg godt forstå. Men det er nok svært at komme udenom. Jeg kan i et vist omfang hjælpe dig med nogle måder at håndtere det på, så du bedre kan klare de udfordringer, du møder. Men slås med stoffet alene, det skal du også.«

Vi skal altså udvikle et passende højt pædagogisk pres fremfor helt at tage forventningspresset af børn og unge. Det handler om at finde en balance. Høje forventninger i de rette doser fremmer trivsel og livsduelighed. Beskyttelse mod pres kan få den modsatte effekt.

Men aktuelt er risikoen faktisk, at vi på et bagtæppe af begrundet bekymring for det voksende mindretal med stærke mistrivselsproblemer ender i en ubalance til fordel for en forestilling om, at studerende skal være fri for frustration, flovhed og nervøsitet. Det går ikke. Det er en utopi. Og det virker ovenikøbet ikke, hvis målet er dygtige studerende. I undervisningssektoren er trivselsidealet nærmest umuligt at opnå.

**Ubehag gavner indlæring**

Uddannelse og ubehag hænger sammen. Det konkluderer blandt andet Avi Mintz [i sin afhandling fra](https://www.semanticscholar.org/paper/The-Labor-of-Learning%3A-A-Study-of-the-Role-of-Pain-Mintz/919570567959c007e3a7a85e71a66d7fcc999886) Colombia University fra 2008, *The labor of learning. A study of the role of pain in Education.*

Han konkluderer også, at vanskeligheder ved at studere bliver set som en afvigelse og en trussel. Og så konstaterer han, at det handler om balance. Det er en lige så stor misforståelse at tro, at det at studere er den rene nydelse, som at tro at uddannelse kun skal være smertefuldt.

Det at overvinde vanskeligheder er en værdig forudsætning for læring og uddannelse. Passende vanskeligheder forstås. For store forventninger kan trykke os baglæns – men det kan ingen eller for små forventninger faktisk også.

Vi ved faktisk, at de studerende, som på forhånd forventer at møde vanskeligheder, har tendens til at klare studielivet bedre. Vi ved også, at fokus på anstrengelse i stedet for evner betyder meget for studiedueligheden.

Ikke alle matematikopgaver lader sig løse på fem minutter. Eleven skal kunne befinde sig i den anstrengende problemløsningssituation i længere tid. Og det skal både undervisere og studerende lære at leve med. Det er en af konklusionerne inden for forskning i matematikundervisning med fokus på at udvikle problemløsningskompetencen.

Uddannelsessystemet kan og skal konfrontere de studerende med deres begrænsninger i tænkning, viden og evner – og skabe et miljø, hvor de får erfaring med at være perplekse, forvirrede og frustrerede.

For man lærer først, når man opdager sine egne begrænsninger og søger nye måder at håndtere den negative erfaring på. Læringsprocesser er med andre ord smertefulde, fordi de synliggør det, man ikke ved eller tager fejl af.

Der er forskning, som viser, at flittige og vedholdende elever både fortæller om stærk interesse og engagement i deres arbejde, men også om ængstelse. Stærk interesse behøves altså ikke følges af høj trivsel.

Ikke nok med det, så fremmer et vist ubehag faktisk indlæringen.

Forskningen viser også, at et vist niveau af ængstelse kan støtte en vedholdende og forbedret præstation. Negative følelser kan fremme en mere analytisk, konkret og akkommoderende indsats.

Den viden skal vi bruge flere kræfter på at dele med de studerende.

Tænk, hvis de studerende på forhånd ved, at tre eller fem år på universitetet ud over glæde også koster frustrationer, en vis følelse af inkompetence og rådvildhed. I perioder sågar skrive-, læse- og tænkeensomhed.

**Fra trivsel til livsduelighed**

Hvis de studerende ved, hvad de går ind til, vil færre måske give udtryk for stress og mistrivsel, fordi de ville vide, at det var en del af pakken og noget forbigående.

Måske ville vi også holde op med at gennemføre undersøgelser, der ikke respekterer balancen mellem glæde og smerte i studielivet.

(…)

Helt grundlæggende skal vi gentænke trivselsbegrebet, også i studiesammenhæng, til i større omfang at fokusere på livs- og studieduelighed.

Trivsel tager for ofte afsæt i en forestilling om et lykkeligt, smertefrit velbefindende, som kan være urealistisk at leve op til. Det ideal vil næsten med sikkerhed føre til nederlag på samme måde, som at tidens udbredte perfektionspres – hvad end det er selvpålagt eller fra samfund, familie og venner – kan føre til alt for voldsomme nederlagsfølelser, når det perfekte selvfølgelig ikke opnås eller kan opretholdes. Det bliver til perfektionsskam og mistrivsel.

Livs- og studieduelighed har derimod ikke som ideal, at man er i nærheden af at være perfekt eller lykkelig hele tiden. Snarere er udgangspunktet en forestilling om – for nu at bruge en golfmetafor – at reducere sit handicap, selv om man ikke fjerner det. Overført til studielivet, så handler det om, at man ikke altid kan følge med i alt, men alligevel følger stadigt bedre med. Ethvert barn, ung eller studerende har således ’handicap’, der kan forbedres.

Det handler om ikke at idealisere det gode, det perfekte eller det lykkelige, og i stedet love sig selv og hinanden at arbejde på at blive bedre.

*Claus Holm er leder af DPU – Danmarks Pædagogiske Universitetsskole ved Aarhus Universitet*