

## Vejledning om sabbatår i et præstationssamfund

### Indhold

|  |    |
|--|----|
| Indledning og problemformulering .....               | 2  |
| Problemformulering: .....                            | 2  |
| Afgrænsning, metode og empiri.....                   | 3  |
| Unges trivsel .....                                  | 3  |
| Annas trivsel .....                                  | 5  |
| Om begreber og retorik.....                          | 6  |
| Præstationssamfundet i dag.....                      | 7  |
| Begrebsafklaring.....                                | 7  |
| Zygmunt Bauman og det senmoderne samfund.....        | 7  |
| Ove Kaj Petersen og konkurrencestaten .....          | 8  |
| Præstationssamfundets karakteristika.....            | 8  |
| Politiske tiltag .....                               | 9  |
| Delkonklusion: Præstationssamfundet og unge.....     | 10 |
| Etiske dilemmaer i vejledning om sabbatår .....      | 11 |
| Refleksioner om etik og ansvar som vejleder.....     | 11 |
| Aadland og værdihierakiet .....                      | 13 |
| Sabbatårets muligheder og usikkerheder .....         | 14 |
| Hvem holder sabbatår? .....                          | 14 |
| Grundene til at holde sabbatår?.....                 | 15 |
| Primære fokuspunkter ved vejledning om sabbatår..... | 15 |
| Krumboltz .....                                      | 16 |
| Positive uncertainty.....                            | 17 |
| Analyse .....  | 19 |
| Tilfældighedens kraft – og faldgruber .....          | 19 |
| To eksempler på vejledning om sabbatår: .....        | 20 |
| Livsvalg.....  | 20 |
| Vejledning om sabbatår.....                          | 21 |
| Anerkendelse.....                                    | 21 |
| Italesætte muligheder og tilfældigheder.....         | 21 |
| Planlægning .....                                    | 22 |
| Konklusion .....                                     | 22 |
| Perspektivering.....                                 | 23 |

## Indledning og problemformulering

Jeg bruger en stor del af min arbejdstid i eVejledning<sup>1</sup> på at tale med unge om deres næste uddannelsesmæssige skridt i livet. Og om hvor stor en del af deres tankevirksomhed de bruger på at finde den perfekte uddannelse, som vil passe dem i nuet, men også passe til deres fremtid. En ambitiøs plan om at træffe den helt rigtige beslutning som på flere planer kan virke helt urealistisk at opfylde til perfektion.

Det er komplekst at vejlede unge om uddannelsesvalg. Der er så mange faktorer, der spiller ind. Lige fra den unges selvopfattelse, samfundets forventninger samt hvad der realistisk set kan lade sig gøre. Jeg vil tillade mig at påstå at vejledning om sabbatår er en endnu mere kompleks størrelse. Valget af sabbatår går ind og rækker ved de store spørgsmål i livet. I et ungt liv som endnu ikke har nået at sætte sig. Dvs. at faktorer som livsværdier, selvforståelse, modenhed, mod, kommende uddannelsesvalg, selvindsigt og udefrakommende påvirkninger alle har indflydelse på valget om sabbatår.

Netop på grund af alle de interne og udefrakommende elementer kan det som vejleder være vanskeligt at vide, hvordan man skal gribe en vejledning om sabbatår an. Man står med et ungt menneske, der er i færd med at danne sig sine egne erfaringer med livet. Og har behov for at stå ved sine egne beslutninger. Så hvor langt kan man gå? Og hvilken fremgangsmåde er den mest hensigtsmæssige?

### Problemformulering:

Hvordan kan man som vejleder bedst muligt vejlede unge om sabbatår – og hvilke elementer er det gunstigt at være opmærksom på?

Dette vil jeg gøre ud fra følgende underspørgsmål:

1. Hvilken indflydelse kan præstationssamfundet have på unges valgproces om uddannelse?
2. Hvilke etiske refleksioner kan være nyttige at være opmærksom på i en vejledning om sabbatår?
3. Hvordan får man unge til at omfavne usikkerheden og se mulighederne i et sabbatår?

---

<sup>1</sup> eVejledning tilbyder digital, anonym vejledning om uddannelse til alle målgrupper i Danmark. Vi har ca. 80.000 henvendelser om året. <https://www.ug.dk/evejledning/om-evejledning/praesentation-af-evejledning>

## Afgrænsning, metode og empiri

Som nævnt i indledningen mener jeg, at selve valget om sabbatår og dens indhold er en kompleks størrelse med mange elementer indeholdt. Jeg vil derfor anlægge et holistisk perspektiv for at belyse disse elementer – og inddrage både den generelle mentale sundhedstilstand for unge i dag, strukturelle forhold som præstationssamfundet og herefter inddrage vejledningsfaglige problematikker. Rækkefølgen af emner i opgaven vil være bestemt ud fra en tese om, at de unges aktuelle (mentale) situation og position i det aktuelle samfund skal afdækkes før man kan inddrage decideret vejledning ind i ligningen.

Jeg vil gøre det således: Projektet indledes med at inddrage den seneste trivselsundersøgelse fra Sundhedsstyrelsen; *Den nationale sundhedsprofil 2021*, der viser at unges mentale helbred er for nedadgående på stort set alle parametre. Jeg vil herefter definere og forklare begrebet præstationssamfund og diskutere hvordan disse strukturer kan påvirke unge i dag. Dette vil jeg gøre ved at inddrage relevant teori af Baumann og Petersen. Jeg vil ydermere inddrage ekstern empiri i form af en gennemgang af de mest prominente reformer på uddannelsesområdet de seneste år.

Derefter vil jeg bevæge mig over i det vejledningsfaglige aspekt ved at afklare og behandle de etiske dilemmaer, jeg som vejleder kan befinde mig i når jeg vejleder om sabbatår. Inddragelse af relevant teori af Asland og Aaland vil bidrage til en forståelse af disse dilemmaer og hermed en mere kvalificeret vejledning.

Slutteligt vil jeg kaste mere specifikt fokus på den specielle proces det er at træffe valg om sabbatår i et samfund, der har konstant fokus på fremdrift. En diskussion om præstationssamfundets behov kontra det enkelte menneskes behov. Og hvordan man i en vejledning kan inddrage en retorik om at fokusere på vejen og de tilfældigheder der dukker op undervejs, og ikke så meget på slutmålet. Dette vil jeg gøre ved at inddrage teori og begreber fra primært Krumboltz, H.P. Gelatt og Schnieber.

## Unge trivsel

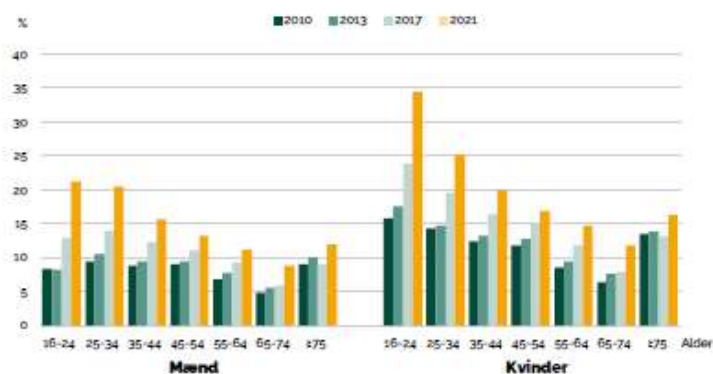
Vi hører om det igen og igen. De unges mentale helbred er under pres. Senest blev det på ny dokumenteret af Den Nationale Sundhedsprofil 2021. Den udkom senest i 2017 og den gang fik de unges dårlige trivsel også relativt stor opmærksomhed. Siden 2017 er det dog blot gået endnu mere ned af bakke og tallene for 2021 taler deres eget sprog:<sup>2</sup>

---

<sup>2</sup> Det er værd at nævne at disse tal naturligvis er fremkommet under en periode, der har været præget af nedlukninger i samfundet pga. coronapandemien. Der er dog intet, der tyder på at det er hele forklaringen og at trivslen blandt unge mirakuløst ændrer sig til det bedre igen herefter. Man kan ej heller tilskrive hele forklaringen præstationssamfundet og sociale medier.

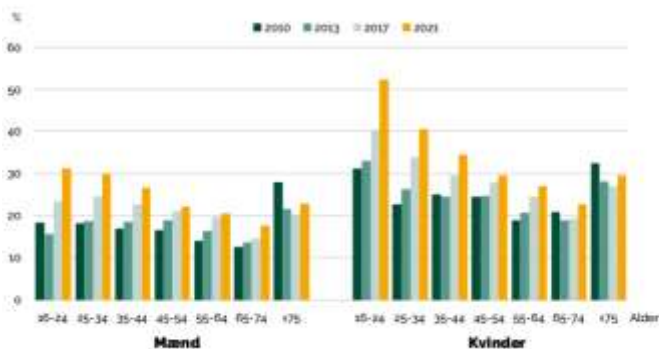
Hver tredje unge kvinde og hver femte unge mand mellem 16-24 år rapporterer om dårligt mentalt helbred. Det er denne befolkningsgruppe, der har oplevet den største stigning i andelen af lav score på den mentale helbredsskala. Og særligt for kvinderne mellem 16-24 år kan man se at andelen med lav score på skalaen er steget med 18,5 procentpoint fra 2010 – 2021, heraf med 10,6 procentpoint alene mellem 2017 og 2021. (Sundhedsprofilen, 2022, side 30, 32)

Figur C: Andel, der har en lav score på den mentale helbredsskala, blandt mænd og kvinder i forskellige aldersgrupper 2010, 2013, 2017 og 2021. Procent.



Kilde: National Sundhedsprofil 2021 (figur 2.2.3)

Figur 2.3.1 Andel, der har en høj score på stressskalaen, blandt mænd og kvinder i forskellige aldersgrupper: 2010, 2013, 2017 og 2021. Procent.



I perioden fra 2010 til 2021 er der samlet set sket en stigning på 8,3 procentpoint i andelen med en høj score på stressskalaen, fra 20,8 % til 29,1 %. Ligesom ved den mentale helbredsskala er det kvinderne mellem 16-24 år, der har den højeste score – og som har oplevet den største stigning i andelen der scorer højt på stressskalaen. (Sundhedsprofilen, 2022, side 40, 41)

Enhedschef for Sundhedsstyrelsen Niels Sandø kommenterer således på undersøgelsens resultater for unges trivsel:

*”Vi kan se, at særligt unge har en dårlig mental sundhed, og at den bliver dårligere for hver gang, vi har gennemført undersøgelsen. Det er stærkt bekymrende. Det er noget, som har konsekvenser for deres livskvalitet, og som kan medføre både fysisk og psykisk sygdom. Vi bliver simpelthen nødt til at gøre noget for at styrke unges mentale sundhed og trivsel. Desværre er der ingen lette løsninger, men vi må tage et langt sejt træk for at ændre det,” (...)* (<https://www.sst.dk/da/Nyheder/2022/Det-gaar-den-forkerte-vej-med-unges-sundhed>)

Denne opgave kan naturligvis ikke komme med en fyldestgørende redegørelse for hvilke faktorer, der samlet spiller ind i denne negative udvikling for unges mentale trivsel. Den kan ej heller komme med en liste over de ting, der fylder mest for de unge. Mental trivsel er i høj grad en individuel sag og der kan ikke sættes en formel på hvad der fylder for alle – og hvordan problemet løses for alle. Dog vil jeg gerne inddrage nogle praksiseksempler fra unge, der forhåbentligt kan bidrage til en lidt bedre forståelse af, hvorfor mistrivsel er så udbredt.

### **Annas trivsel**

I podcasten *Sundhedens time* på P1 fra den 14.10 2022 er bl.a. Anna Børsen, en 23 årig studerende på RUC inde for at sætte ord på nogle af de ting, der fylder i hendes ungdomsliv. Hun nævner netop også det individuelle aspekt – og at årsagerne til mental mistrivsel kan være endog meget komplekse. I hendes tilfælde startede den nedsatte trivsel i 14-15 års alderen og er fortsat indtil i dag. Jeg vil gerne fremhæve nogle citater fra hende for at bidrage til diskussionen med nogle praksiseksempler:

*”Det startede da jeg var 15 år. Var hele tiden meget i tvivl om mine roller. Hvordan jeg så ud. Om mine venner og familie kunne lide mig. Jeg havde en enorm bevidsthed om hvordan andre så mig.”*

*”Presset fylder meget. Og jeg føler det hele tiden. Men hvor det kommer fra er sværere. Der er så mange ting, man skal leve op til. Venner, familie, krop, tøj, uddannelse. Jeg vil gerne præstere. (...) Jeg vil gerne præstere over for mig selv. Og over for andre. Staten siger hele tiden: Vi skal hurtigt videre. Vi skal hurtigt frem.”*

*”Sociale medier har helt sikkert spillet ind i min angst. For sociale medier betyder at jeg ikke sammenligner mig med dem fra min klasse, men at jeg kan hver dag gå og sammenligne mig med en topmodel fra USA.*

(....) Det at gå hver dag og spejle sig i de klogeste af de klogeste – og de bedste af de bedste, gør en kæmpe forskel” (Sundhedens time: *Anna og flere unge har det skidt*. Fredag den 14.10 2022)

Vi begynder allerede at fornemme kompleksiteten i denne diskussion. I disse få citater har vi både internt og eksternt pres. Og vi har det på både faktorer der er forholdsvist nemt målbare, fx hvor hurtigt man kommer i gang med – eller færdiggør – en uddannelse. Og vi kan se det interne pres i fx at leve op til en bestemt rolle i forhold til fx venner. Dvs. noget svært definerbart som man hurtigt kan fortabe sig i – og ikke rigtigt føle man kommer nogen vegne. Og det eksterne pres der kan komme i form af uddannelse og/eller sociale medier.

### **Om begreber og retorik**

Oven i dette støder vi også på en del forskellige begreber og forskelligartet retorik, hvor man virkelig skal holde tungen lige i munden. Og dette ikke blot i en podcast om unges trivsel, men i hele medie billedet – og diskussionen om mentalt helbred generelt. Disse begreber kan være: Depression, angst, stress, ensomhed, at føle sig fortvivlet, ensom, forkert, etc. Nogle af disse begreber er decideret diagnoser, der stilles af fagprofessionelle. (Og man kan som ung og ramt af stress ikke altid finde det rette ord for den mistrivsel, man befinder sig i.) Andre af disse begreber er følelser som for mange hænger uløseligt sammen med et ungdomsliv med en grundusikkerhed og en søgen efter identitet.

Jeg skelner ikke specifikt mellem disse begreber, men anerkender dem alle som en fællesnævner for et sprog om en mental mistrivsel, der bliver forsøgt beskrevet.

Derudover er det tydeligt at retorikken om unges trivsel også har ændret sig gennem årene.

Anders Petersen nævner i sin bog ”Præstationssamfundet” at depressionslidelsens nutidige indhold er svært at finde. Både fordi lidelsen er kompleks, men også fordi det er en levende størrelse, der udvikler sig løbende:

” Der synes faktisk at være gået inflation i antallet af depressionstyper. Vi hører fx om begreber som vinterdepression, fødselsdepression, agiteret depression, maskeret depression, dobbelt depression, mandlig depression, præmenstruel depression og tilmed atypisk depression.” (Petersen, 2016, s. 26) Det er altså ikke let at indkredse en diagnoses beskaffenhed og samtidig er det også væsentligt at se den i sammenhæng med samfundet omkring.

## Præstationssamfundet i dag

Som nævnt i afsnittet herover er der både interne og eksterne faktorer der kan spille ind i unges nedsatte mentale trivsel. For at kunne sætte sig ind i de udfordringer unge kan møde i deres liv generelt samt valg om uddannelse og sabbatår, er det væsentligt at sætte sig ind i de strukturelle forhold i samfundet og den didaktik der omslutter de unge.

### Begrebsafklaring

"Konkurrencestat, præstationssamfund, forbrugersamfund, perfektionskultur, 12-tals piger", etc. Der flourer mange begreber, der kan bruges til at beskrive nogle af de mekanismer, som karakteriserer det senmoderne samfund. Indrømmet; begreber som fx "12-tals piger" eller det mere forældede "fjumreår" for at beskrive et sabbatår, er mere værdiladede begreber, der ofte gør sig godt i debatter eller indlæg i medier. Men det er dog alligevel begreber, der har en indflydelse på debatten, det politiske landskab – og ikke mindst de mennesker der står midt i det. I denne opgave bruges primært begrebet "præstationssamfund". Det er valgt ud fra et ønske om objektivitet og at undgå værdiladede – endog stigmatiserende – begreber som fx 12-tals piger. Præstationssamfundet kan defineres som en del af konkurrencestaten som igen er en del af det senmoderne samfund. Dette udfoldes herunder.

### Zygmunt Bauman og det senmoderne samfund

Bauman beskriver det senmoderne samfund, som starten på en særlig mentalitet og verdensforståelse. Han mener, dette indeholder en instrumentel rationalitet ift. at udrydde alt, der er anderledes, ift. de herskende normer (Jacobsen & Petersen, 2012 s. 109).

Til at beskrive mennesket i, hvad han kalder den flydende modernitet og, som i denne opgave vil være synonymt med det senmoderne samfund, bruger Bauman metaforen om nomaden, som ikke har en planlagt rejse og derfor må bevæge sig rundt på må og få. Nomaden vil kunne antage forskellige skikkelser, som på hver deres måde illustrerer individets kompleksitet og de forskellige livsvilkår, der kan være i spil (Jacobsen & Petersen, 2012, s. 111). Derudover mener han, at alle dele af et samfund lige fra politik, parforhold, identitet og normer er frigjorte fra traditionerne og uden et fast holdepunkt. De unge skal forvente at skulle skifte job og funktion mange gange i arbejdslivet, og derfor er det svært at fastholde en arbejdsidentitet. I stedet bliver det forbruget, som bliver en retningsgiver for selvforståelse og identitet. Dette betyder, at identitetsforståelsen er gået fra en mere traditionsbunden indikation på, hvem man er til et frit valg om at forbruge, dyrke og skabe den identitet, man ønsker samtidig med, at det, man måtte ønske at skabe, løbende er i forandring. Dette kan efterlade de unge med angsten for at vælge den forkerte uddannelse, fordi valget er mere end blot et valg af uddannelse, men bliver et symbol på hvilket liv de ønsker og hvem de gerne vil være.

Bauman mener at livslang læring er den eneste mulighed for at kunne agere i en foranderlig verden. De unge skal se uddannelse som en uafsluttet proces, og derudover er det vigtigt ikke at forpligte sig eller binde sig for nært til noget i livet. Slet ikke når det handler om uddannelse eller job. De unge skal agere som kamæleoner og kunne tilpasse sig til de ændrede samfund. Hvis de fejler, så er det kun dem selv, de kan bebrejde (Jacobsen & Petersen, 2012 s. 116).

## Ove Kaj Petersen og konkurrencestaten

Det samfundsvidenskabelige begreb konkurrencestaten blev introduceret af professor Ove Kaj Petersen omkring 2010, men har eksisteret længere. Overordnet kan man sige, at den klassiske velfærdsstat havde sit fokus på socialpolitik, mens der i konkurrencestaten, primært opereres ud fra et beskæftigelsespolitisk fokus (Illeris, 2014).

I velfærdsstaten var diskursen omkring et uddannelsesvalg i højere grad, at de unge skulle vælge uddannelse ud fra interesse, og ud fra ønsket om større social mobilitet. I konkurrencestaten, opfordres de unge til at tage en uddannelse, som matcher arbejdsmarkedet, og som underforstået sørger for, at der for staten er en økonomisk gevinst ved gratis uddannelse. Den optimale borger kan dermed betegnes som en *homo economicus* – et rationelt og økonomisk tænkende menneske (Pedersen, D. B, 2016).

Når de unge skal vælge uddannelse som borgere i konkurrencestaten, så vil disse perspektiver kunne præge dem. Når det er dyrt for samfundet, at unge tager to ungdomsuddannelser, så vil de opleve, at dette er en fejl, og hvis en uddannelse ikke umiddelbart har værdi for samfundsøkonomien, så kan den også blive vurderet som mindre værd i den brede befolkning. Dette vil samlet set påvirke de unges oplevelse af hvad, der kendetegner den rigtige uddannelse, samt hvordan en uddannelse skal gennemføres. Derudover har det også indflydelse på den forventning der er til den hastighed hvormed hele uddannelsesprocessen gennemføres, herunder valget af sabbatår.

## Præstationssamfundets karakteristika

For at vende tilbage til den førnævnte P1 podcast, hvor Anna fortæller om hele tiden at være bagud på livets essentielle parametre: Hartmut Rosa bliver ofte citeret for sit glimrende billede på det senmoderne præstationssamfund med metaforen om at vi hele tiden løber op ad rulletrapper, der samtidig hele tiden trækker os ned af. Og Rosa forklarer dette på baggrunden af tre ting, der alle handler om baggrundsstrukturerne:

”For det første er forventningerne til, hvad du kan, skal og bør nå, eksploderet. Hvad enten det gælder frivilligt arbejde, lektier, oplevelser eller for den sags skyld mindfulness. For det andet har vi indført måleparametre overalt, så du måler dig konstant i forhold til andre og til dig selv. Og for det tredje er det



blevet uklart, hvor målstregen er. Der er så at sige ikke et sikkert sted eller en rolle, hvor du kan regne med at kunne betragte dig selv som ankommet på din rette sikre hylde her i livet” (Politiken, 2022)

Rosa taler endvidere om den endeløse fokus på vækst siden midten af det 18. århundrede. Hvis man ikke følger med, ramler man ned: (...) ”den store strukturelle udfordring er, at hele vores samfundslogik også bygger på en forestilling om, at hvis vi ikke løber stærkere og stærkere, altså skaber mere og mere vækst, så trimler vi i afgrunden.” (Politiken, 2022)

### Politiske tiltag

Hvis vi retter fokus mod uddannelsessystemet – og herunder valg eller fravalg af sabbatår – er der lavet en række tiltag af skiftende regeringer de foregående år for at sikre at de unge kommer hurtigt (eller *hurtigere*) gennem deres uddannelse.

De væsentligste i denne sammenhæng er disse:

#### Bonusordning 2009:

Studerende må nu gange deres gennemsnit fra en ungdomsuddannelse med 1,08, hvis de søger ind på en videregående uddannelse senest to år efter, de har afsluttet eksamen.

Fremdriftsreformen 2013: For at tilskynde de studerende til at gennemføre deres studie hurtigere, bliver det nu blandt andet obligatorisk at være tilmeldt fag og prøver svarende til et fuldt studieår. Der bliver bl.a. indført krav om studieaktivitet for at få SU – og bonus for at gennemføre hurtigere end normeret.

Muligheden for at melde sig fra til enkelte prøver bliver afskaffet. Universiteterne får til opgave at nedbringe den gennemsnitlige studietid for en studerende med 4,3 måneder frem mod 2020. Reformen bliver tilrettet ift fx studieaktivitet i 2016 (Retsinformation, 2016)

#### Uddannelsesloftet indføres 2016:

Studerende, der har afsluttet en videregående uddannelse, kan som udgangspunkt ikke blive optaget på endnu en statsfinansieret videregående uddannelse på samme eller lavere niveau. Loven løsnes lidt op i 2017. I 2020 afskaffes begrænsning af dobbeltuddannelse og erstattes af kandidatreglen. (ug.dk, Optagelse på videregående uddannelser)

Der har altså især siden 2009 været fokus på at lovgive sig til et mere effektivt uddannelsessystem hvor de unge skal hurtigt igennem. Dog er konsekvenserne af disse reformer også blevet smerteligt tydelige i de seneste 5-7 år. Dette underbygges af de tal der vises fra Sundhedsprofilen på side 4.

Der har derfor været en bred politisk interesse i at tilbagerulle nogle af disse initiativer igen. Som eksempel kan nævnes at bonusordningen for hurtig studiestart blev fjernet med virkning fra 2020 med støtte fra alle partier i Folketinget. Som nævnt tidligere er unges mistrivsel ikke udelukkende relateret til uddannelse og/eller reformer. Men det har helt sikkert været en medvirkende faktor til den situation vi ser i dag.

### **Delkonklusion: Præstationssamfundet og unge**

Jeg har forsøgt i de ovenstående afsnit at give et billede af både individets følelse af internt pres – og de tanker der følger med. Men også et udsnit af de strukturelle konstruktioner der er skabt for at imødekomme de krav om vækst, der er i det senmoderne samfund.<sup>3</sup>

Den Nationale Sundhedsprofil 2021 viser en negativ udvikling i alle aspekter af unges mentale sundhed. Hver tredje unge kvinde og hver femte unge mand mellem 16-24 år rapporterer om dårligt mentalt helbred. Og særligt for kvinderne mellem 16-24 år kan man se at andelen med lav score på skalaen er steget med 18,5 procentpoint fra 2010 – 2021, heraf med 10,6 procentpoint alene mellem 2017 og 2021. (Sundhedsprofilen, 2022, side 30, 32)

Samtidig kan man holde det op mod de reformer der er vedtaget i selvsamme periode hvor nedgangen for alvor startede. Fællesnævneren for disse reformer har været at strømline systemet for de videregående uddannelser – og opnå en hurtigere gennemførelsetid for de studerende. De mest markante reformer har i den periode været bonusordning (2009), fremdriftsreform (2013) og uddannelsesloft (2016). Fælles for dem alle er at de er blevet ændret eller fjernet igen efterfølgende.

De strukturer i form af reformer – og den negative udvikling i unges mentalt helbred – som er vist i de foregående afsnit står op mod hinanden med stor tydelighed. Og på den måde er tal, statistik og undersøgelser taknemmelige i et bagudrettet perspektiv. Det er med andre ord altid lettere at se en sammenhæng mellem fx de nævnte reformer og unges mentale helbred i bakspejlet, men det er tydeligt at de krav, der er blevet strukturelt indført, har haft en indvirkning på unges trivsel. Kaj Ove Petersen forklarer hvordan konkurrencestatens mentalitet har medført at en uddannelse skal matche arbejdsmarkedet – og dermed udgøre en økonomisk gevinst for staten. Det er dermed blevet lettere at skelne mellem ”rigtige og forkerte” uddannelser. Baumann beskriver ligeledes, hvordan man ikke blot hurtigt skal kunne vælge en uddannelse og gennemføre den – men også efterfølgende have et arbejdsliv frigjort fra traditionerne og uden et fast holdepunkt. De unge skal forvente at skulle skifte job og funktion mange gange i arbejdslivet, og derfor er også det svært at fastholde en arbejdsidentitet.

---

<sup>3</sup> Med dette mener jeg også den lange række af folkeskolereformer, gymnasireformer, fremdriftsreformer og sundhedsreformer som der blevet sat i søen for at geare vores samfund til fremtiden.

Der er nu afdækket nogle historiske og aktuelle strukturelle forhold ift unge, trivsel og uddannelse. Dette er gjort for på bedst mulig vis at kunne gå videre til emnet om vejledning om sabbatår, som er et emne, der indeholder en række komplekse forhold. Naturligvis for den unge, men det kan også være komplekst for vejlederen.

## Etiske dilemmaer i vejledning om sabbatår

Som vejleder kommer man konstant ud i situationer, hvor man kan komme i tvivl om den professionelle rolle man har, kontra ens personlige holdning. Med andre ord kan man både føle sig udfordret på sin integritet og etik, når man har specifikke vejledninger. Jeg vil vove den påstand at det er gældende for alle vejledere, da der er forskellige interesser som ens arbejdsgiver repræsenterer – og som man på den måde skal varetage. Eksempler på dette kan være at vejlede på en videregående uddannelse – og have fokus på at fastholde den studerende, selvom vedkommende måske ikke trives særligt godt på studiet. Eller vejlede en voksen, der er sygemeldt til at tage en erhvervsuddannelse, hvor der er mangel på arbejdskraft. Selvom det måske ikke er den uddannelse, der passer personen bedst.

Jeg er ansat som embedsmand og er vejleder i Børne- og Undervisningsministeriet (BUVM) og skal i mit virke varetage statens interesser på uddannelsesområdet. Disse interesser er, kort fortalt, at få unge i gang med den rette uddannelse inden for den kortest mulige tidshorisont. Vi har ikke et officielt regelsæt om vejledning om sabbatår, men vi skal som vejledere ikke komme med uopfordret forslag til sabbatår til vejledningssøgende. Dette gør vi ikke, da der er mangel på uddannet arbejdskraft på det danske arbejdsmarked. Rent praktisk betyder dette, at vi naturligvis kan vejlede om sabbatår, men at det primært sker som et led i en vej til uddannelse. Typisk hvor vejledningssøgende skal supplere nogle fag eller indsamle forskellige typer erfaring som del af en ansøgning i kvote 2. Jeg skal altså anerkende behovet for sabbatår, når det har en konkret og målbar funktion. Det bliver straks mere kompliceret, når en vejledning om sabbatår drejer sig mere om generel eller mental trivsel end om at supplere matematik på A niveau.

## Refleksioner om etik og ansvar som vejleder

I tidligere afsnit præsenterede jeg reformer der skulle få unge hurtigere igennem uddannelsessystemet. Og tal for unges mental trivsel der målt i samme periode viste en nedadgående tendens, der desværre blot er fortsat og forstærket i de senere år. Hvis jeg som vejleder sidder den sammenhæng overhørig, er det det samme som at som at fornægte virkeligheden. Eller lave en konstrueret virkelighed som Dag Asland beskriver det, når man ikke har modet til at påtale og handle på de etiske dilemma, der opstår mellem system og menneske (Eide m.fl., 2016, side 162.) Man vil således flygte fra sit ansvar som vejleder ved at fokusere på systemer og Asland stiller selv spørgsmålet om vi ”fæster al for stor lid til ideernes realitet og i

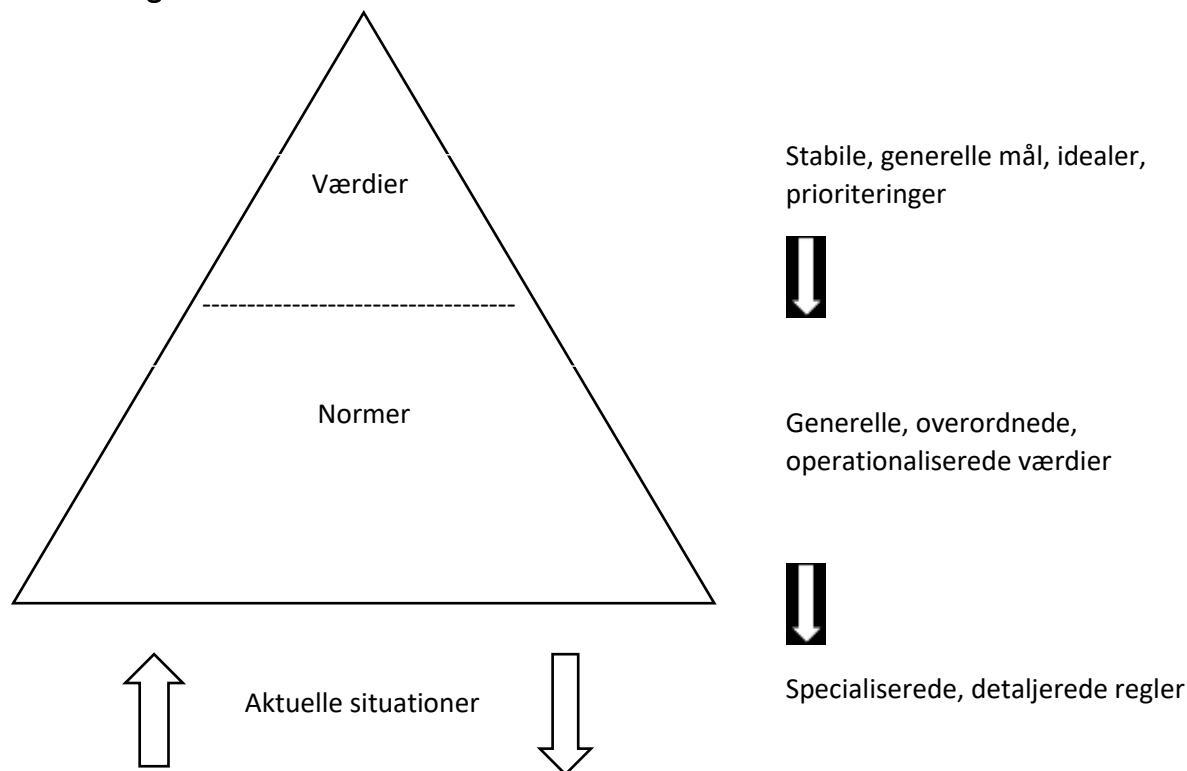
alt for høj grad tiltrækkes af systemerne og teorierne, der kommer til at fremstå som en parallel virkelighed på bekostning af det konkrete, fysiske nærvær og dets etik?" (Ibid, side 165) Jeg synes dette citat rammer perfekt ind i det som er skitseret tidligere i opgaven. Reformen der er indført – og præsenteret som løsninger – viser sig snarere at være en del af problemet. De bliver tilrettet eller fjernet, men skaden er sket. Jeg advokerer ikke for at alle reformer eller metoder skal stå tilbage for den umiddelbare etik. Men man bliver nødt til at fastholde bevidstheden om at system og menneske ikke er det samme. Og dermed også bevare en kritisk tænkning ift de strukturelle ændringer, der vedtages.

Det etiske dilemma opstår når man oplever ansvaret for den anden, samtidig med at man også føler et ansvar for *flere andre*, dvs for den sociale virkelighed. (Ibid, side 167.) Og det kan jo for en vejleder være en skole, et jobcenter eller i mit tilfælde den grundlæggende uddannelsespolitik i Danmark.

Alene bevidstheden om det ansvar man har som vejleder – og bevidstheden om at det er muligt at lave en konstrueret virkelighed for at flygte fra dette ansvar – bidrager betragteligt til etiske refleksioner om vejledning af sabbatår. Jeg vil i dette afsnit ikke komme med konkrete eksempler på etiske problemstillinger, men lade det indgå i det kommende afsnit, der specifikt omhandler sabbatår.

Dog synes jeg det er relevant at kigge nærmere på det personlige værdisæt som man har som vejleder. En vejledning er et møde mellem (minimum) to mennesker og man bruger sig selv, sin person, sin faglighed, men også sine erfaringer i en vejledning.

## Aadland og værdihierakiet



Einar Aadland har udarbejdet denne model for at illustrere den struktur der ligger til grund for vores holdninger og handlinger. Der gælder samme struktur for alle, men indholdet varierer fra person til person. (Aadland, E. ,2016, side 176) Der hviler derfor den pågældende vejleder et ansvar for selv at udfylde pyramiden med de værdier og normer, den pågældende har erkendt. Det kræver med andre ord en afklaring af hvilket grundlag man handler ud fra. Ellers vil ens vejledningspraksis blive tilfældig. I det konkrete tilfælde om sabbatår, må man gøre sig selv klart om man er af den overbevisning at en vej til uddannelse er en overvejende lineær størrelse – eller om de normer som de nævnte reformer har været billede på – ikke gælder som rettesnor i en vejledning.

Naturligvis er man påvirket af den organisation, hvori man arbejder. Og denne model gælder også som afklaring af værdier for organisationer. Hvor nogle værdier nærmest er universelle – såsom fx kærlighed og tillid til andre – vil andre værdier udvikle sig og falde væk i tidens løb. (Ibid, side 177) Normerne befinder sig som en slags formidler mellem de grundlæggende værdier og de utallige konkrete situationer, man kan komme i. Det er især her, jeg ser vejledningerne om sabbatår: Man har en norm for hvordan man typisk formulerer sig – og så er det også påvirket af de aktuelle situationer fra bunden af figuren. Som i dette tilfælde kan det jo være den tidligere bonus for at komme hurtigt i gang. Eller hvordan kvote 2 kriterierne

er udformet på en specifik uddannelse. To forhold der har direkte indflydelse på om - eller hvordan – et sabbatår skal gennemføres.

Jeg er som embedsmand i Børne- og Undervisningsministeriet underlagt en norm, der ikke direkte opfordrer til et sabbatår i sammenligning med at starte på en uddannelse. Men jeg har samtidigt et ansvar for at tage udgangspunkt i det menneske som jeg vejleder og handle ud fra de værdier og normer, som jeg finder passende. Dette betyder at jeg ikke skal skabe en konstrueret virkelighed for at komme nemmere gennem en ubekvem vejledning, men tage ansvar for hvad jeg mener er det rette at gøre. Bl.a. foranlediget af min generelle viden om unges mentale udfordringer og ikke mindst min viden om sabbatårets muligheder.

## Sabbatårets muligheder og usikkerheder

For mange unge er afslutningen på gymnasiet første gang i deres liv, hvor ruten ikke er fastlagt på forhånd. Det bliver derfor også første gang, man har komplet frihed til at træffe et selvstændigt valg som ung voksen. Det er en nærmest enorm palette af muligheder – og med en dertilhørende usikkerhed.

### Hvem holder sabbatår?

I analysen *Studerendes sabbatår* definerer Danmarks Evalueringsinstitut (EVA) sabbatåret som den periode, der ligger imellem afslutningen af en gymnasial uddannelse til påbegyndelsen af en videregående uddannelse (EVA, 2019, s.1).

Analysen *Omkring 56 pct. af studenterne holder et eller to sabbatår* fra Danmarks Statistik, DST, (Pedersen, 2020) omhandler studenterne fra årgang 2017 og viser, som titlen angiver, at godt halvdelen af alle studenter holdt et til to sabbatår. Helt konkret holdt 27 % holdt ca. ét sabbatår (mellem 9-15 måneder), 29 % holdt to sabbatår (16-27 måneder), mens 19 % ikke holdt sabbatår. De resterende 25% inkluderer både dem, der holder flere sabbatår end to og dem, der ikke uddanner sig yderligere (Pedersen, 2020, s. 2-3). Finansministeriet anslår, at denne gruppe fordeler sig 50-50 (Wammen, 2020, s. 4), så 12,5 % ikke uddanner sig yderligere.

Det er altså 81 % af studenterårgangen fra 2017, der valgte ikke at starte på en uddannelse umiddelbart efter endt gymnasial uddannelse.

I kølvandet på COVID-19 pandemien er det også relevant at se på om dette har ændret på mønstret for sabbatår. Forskere fra DPU har kigget nærmere på i rapporten COVID-19 og 3.g'ernes planer efter gymnasiet, som bygger på en spørgeskemaundersøgelse med to datasæt fra starten af 2020 og fra foråret 2020 efter coronavirusens indtog. Rapportens resultater om sabbatår og uddannelsesstart ligger i tråd med tidligere undersøgelser og konkluderer at omkring 20% regner med at starte på en videregående uddannelse, mens resten regner med at holde sabbatår (dog regner 1% med ikke at uddanne sig yderligere)

(Olsen m.fl., 2020, s. 12). Rapporten konkluderer at COVID-19 ikke har fået de unge til at ændre planer, men at det har givet dem en usikkerhed omkring, hvorvidt planerne kan lykkes (ibid. s. 5).

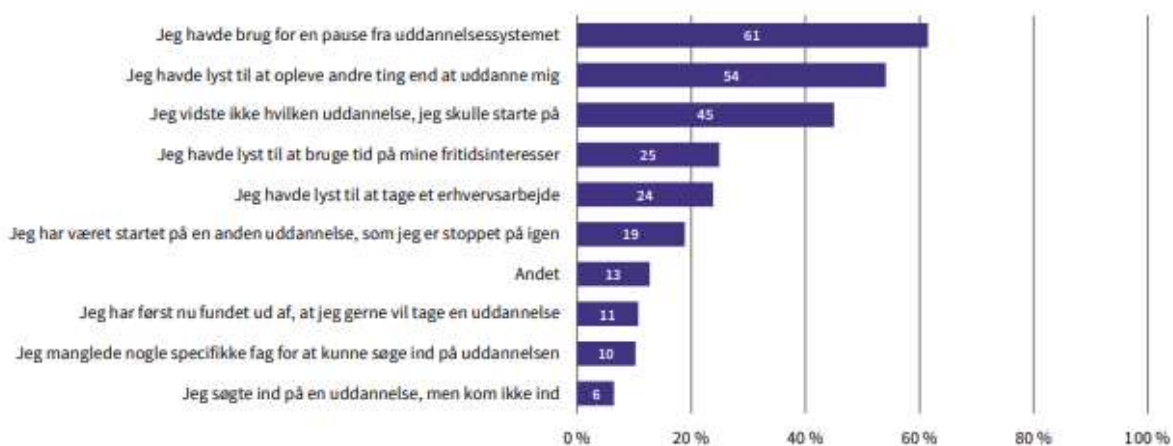
DST-analysen undersøger også, hvad studenterne laver i deres sabbatår og konkluderer at 75% af tiden bruges på lønnet arbejde (Pedersen, 2020, s. 6)

### Grundene til at holde sabbatår?

Der er forskellige grunde til at unge vælger at holde et sabbatår. Dog begrundes størstedelen af de unge deres sabbatår med, at de havde brug for en pause fra uddannelsessystemet (61%) (EVA, 2019, side 2)

FIGUR 2

”Hvad er grunden til, at du ikke startede direkte på den uddannelse, du nu er blevet optaget på, efter du afsluttede din gymnasiale uddannelse?”



Derudover er det også interessant at se på hvordan unge der holder et eller flere sabbatår klarer sig på en uddannelse efterfølgende. Tallene konkluderer at: ” Studerende, der har taget sabbatår, har mindre frafaldsrisiko i løbet af de første to år (25 %) i forhold til studerende uden sabbatår (30 %). Forskellen går igen i alle de tre store videregående uddannelsessektorer, om end den er lidt mindre på erhvervsakademierne og lidt større på professionshøjskolerne.” (EVA, 2019, side 4)

### Primære fokuspunkter ved vejledning om sabbatår

Det som jeg finder vanskeligt i vejledning om sabbatår, er det svært definerbare i et uddannelsesvalg. For hvor meget fylder ens personlighed og livsvalg ift. valg af uddannelse? Og hvor meget fylder ens personlige erfaringer – altså herunder det som man kan fylde ind i et sabbatår? Svaret er naturligvis individuelt, men jeg mener, at vi med hjælp af relevant teori kan komme svaret nærmere – og dermed kvalificere vejledningen yderligere.

## Krumboltz

Jeg vil nu se nærmere på John D. Krumboltz' læringsteori om karrierevalg og vejledning. Hans teori tager bl.a. afsæt i Albert Banduras teori om erfaringsbaseret læring og personlighedens dannelse. Bandura mener, at det som mennesker tror og tænker om sig selv, er tillært gennem social læring. Endvidere mener han at personlighedsdannelse- og udvikling finder sted i et system af strukturer og indebærer både tilegnelse af viden, de færdigheder, som videnstilegnelse kræver, evaluering af de gennemførte aktiviteter og den efterfølgende regulering af adfærd. (Højdal, 2007, s. 103) Begrebet *self-efficacy* kommer også fra Bandura som definerer det som "individets tro på egne evner til at organisere og igangsætte handlinger, der er nødvendige for at opnå noget bestemt" (Ibid, s. 103)

J. D. Krumboltz er med sin sociale læringsteori optaget af, hvad der ligger til grund for karrierevalget - hvilke læringserfaringer der ligger bag de vejledtes (karriere)valg (Højdal, 2007, s. 104). Han kritiserer de øvrige karrierevalgsteorier for deres fokus på, gennem vejledning at støtte de vejledte i at sætte mål for deres fremtid, som ingen kender. Hans pointe er, at "heldet ikke kun er noget, der rammer tilfældigt, men noget, som man kan opsøge ved at bringe sig selv i "uventede situationer"" (Højdal, 2007, s. 102).

I en artikel i den amerikanske vejlederforenings tidsskrift "Journal of Counseling & Development" præsenterer Krumboltz sammen med K.E Mitchel og A.S Levin sin teori om det, Højdal og Poulsen kalder "uventede situationer" og som han kalder *Planned Happenstance* (Mitchell m.fl.,1999, s.116-17). Med teorien argumenterer Krumboltz for, at vi i vejledningen må anerkende, at vi livet igennem møder utallige uventede begivenheder (private såvel som arbejdsmæssige), som kan påvirke fremtidige karrierevalg og -forløb. Dette faktum argumenterer han for skal implementeres i vejledningen.

Teorien om *Planned Happenstance* omfatter to begreber:

1. Udforskning, som skaber mulighed for øget livskvalitet.
2. Færdigheder, der gør det muligt for mennesket at gribe muligheden.

Det er hans bud, at disse to begreber kan bidrage til, at den vejledningssøgende udvikler færdigheder, som kan identificere, skabe og udnytte karrieremuligheder. Disse færdigheder er:

- Nysgerrighed, der sætter den vejledningssøgende i stand til at udforske nye læringsmuligheder.
- Vedholdenhed, der sætter den vejledningssøgende i stand til at øve sig og blive ved på trods af modgang.
- Flexibilitet, der sætter den vejledningssøgende i stand til at ændre holdning og omstændigheder - generelt, og i den konkrete situation.



- Optimisme, der sætter den vejledningssøgende i stand til at se nye muligheder som mulige og opnåelige.
  - Risikovillighed, der sætter den vejledningssøgende i stand til at handle på baggrund af usikre resultater.
- (Mitchell m.fl. 1999, s.118)

Han anfører endvidere, at karrierevejledning med afsæt i *Planned Happenstance* fordrer, at vejlederen følger fire trin:

1. Planned Happenstance skal normaliseres og italesættes i den vejledningssøgendes historie.
2. Den vejledningssøgende skal støttes i at omdanne nysgerrighed til muligheder for læring og udforskning.
3. Den vejledningssøgende skal støttes i at udvikle ønskelige chancemuligheder.
4. Den vejledningssøgende skal støttes i at håndtere blokeringer, der forhindrer handling. (Mitchell m.fl. 1999:s. 121-22):

Der er i sagens natur mere i Krumboltz' teorier end ovenstående, men jeg synes teorien om *planned happenstance* spiller godt ind i diskussionen om sabbatår og diskussionen om det generelle pres, der hviler på unge. Det gør det fordi vi netop her har fokus på nogle af de ting, man kommer ud for, når man holder en pause fra den slagne vej mod en uddannelse; nye læringsmuligheder, modgang, krav om fleksibilitet og optimisme, etc. Faktisk kan man, når man læser Krumboltz, få en idé om at han var forud for sin tid, når han kritiserer fx Hollands kongruenskriterium for at bygge på et statisk samfundssyn – og springe for let over de nye krav og forventninger som medarbejdere bliver mødt af. (Højdal, 2007, s. 123) For det er jo en udvikling, der blot har taget mere og mere fart den seneste tid. Og som ikke gør mine til at stoppe foreløbigt.

#### Positive uncertainty

Jeg oplever ofte i mine vejledninger, at den ubegrænsede frihed, der fx melder sig på den anden side af sommerferien, hvis man går i 3. G og planlægger et sabbatår, kan blive overvældende. Langt de fleste unge har en idé om at udnytte friheden, men de er også bevidste om at der skal vælges uddannelse på et tidspunkt. Og den proces er for mange i gang før og under sabbatåret. Det kan være vanskeligt at være i den usikkerhed – og bevare optimismen i en verden der stiller konstante krav om afklarethed.

H.B Gelatt var en amerikansk psykolog og forsker, der i mange år beskæftigede sig med det at træffe beslutninger samt karrierevejledning. Han udgav teorien om *Creative Decision Making: Using positive uncertainty* for første gang i 1991 – og som han selv udtrykker det (i 2003) om udviklingen fra 1991 til 2003: "Change itself has been changing. Today change is more rapid, more complex, and more unpredictable than ever before." (Gelatt, 2003, s. 5) Dette var et faktum for snart 20 år siden – og er i endnu højere grad en

faktor i dag med den udvikling der er sket i verden. Her tænker jeg primært på at der er kommet yderligere turbo på vækstmaskineriet samt de sociale mediers indtog i alle unges liv.

*Positive uncertainty* er en tilgang til at varetage enhver form for beslutning i sit liv. Det kan være vedr. karriere, parforhold, økonomi osv. Udbyttet af en beslutning vil altid være usikker da fremtiden altid er uforudsigelig. Gelatts overordnede pointe med sin teori om beslutningstagning er, at alle har ikke-rationelle tanker fra tid til anden og at man derfor ikke kan lade sin beslutningstagning være 100 % rationel og realistisk. Omvendt giver *positive uncertainty* dig faktisk mulighed for at have urealistiske billeder om fremtiden og at have positive tanker om det du ikke ved. (Gelatt, 2003, s. 11)

Gelatts udgangspunkt er at alle muligheder eksisterer i fremtiden – og at de kan inddeles i tre forskellige kategorier:

- *Possible futures – what could happen*
- *Probable futures – what is likely to happen*
- *Preferable futures – what you prefer to happen* (Gelatt, 2003, s. 13)

Når man skal tage en beslutning er det ifølge Gelatt det mest almindelige at fokusere på de to nederste fremtider og dermed blokere for det nærmest uendelige antal mulige fremtider. Dog vil det være ønskværdigt når man skal træffe en beslutning at indse det uendelige antal muligheder, man har foran sig. Dette kan umiddelbart nærmere lyde som en del af problemet end løsningen, når vi taler om præstationsamfundet. For hvor mange muligheder har man egentlig brug for?

Men når vi graver dybere, vil det give mening ift. beslutningsprocessen: Gelatts pointe er, at uanset hvor informeret man er, og uanset hvor meget man undersøger om et givent emne før man træffer en beslutning, vil man aldrig kunne sige at, det er en fuldstændig rationel beslutning. Simpelthen fordi vi ikke har mental kapacitet til at bearbejde og vurdere al den information der ligger bag. Til gengæld er vi i besiddelse af det Gelatt kalder *unlimited creativity*<sup>4</sup>, når det kommer til en beslutningsproces. (Gelatt, 2003, s. 13) Det betyder i praksis, at man ikke kan underkende usikkerhed. Det skal anerkendes og ved at være positiv omkring det, bliver der åbnet op for den kreative proces om at træffe beslutninger.

Det er som alle andre indre processer ikke let at ændre på ens beslutningstagning og perspektiv på omverdenen. Gelatt bruger eksemplet med at se verden gennem et zoom objektiv, der afskærer en fra objekter fra siden (fokuseret syn). I forhold til at se verden gennem et vidvinkel objektiv, der giver en lov til at se mere hen ad vejen. (fleksibelt syn) Hvis man formår at gøre begge dele, vil det være et både-og

---

<sup>4</sup> Jeg kan ikke finde en dansk oversættelse, som jeg er sikker på giver den samme mening. Jeg lader derfor den engelske stå.

perspektiv – og man får åbnet op for muligheden for *accidental discoveries* som netop ikke kan ske, hvis man er 100% fokuseret på et andet mål. (Gelatt, 2003, s. 21)

## Analyse

### Tilfældighedens kraft – og faldgruber

Man kan ikke adskille gymnasieliv, sabbatår og videregående uddannelse i et ungt menneskes liv. Det hele hænger sammen. Og for nogen vil det være en forholdsvis lineær størrelse, hvor tingene udspiller sig "planmæssigt" i traditionel forstand, mens andre skal gennem mindre planlagte, måske mere tilfældige, processer. De to seneste teorier fra Krumboltz og H.B Gelatt som jeg har præsenteret, taler ind i værdien af det tilfældige. Det er der som livsperspektiv en kæmpe værdi i. Tænk blot på hvor stor en rolle tilfældigheder kan spille ind i nogle af livets store øjeblikke: Hvordan man møder en partner, hvordan man får et job, hvordan man finder en bolig, etc. Historisk set er der gjort mange kvanteskridt i forskningens verden simpelthen gennem tilfældighed.<sup>5</sup>

Jeg har i foregående afsnit om reformer på uddannelsesområdet, som ikke bogstaveligt talt er sat i verden for at obstruere tilfældigheder. Men man kan med rimelighed hævde at disse reformer har til formål at få de unge til primært at se verden gennem et zoom objektiv – som Gelatt beskriver. Dvs. at undgå alt for mange distraktioner på vejen og på den måde optimere vejen til en uddannelse uden for mange *accidental discoveries*, der kan forlænge turen – eller evt helt afspore toget med rute til den samfundsgavnige uddannelse. Krumboltz taler ligeledes om nysgerrighed, optimisme og risikovillighed som hovedelementer hos den unge for at kunne udvikle færdigheder, der kan identificere og skabe en karriere.

Det kan med en blåøjet tilgang være decideret oplagt at se disse teorier som de eneste rigtige. For hvem vil ikke leve et liv med en uomtvistelig tro på at det bedste nok skal ske – uanset hvad? Og hvem ønsker ikke at se sig selv som (fri)modig, kreativ og åbensindet?

Problemet med dette er tvetydigt:

For det første er strukturerne i det senmoderne samfund i dag så stærke at en sådan holdning – og disse værdier – kan være svære at opretholde. Som Anders Petersen konkluderer om overgangen fra velfærdsstat til konkurrencestat: "Konkurrencestaten opfostrer, og har brug for, nyttemaksimerende og selvfokuserede individer, som går benhårdt efter at realisere deres egen version af det gode liv" (Petersen, side 58)

---

<sup>5</sup> Opdagelsen af penicillin, radioaktivitet og elektromagnetismen er alle resultater af tilfældigheder.

For det andet kan en sådan retorik om kreativitet, nysgerrighed og optimisme lægge et urimeligt pres på unge, der ikke kan honorere den tilgang til livet. De befinder sig i et samfund, der konstant har fokus på at optimere vejen til uddannelse og job. Som vi har set i Sundhedsprofilen er de unges mentale trivsel under et ekstremt pres og vi skal definitivt passe på med ikke at lægge endnu mere pres på den unge ved at skabe et narrativ om at det er muligt for alle at træffe valg om sabbatår og dets indhold ud fra fx Gelatts *accidental discoveries*. Men jeg er overbevist om at det stadig kan bruges konstruktivt i en vejledning. Dette vender jeg tilbage til.

### To eksempler på vejledning om sabbatår:

Først vil jeg gerne komme med to eksempler på vejledninger, jeg har haft om sabbatår. Mine vejledninger er altid i digital form, enten telefon, video eller chat. I eVejledning har vi som udgangspunkt ikke procesvejledning. Dette betyder i praksis, at jeg som udgangspunkt ikke kommer til at tale med den vejledningssøgende igen, men hun/han er selvfølgelig velkommen til at kontakte os igen en anden gang.

- En STX elev på 2. år, der er fortvivlet over adgangskravene til medicinstudiet, da han er fast besluttet på at han skal være psykiater. Han er i sine tanker i fuld gang med at fundere over hvad han skal gøre i sit sabbatår for at forbedre sine chancer for at komme ind på studiet, da han er usikker på sit karaktersnit. (Det er traditionelt set svært at komme ind på medicin via kvote 2)
- En 19 årig sabbatist, der føler at "tiden er ved løbe væk fra mig", fordi hun i slutningen af sit første sabbatår endnu ikke har en grundidé om hvad hun gerne vil læse. Vejledningen er præget af fortvivlelse og opgivelse over for situationen – og hun føler at alle andre end hende selv har styr på deres fremtid.

Disse to eksempler giver et godt billede på de forskellige perspektiver, der kan indgå i en vejledning om sabbatår. Fra den målbevidste unge, der har en plan for sabbatåret og anskuer det mere som et redskab til at komme videre i sin uddannelsesplan. Til den unge der føler det som et limbo, der ikke fører nogen steder hen – og som ud fra den følelse – kan have svært ved at nyde friheden og tilfældighederne som både Krumboltz og Gelatt plæderer for.

### Livsvalg

Alligevel kan man som vejleder bruge en del af den retorik, vi finder i teorierne. Jeg mener, at en del af en god vejledning, er at få konkretiseret og sat ord på nogle af de begreber der er vigtige at reflektere over som ung. Man kan ikke automatisk gå ud fra, at den unge har reflekteret over den motorvej som præstationssamfundet er – og det mod som det kan kræve at overveje at tage en frakørsel før tid. For nogle unge er det bare sådan det er. Mange ved og føler at det er svært, men de har ikke alle redskaberne til at sætte ord på som Anna, jeg nævnte i starten af denne opgave.

Det kan man som vejleder hjælpe med at åbne op for hos den unge. Når det drejer sig om sabbatår, er det for mange, som fx pigen i eksempel nummer 2, mere end "blot" et valg om uddannelse, men et decideret livsvalg. Anette Schnieber definerer "livsvalg" som livets store valg, der fører til en ny livsbane eller potentiel fremtid, og bruger netop valget af videregående uddannelse som eksempel på et sådant "livsvalg" (Schnieber, s. 714-715). For langt de fleste ligger uddannelsesvalget og lurer i løbet af sabbatåret, men også de andre valg, som de unge træffer i denne tid, er måske (og måske ikke) livsvalg – deri rummer sabbatåret en større usikkerhed, end man måske skulle tro. En rejse eller et arbejdsophold i udlandet kan fx føre til, at den unge møder en livspartner og derved ændrer livsbane. Ligeledes kan højskoleopholdet eller det frivillige arbejde føre til ændrede livsbaner. Netop fordi sådanne valg kan ændre ens fremtid, medfører de stor kompleksitet og usikkerhed i varierende grader (Schnieber, 2009, s. 728), og desuden en bevidsthed om risiko for store sociale, personlige og økonomiske konsekvenser, der kan skabe øget stressniveau i livsvalgsituationer (Schnieber, 2009, s. 721-722).

### **Vejledning om sabbatår**

Det kan virke kontradiktorisk at inddrage et begreb som livsvalg i slutningen af en opgave, hvor det formentlig ville være mere overskueligt at snævre begreberne mere ind. Men pointen er at man ikke på belejlig vis kan indsnævre et ungt menneskes valg i et definerende øjeblik i livet. Et valg som hvad et sabbatår skal indeholde – eller om vedkommende overhovedet skal holde et sabbatår? Jeg har forsøgt at inddrage nogle af de væsentligste begreber på de foregående sider for at illustrere at det er vigtigt for en vejleder at kende baggrundene for unges refleksioner om sabbatår. Jeg har udpeget tre hovedelementer, der med fordel kan indgå i en vejledning:

### **Anerkendelse**

Først og fremmest er det vigtigt som vejleder, at anerkende fra hvilken position den vejledningssøgende kommer fra. I dette tilfælde, hvor det drejer sig om unge og sabbatår, har man at gøre med en person, der med stor sandsynlighed har præstationssamfundets krav til uddannelse og fremdrift indprentet i sig. Det betyder ikke nødvendigvis at den unge lader sig styre af denne dagsorden, men det skal anerkendes som en grundlæggende del af præmissen for en vejledning, at den unge kan føle sig presset, overvældet og utilstrækkelig. Dette skal man anerkende og acceptere. Ikke mindst når det faktisk kan bekræftes af trivselsundersøger som Sundhedsprofilen 2021.

### **Italesætte muligheder og tilfældigheder**

Ud fra de reformer der er vedtaget gennem de seneste år, kan man som ung få en idé om at en uddannelsesvej kan planlægges og strømlines ud fra samfundets behov om målrettet arbejdskraft. Men man har som vejleder en pligt til at ikke at skabe en konstrueret virkelighed som behandlet tidligere – og i

stedet italesætte den tilfældighed og de tilhørende muligheder som livet også byder på. Det kan man med fordel gøre ud fra Krumboltz teori om *planned happenstance*: Den vejledningssøgende skal støttes i at:

- omdanne nysgerrighed til muligheder for læring og udforskning
- udvikle ønskelige chancemuligheder og håndtere blokeringer, der forhindrer handling.

## Planlægning

Vi skal ikke underkende behovet for planlægning. Det kan netop også give tryghed og ro at vide at man har gang i en plan. Fx kan faglig supplerings til en videregående uddannelse sagtens finde sted samtidig med at man har en nysgerrig tilgang til tilværelsen. Har den unge ikke en konkret idé om en uddannelse eller et område, kan man stadig komme med råd til hvordan man skaber progression og dermed ikke føler at man "sidder fast". Disse råd kan indeholde at man iværksætter en proces for afklaring af uddannelsesønske ved at besøge uddannelsesinstitutioner til åbent hus, tage til u-days, bruge værktøjer på ug.dk, etc. Jeg mener ikke at man kan planlægge sig ud af usikkerhed – eller på den måde på magisk vis – undgå præstationssamfundets krav – men det er ofte en positiv ting at handle aktivt i en usikker situation.

## Konklusion

Sundhedsprofilen 2021 bekræfter de unges fortsatte dårlige mentale helbred. Bl.a. ses det at hver tredje unge kvinde og hver femte unge mand mellem 16-24 år rapporterer om dårligt mentalt helbred. Det er denne befolkningsgruppe, der har oplevet den største stigning i andelen af lav score på den mentale helbredsskala. Årsagerne til denne udvikling er mangeartet, men præstationssamfundets karakteristika om at optimere unges vej til uddannelse igennem forskellige reformer bærer en del af skylden. Baumann taler om behovet for livslang læring i en foranderlig verden, men Petersen også påpeger at konkurrencestatens dogmer kan medføre at man ser nogle uddannelser som mere værd end andre. Begge faktorer kan utvivlsomt stresser unge i deres valg af uddannelse, hvilket også kan påvirke deres eventuelle sabbatår i form af usikkerhed og manglende tro på egne evner i et konkurrencepræget samfund.

Som vejleder er man repræsentant for et system af regler og normer. Om det er en skole, ministerium eller andet. Man har et ansvar for at holde sig inden for disse professionelle rammer, men man har også et menneskeligt ansvar. Som Asland formulerer det: "vi (...) tiltrækkes af systemerne og teorierne, der kommer til at fremstå som en parallel virkelighed på bekostning af det konkrete, fysiske nærvær og dets etik". Som vejleder vil det være at flygte fra sit ansvar, hvis man forsvinder ind i denne konstruerede virkelighed. Bevidstheden om sit ansvar og at der ikke er én endegyldig sandhed, herunder også i vejledning om sabbatår, er vigtige grundelementer at have med sig som vejleder.

Sabbatår er potentielt meget andet end et skridt på vejen til en uddannelse. Det er et livsvalg som kan afspejle den unges personlighed og have stor indflydelse på voksenlivet. Det er vigtigt at man anerkender de forskellige baggrunde unge kommer med – og ikke mindst at man får italesat de begreber, der kan være vigtige for den unge. Det kan være at omfavne usikkerheden og de tilfældigheder der kan skabes i et sabbatår. Krumboltz kommer med sin teori om *planned happenstance* nogle færdigheder, der er gunstige at italesætte som: Nysgerrighed, vedholdenhed, fleksibilitet, optimisme og risikovillighed.

Man skal være opmærksom på at fx risikovillighed kan være en svær størrelse at sælge til en ung, der er vokset op i et samfund med stærke strukturelle incitamenter til at gå direkte videre til fornuftig uddannelse. Og det skal naturligvis ikke føles som (endnu) et pres på den unge. Men jeg er af den overbevisning at det at sætte ord på disse færdigheder er en konstruktiv hjælp til processen for den unge. Både i vejledning om sabbatår, men også når vi kigger på samfundsdiskursen om livslang læring, som Baumann netop mener er den eneste mulighed for at agere i en foranderlig verden. På den måde kan processen om at til- eller fravælge sabbatår og tage ansvar for hvad et sabbatår skal indeholde blive et led i vejen til mere selvstændighed og ro til at træffe egne beslutninger.

## Perspektivering

Igennem denne proces har jeg fået en endnu større forståelse af den kompleksitet som en vejledning om sabbatår kan indeholde. Og hvordan de kompetencer som man opbygger i et sådant valg, kan være brugbare også senere hen i tilværelsen.

Når Ove Kaj Petersen taler om at konkurrencestaten kan medføre en graduering af hvad der er den "rigtige" uddannelse, kan jeg relatere det til de vejledninger jeg har med voksne, der også afsøger mulighed for en pause i deres arbejdsliv og et karriereskifte. Her kommer der også begreber såsom prestige og økonomi, men ikke mindst selvforståelse, når investeringsrådgiveren overvejer at komme i voksenlære som anlægsgartner i stedet. Her ser man ovennævnte færdigheder fra Krumboltz som nysgerrighed og risikovillighed komme til udtryk, hvilket jeg synes er dybt fascinerende.

Den non lineære karriereforsståelse har gode kår i det danske uddannelsessystem. Som mine tanker har kørt i løbet af processen med at skrive denne opgave, kunne jeg dog godt savne at de unge får bedre mulighed for at udvikle en *non lineær livsforsståelse* med bedre albuenum til tanker, tilfældigheder og *accidental discoveries* i Gelatts ånd.

## Litteratur:

- Aadland, E. (2016) *Etik – dilemma og valg*. Dansk Psykologisk Forlag
- Andersen, H. & Kaspersen, L.B. (2004). *Klassisk og moderne samfundsteori*. Hans Reitzels Forlag.
- Mattsson, R. M. & Persson, M. T. & Høyen, M.(2020). *12 snørklede stier – om unges veje mod arbejdslivet*. Bogskabet.
- Højdal, L. & Poulsen, L. (2012). *Karrierevalg: Teorier om valg og valgprocesser*. Schultz.
- Illeris, K. (red.) (2014). *Læring i konkurrencestaten: Kapløb eller bæredygtighed*. Samfundslitteratur.
- DR, P1, Podcast, : Sundhedens time: *Anna og flere unge har det skidt*. Fredag den 14.10 2022.
- Eide, S. B. & Grelland, H. H & Kristiansen, A & Sævareid, H. I & Aasland, D. G (2009). *Til den andens bedste: Om vejledningens etik*. Dansk Psykologisk Forlag.
- EVA - Danmarks Evalueringsinstitut, (2019), *Sammenhænge mellem unges begrundelser for studievalg og frafald på de videregående uddannelser*.  
[https://www.eva.dk/sites/eva/files/2019-06/Studievalgsbegrundelser\\_final.pdf](https://www.eva.dk/sites/eva/files/2019-06/Studievalgsbegrundelser_final.pdf)
- EVA – Danmarks Evalueringsinstitut, (2020), *Studerendes sabbatår*  
<https://www.eva.dk/videregaende-uddannelse/studerendes-sabbataar>
- Gelatt, H.B. (1989). Positive Uncertainty: A new Decision-Making Framework for Counseling. In: *Journal of Counseling Psychology* (36), pp. 252-256.
- Gelatt, H.B. (2003). Creative decision making. *Using positive uncertainty*: Axzo Press. Gelatt, H.B. (2007).  
<http://gelattpartners.com/hbsessays.html>
- Gelatt, H.B. (2008a). *In Search of Ignorance. Cultivating a Beginners Mind*.  
<http://gelattpartners.com/hbsessays.html>
- Gelatt, H.B. (2008b). Believing your biases. Why You See What You See.  
<http://gelattpartners.com/hbsessays.html>
- Højdal, L. & Poulsen, L. (2007). *Karrierevalg: Teorier om valg og valgprocesser*. Schultz.
- Jacobsen, M. H. & Petersen, A. (red). (2012). *Samfundsteori & samfundsdiagnose: En introduktion til sytten nye samfundstænkere for det pædagogiske felt*. Unge Pædagoger.
- Mattsson, R. M. & Persson, M. T. & Høyen, M.(2020). *12 snørklede stier – om unges veje mod arbejdslivet*. Bogskabet.
- Mitchell, Kathleen E, Levin, Al S og Krumboltz, John, D (1999): *Planned Happenstance: Constructing Unexpected Career Opportunities* i: *Journal of Counseling and Development*, Spring 1999, Volume 77
- Pedersen, D. B. (13/9-2016). *Skal konkurrencestaten forandres, skal vi først gøre op med dens menneskesyn*. Information. <https://www.information.dk/debat/2016/09/konkurrencestaten-forandres-foerst-goere-dens-menneskesyn>



Pedersen, M.J. (2020). *DST Analyse. Omkring 56 pct. af studenterne holder et eller to sabbatår*. Danmarks Statistik. <https://www.dst.dk/Site/Dst/Udgivelser/nyt/GetAnalyse.aspx?cid=38151>

Petersen, A (2017) *Præstationssamfundet*. Hans Reitzels Forlag.

Rosa: [www.politiken.dk/del/FcddnYAAz76Q](http://www.politiken.dk/del/FcddnYAAz76Q)

Sundhedsprofilen:

<https://www.sst.dk/da/Sundhedsprofilen>

Wammen, N. (2020, 25. september). *Svar på BUU-spørgsmål nr. 408 (Alm. Del) af 3. juli 2020 stillet efter ønske fra Ellen Trane Nørby (V) om hvordan hhv. ½, 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, og 10 sabbatår efter endt gymnasial uddannelse påvirker BNP og den gennemsnitlige beskæftigelsesfrekvens fremadrettet*. Finansministeriet.

<https://www.ft.dk/samling/20191/almDEL/buu/spm/408/svar/1692356/2250165/index.htm>

Uddannelses- og Forskningsministeriet, *Fremdriftsreform*, 2013/2016

<https://www.retsinformation.dk/eli/ft/201512L00125>

ug.dk

<https://www.ug.dk/videregaaendeuddannelse/altomoptagelse/optagelse-paa-videregaaende-uddannelser>