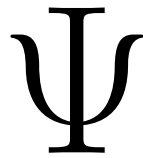




DET PSYKOLOGISKE FAKULTET



Å fargelegge en gråtonet verden med undring

En teoretisk undersøkelse av ungdoms meningsdannelse i dagens samfunn med
vekt på forholdet mellom mening og psykisk helse

HOVEDOPPGAVE

profesjonsstudiet i psykologi

Tiril Hauan Andersen

Silje Gjesdal

Høst 2010

Forord

Takk til Per-Einar Binder for inspirerende og undrende veiledning¹, vi har satt stor pris på hans faglige engasjement og hans nyanserte og innsiktsfulle refleksjoner.

Vi vil også gjerne få takke våre kjære; Silje vil takke Reino for tilstedeværende og støttende kjæresteri, mens Tiril vil takke Kevin for korrekturlesing og tålmodig forståelse og omtanke gjennom en relativt siamesisk tvilling-orientert skriveperiode.

¹Og for hans dyptgående forståelse for koldtbordets tragedie.

Sammendrag

Denne hovedoppgaven søker å undersøke og drøfte ungdoms meningsdannelse i dagens samfunn, og relasjonen mellom meningsdannelse og psykisk helse. Humanistisk-eksistensielle teoretikere som Kirk Schneider, Rollo May og Erich Fromm blir drøftet opp mot et utviklingspsykologisk perspektiv for å forsøke å belyse meningsdannelse hos unge i samtiden. Gjennom disse teoretikerne argumenteres det for viktigheten av et ydmykt undrende standpunkt, myter til å sortere og gi mening til en svært stimulerende virkelighet, og å være tilstede gjennom hvem en *er* fremfor hvilke eiendeler en *har*. Samtidsfenomener som individualisme, større valgfrihet, forbrukerkultur og Internett som sosial arena blir undersøkt i relasjon til ungdoms behov for mening, og i lys av ovenforstående eksistensielle faktorer. Mot slutten av oppgaven blir «opplevelseskonsumering», fremmedgjort aktivitet og manglende eksistensiell frihet belyst som uttrykk for relasjonen mellom meningsdannelse og psykisk helse hos unge i dag.

Abstract

This thesis seeks to examine and discuss youths' formation of meaning in modern society, and the relationship between meaning formation and mental health. Humanistic-existential theorists such as Kirk Schneider, Rollo May and Erich Fromm are discussed in relation to a developmental psychological understanding, to try to shed light on the formation of meaning among young people in modern society. Through these theorists we argue for the importance of a capacity for humility, reverence and wonder, myths to sort through and make sense of a highly stimulating reality, and to be present through who one *is* rather than what possessions one *has*. Contemporary phenomena such as individualism, freedom of choice, consumer culture and the Internet as a social arena are discussed in respect to youths need for meaning, and in light of the existential factors mentioned above. Towards the end of the thesis "experience consumption", alienated activity and lack of existential freedom are discussed as expressions of the relationship between meaning formation and youths mental health.

Innhold

Innledning	1
Den humanistisk-eksistensielle psykologiens røtter; en søken etter et helhetlig menneskebilde	3
Ungdomstid som en eksistensiell oppvåkning	7
Å skape mening i ungdomsårene; å bygge en bro til fremtiden	9
Eksistensielle forståelsesporter til ungdoms meningssøken	10
Rollo May om mytenes betydning for mening	10
Mening og myter som veivisere i ungdomsalderen	12
Eksistensiell frihet	14
Erich Fromm; meningsskaping gjennom å <i>ha</i> eller å <i>være</i>	15
Kirk Schneider og viktigheten av undring for meningsskaping	17
Meningsfulle paradokser	18
Livsomveltninger; en kilde til fornyet meningssøken	20
Oppsummering	23
Samfunnet som støpeskje for ungdoms meningdannelse	24
Individualisme: livnærende eller nedbrytende for ungdoms meningdannelse?	27
Forvitrer institusjonene?	27
Om å finne rom for å være både unik og alminnelig	28
Avler friheten større krav til et fleksibelt rollerepertoar?	30
Fremmer globalisering kulturmangfold eller monokultur?	31

Meningsdannelse i et samfunn preget av forbruk og	
hedonisme	32
Eksistens gjennom forbruk	33
Kan dagens samfunn ha en innsnevrende effekt på ungdoms emosjonsspekter?	34
Kropp som identitetsmarkør	35
Ungdomstiden; en opplæring i å <i>ha</i> fremfor å <i>være</i> ?	37
Internett som en arena for identitetsutvikling; å forfatte en identitet	38
Ungdom og meningdannelse i virtuelle verdener	40
Oppsummering	43
Kan meningsløshet avle psykiske vansker i ungdomstiden?	45
Ungdom og opplevelseskonsum	46
Fremmedgjort aktivitet	50
Frihet; potensiale eller fallhøyde?	53
Refleksivitet over egen posisjon	55
Oppsummering	56
Avslutning	58

Reason is the natural order of truth; but imagination is the organ of meaning.

– C. S. Lewis

*Det er ikke den som ikke får sin ungdomsdrøm oppfylt som er fattig,
men den som ikke hadde noen drømmer i ungdommen.*

– Adolf Nowaczynski

Vi lever i en tidsalder hvori fantasi, myter, forundring og drømmer lett kan bli redusert til et biprodukt av det målbare og objektive. Rasjonaliteten har på mange måter fått definisjonrett på hva som kan regnes som verdifullt i livet, på hva som gir mening, og på hva som blir meningsløst. Flere grunnleggende aspekter ved det å være menneske er i sin natur mysteriøse, de lar seg ikke på entydige måter definere, operasjonalisere eller måle, men dette betyr ikke av den grunn at de er underlegne eller uviktige. Et slikt aspekt er opplevelsen av å ha mening i livet, og kontrasten; et liv fylt av meningsløshet. Denne hovedoppgaven søker å belyse ungdoms meningsdannelse i dagens vestlige samfunn innenfor et humanistisk-eksistensielt perspektiv. Oppgaven tar sikte på å drøfte hvorvidt noen aspekter ved dagens samfunn kan utgjøre potensielle utfordringer for ungdoms muligheter til å søke og skape mening, og videre om fenomenet meningssskaping, slik det her blir undersøkt, får konsekvenser for hvordan vi kan forstå psykisk helse. Dette vil bli gjort gjennom å reflektere rundt hvordan dagens ungdommer forholder seg til og skaper mening ut fra grunnleggende eksistensielle spørsmål. Av de eksistensielle anliggende som vil bli drøftet er det særlig to aspekter som vil få en fremtredende rolle; overvurdering av rasjonalitet, effektivitet og objektivitet (og følgelig en nedvurdering av fantasi, kreativitet og subjektivitet), og mulighetene for autentisk og fullstendig tilstedeværelse i eget liv.

Ungdom som gruppe antas å være særlig sensitive for forhold ved tidens ånd, og vil derfor raskere enn andre grupper kunne fange opp trender og bevegelser i tiden (Krange og Øia, 2005). Det er av denne grunn naturlig å anta at ungdom i stor grad vil kunne avspeile forhold og endringer ved kulturen de lever i, og de utgjør i så måte en interessant aldersgruppe. Ungdomsgruppen (som vanligvis defineres som årene mellom 12 og 18) er allikevel en lite homogen gruppe, og i hvilken grad den unge tar del i samfunnstrendene vil være svært varierende fra individ til individ. Å være ungdom innebærer stadig nye krav til omstillinger og tilpasninger, og perioden skiller seg på denne måten fra både

barndommen og store deler av voksenlivet hvor omstillingskravene vanligvis ikke er så skiftende (Krange og Øia, 2005, s. 19–20). Forsøk på å skape mening anses gjerne som et av hovedprosjektene for ungdomstiden; og gjennom å gjøre dette forsetter en også å bygge ens identitet. Identitetsdannelse tar til langt tidligere; allerede i de første leveår gjennom tilknytningsprosessen og identifikasjon med signifikante andre, og er på mange måter en livslang prosess som aldri avsluttes (Santrock, 2002). Allikevel tenker man at det er en prosess som i særlig grad intensiveres i ungdomstiden (Krange og Øia, 2005). Likeledes kan det tenkes at meningsdannelse også er særlig fremtredende i ungdomsårene, men forsetter (om dog i noe lavere intensitet) gjennom hele livsløpet.

På grunnlag av en økende valgfrihet i det vestlige samfunnet har flere teoretikere (for eksempel Jørgensen, 2009; Krange og Øia, 2005) foreslått at identitetsdannelse og meningsdannelse i større grad enn tidligere kan betraktes som et individuelt prosjekt. Ungdomstiden bærer nå ofte preg av at ansvaret for viktige valg er plassert i individet, mens det tidligere var vanligere at familien eller institusjonelle aktører (som kirken eller skolen) deltok i avgjørelsene. Denne oppgaven søker å belyse noen av måtene ungdom forsøker å skape mønster og mening i denne jungelen av valgmuligheter på. Å gi mening til erfaringer er også å fortolke dem; hva en enkelt handling eller erfaring blir til i våre liv vil alltid være avhengig av hvordan vi tolker den. Dette er ikke en tilfeldig prosess, det finnes mønstre i hvordan vi fortolker verden. Mønstrene er naturligvis komplekse og avhenger av en rekke ting; erfaring, dagsform, humør, fantasi og behov, men noen ting går igjen; noe ligger i bunnen av mønstrene og leder dem i kjente retninger gang på gang. Dette som ligger i bunnen kan vi kalle flere ting; i denne oppgaven vil vi kalle det for mening; Kirkegaard omtaler det som eksistensielle sannheter, mens May anvendte begrepet personlige myter. Disse begrepene har det til felles er at de blir retningsgivende i valgene vi tar, meningsskjenkende i forhold til ens eksistens – de vokser ut av av erfaring, men også av fantasi.

Menneskets søken etter mening var i lange tider kunstens, religionens og filosofiens domene. I senere tid har imidlertid teoretikere som May (1958), Binswanger (1963) og Frankl (1963) og bidratt til at meningbegrepet har fått innpass i psykologien som noe essensielt og grunnleggende ved menneskelivet. Eksistensielle og humanistiske tanketradisjoner har vært opptatt av nettopp meningen i den menneskelige eksistens, samt vår

frihet til å velge og det enkelte individs unikhet. Rollo May utgjør en sentral tenker innenfor et slikt univers, og har i stor grad påvirket utformingen av hva vi i dag kjenner som eksistensiell psykologi. Nåtidige teoretikere som Kirk Schneider, forøvrig sterkt inspirert av sin forgjenger May, etterlyser en større grad av vilje til undring i dagens samfunn og mener en gjenopplivelse av den humanistiske psykologien vil kunne åpne opp for dette. Erich Fromm har gjennom sitt humanistiske samfunnsengasjement bidratt til en bredere forståelse av identitet og hvordan individets meningsskaping påvirkes av de samfunnsforholdene hun lever under. Disse tre tenkerne danner det teoretiske grunnfundamentet for denne oppgaven, men også andre humanistisk-eksistensielle tenkere vil bli brukt i noen grad.

Både Rollo May og Kirk Schneider har vært sterkt inspirert av den velkjente eksistensielle tenkeren, teologen og filosofen Søren Kierkegaard. Fra midten av 1800-tallet var Kierkegaard undrende opptatt av hva det vil si å være menneske - og han formulerte på denne tiden eksistensialismens grunnsetninger (2000). Han søkte kunnskap om meningen med livet, og lot seg fascinere av de betydelige rollene mening spiller i menneskelivet. «Hvordan kan man finne en dypere mening for en selv og ens eget liv?» undret han seg. Kierkegaard så på vår evne til å ta valg i livet som en av de mest sentrale sidene ved det å være menneske; gjennom de valgene det enkelte individ foretar seg definerer og former hun sin eksistens. Innenfor Kierkegaards terminologi blir *eksistensielle sannheter* omtalt som en måte å skape mening på; disse sannhetene bidrar til å gi oss retning i livet, og utgjør dermed betydningsfulle veivisere. Kort sagt så Kierkegaard et grunnleggende behov i menneskets sinn til å danne sin egen sannhet og til sist sin egen mening med eksistensen (2000).

Den humanistisk-eksistensielle psykologiens røtter; en søken etter et helhetlig menneskebilde

Det har i nyere tid blitt observert en økende tendens til et reduksjonistisk vitenskapsideal innenfor hovedstrømspsykologien (Schneider, 2005; Schneider mfl., 2001). Reduksjonisme innebærer at man tar sikte på å utarbeide objektive data med grunnlag i det man har observert og registrert; man forsøker å forklare komplekse fenomener ved å vise til enk-

lere fenomener, som man mener disse er sammensatt av. Det humanistiske perspektivet vektlegger derimot betydningen av å fokusere på helheten ved den menneskelige eksistens, da denne i sin natur er for kompleks og dynamisk til å bryte opp i små biter. Dette betyr naturligvis ikke at vi mener en reduksjonistisk tilnærming er overflødig; men verktøyene bør tilpasses materialet. Skal en måle nevralt aktivitet i et hjerneområde som er forbundet med positive følelser så gjør dette at en kan si noe om nettopp dette; hvorledes og når nevronene fyrer – det behøver derimot ikke bidra til at en kommer nærmere å beskrive følelsen av uhemmet latter, eller hvordan det kjennes å vasse gjennom de første høstbladene og smile av sesongenes foranderlighet. Nettopp derfor er den humanistiske psykologien et viktig perspektiv for hvordan vi i dag kan forstå det unike og helhetlige ved det menneskelig; den tillater oss å gå nærmere inn på menneskets bevissthet, vilje og frihet, uten å redusere dem til håndgripelige størrelser (Csikszentmihalyi, 2001, s. xv–xvii). Det humanistiske perspektivet kan spores tilbake til eksistensialismen og en del av filosofien som bygget grunnen under den romantiske epoken. Roussau (Hergenhahn, 2005) fremhevet blant annet at den eneste måten man virkelig kan forstå mennesket på er gjennom dets ærlige følelser, og at disse i deres grunnleggende form er gode og sosiale og vil, dersom mennesket er fritt, lede det til å handle på måter som er gode for seg selv og for andre. Hvis mennesket tyr til selvdestruktive eller antisosiale handlinger mente Roussau at dette måtte skyldes at menneskets naturlige impulser hadde blitt forvrenget av samfunnsmessige krefter. Eksistensialismen kontrasterer i noen grad romantikkens idealistiske syn på mennesket, og nyanserer derfor menneskebildet. Kierkegaard (2000) og Nietzsche (Hergenhahn, 2005) formet eksistensialismens grunnsetninger ved å fremheve enkeltmenneskets søken etter sin egen, personlige sannhet. Nietzsche utfordret mennesket til å la være å blindt akseptere den konvensjonelle flokkmoraliteten i samfunnet og heller eksperimentere med verdier, tro, og selve livet, og slik finne frem til sin egen sannhet. For Kirkegaard var subjektivitet sannhet; slik ble sannheten ikke noe utenfor personen som kunne oppdages via logikk, men noe inni hver person som kontinuerlig skapes av personen selv og slik blir meningsgivende i personens liv.

Den eksistensielle psykologien tok form i 1920-årene gjennom Martin Heideggers tenkning og arbeider. Hans bøker regnes ofte som broen mellom eksistensiell filosofi og eksistensiell psykologi (2005, s. 508). Heidegger mente at det å være menneske innebærer

å bli «kastet» inn i tilværelsen for en tid (uten om å ha bedt om det), og å så forsvinne igjen (frivillig eller ufrivillig); og å i dette tidsrommet ha valget mellom å fremtre på en ekte eller falsk måte, ta ansvar eller flykte fra det, lete etter mening eller leve foruten (1962, s. 219 – 224). Å leve autentisk, eller ekte, må i følge Heidegger nødvendigvis innebære at en tar inn over seg, og reflekterer rundt, ens egen forgjengelighet. Dette skaper en bevissthet som driver en til å bruke ens personlige frihet til å skape en meningsfull tilværelse, en tilværelse som fremmer personlig vekst. Siden det å bli kjent med sin egen forgjengelighet kan oppleves som svært angstfremkallende velger mange å ignorere det faktum at de en gang skal forgå. Dette kan resultere i at individet ikke får fullstendig innsyn i seg selv og sine muligheter og dermed står i fare for å leve et falskt eller ikke-autentisk liv. Heidegger brukte begrepet *Dasein* (Heidegger, 1962, s. 78) for å beskrive individet og verden som uadskillelige; *Å være (sein) der* (da) i verden. Uten verden ville mennesket ikke eksistere, og uten menneskesinnets evne til å opplyse den fysiske verden; og slik gi den mening, ville heller ikke verden eksistert. For Heidegger var menneskets eksistens en dynamisk prosess – mennesket blir aldri statisk, men forsetter stadig, så lenge det lever, å bli noe nytt; noe annet enn det det tidligere har vært. *Da-en* i *Dasein* refererer til det punktet i tid og rom hvor denne dynamiske eksistensen finner sted.

Rollo May var, som nevnt, en av de sentrale skikkelsene i innføringen av eksistensielle og fenomenologiske perspektiver i psykologien (Schneider mfl., 2001). Hans opplevelse var at den moderne psykologien, med sine positivistiske tilnærminger, ikke var i stand til å fange opp de meningsfulle aspektene ved den menneskelige eksistens. For å få en dypere forståelse av hva det vil si å være et menneske burde man benytte seg av en fenomenologisk² tilnærming hvor man har fokus på å beskrive fremfor å trekke kausale slutninger. May (1981) så på frihet som det mest betydningsfulle ved menneskets eksistens, og antok videre at angsten som ligger i vår unike frihet er et middel som kan hjelpe mennesket til å strekke seg i retning av sitt fullstendige potensiale som menneske og slik bli noe annet enn hva det tidligere var. Gjennom *paradokset om den menneskelige eksistens* illustrerte May sin forståelse av menneskets unikhhet: Paradokset består i at mennesker er både objekter og subjekter; objekter på lik linje med andre fysiske objekter, og subjekter i den forstand

²Fenomenologi som metode brukes for å studere helheten i menneskets eksistens. Innenfor fenomenologien ser en på opplevelsene som de fremstår i seg selv, uten forutinntatte ideer knyttet til den enkelte opplevelse.

at vi også er tolkende, meningsgivende, valgtakende og verdigivende i de opplevelsene vi har (May, 1981). På denne måten gir vi opplevelsene våre mening heller enn at vi er passive mottakere av opplevelser. I dette ligger det også en ansvarliggjøring av det enkelte individ for å søke ut sitt eget potensial for vekst og endring. Søken etter mening kan slik forstås som et grunnleggende motiv ved det å være menneske. Viktor Frankl deler denne oppfatningen med May og beskriver mening som et flytende og foranderlig begrep som bør forstås i et her-og-nå-perspektiv (1963, s. 171); mening er noe vi kontinuerlig kan oppdage, noe vi kan søke og utforske.

Rollo May og hans tidligere elev, den humanistiske teoretikeren Kirk Schneider, delte samme frykt for at livets forundring, prakt og mysterium ville komme til kort i en psykologi som i så stor grad preges av «biologisme». Schneider illustrer dette dilemmaet i sine bøker og artikler, og stiller spørsmålet; vil vi forsette å «reduere fjell til muldvarphauer» (2005, s. 167-169) eller kan vi skape en psykologi som rommer skrekken og vidunderligheten ved å være levende? Schneider mener at dette veiskillet står enda klarer frem i dag enn i Mays dager, delvis fordi en effektivitetsmodell hersker som idealet for livsførsel i dag. Som følge av dette fylles hverdagen med fast food, høy-hastighets informasjonsteknologi og høyhastighets medisinske og psykologiske helseløsninger. Schneider fremhever viktigheten av lydhørhet for kompleksiteten i verden, av selvet – og peker på hvordan nysgjerrigheten på denne kompleksiteten kan tillate oss å skape mening i livene våre.

Humanisten Erich Fromm (1965; 1993) har gjennom sine arbeider innenfor sosialpsykologi og humanistisk filosofi rettet en kritisk røst mot det forbrukerorienterte samfunnet som har vokst kraftig i den vestlige verden de siste tiårene. Fromm, som hadde tilhørighet til den samfunnskritiske Frankfurterskolen, fokuserer på en hedonistisk livsstil som han mener er blitt svært utbredt i moderne tid. Han hevder at en slik hedonisme bør anses som en lite utviklende form for aktivitet og at den vil kunne føre menneskeheten i en mer passiv retning. Schneider (2004; 2005) bemerker de klare begrensingene ved å ha et samfunn som bygges på effektivitetsmodeller, og hvor lite lydhøre disse er for den menneskelige kompleksitet. Fromm ser en lignende tendens og påpeker hvordan potensialet for økonomisk vekst i mange tilfeller synes å komme foran de menneskelige behovene i dagens samfunn.

Michael Gazzaniga, en av USAs ledende biopsykologer, uttalte nylig at «i dag tilhø-

rer sinnsvitenskapene evolusjonsbiologer, kognitive forskere, psykofysikere, lingvister [og] informatikere ... Selve psykologien er død.» (1998, vår oversettelse). Gazzaniga kan naturligvis ikke regnes som en talsperson for alle nevrobiologiske forskere, da noen av disse også er opptatt av å forklare fenomener som bevissthet og ubevisste prosesser. Vi vil allikevel få påpeke at vi som forfattere har visse innsigelser mot Gazzanigas forståelse av mennesket og psykologien. Refleksivitet om hvordan eget ståsted og bakgrunn uunngåelig vil være med å forme en akademisk fremstilling blir i økende grad fremhevet som et metodisk ideal (Finlay og Gough, 2003). Denne oppgaven vil bli skrevet med utgangspunkt i forfatternes humanistiske livssyn, hvor mennesket ses på som hverken godt eller ondt i seg selv, men som nøytralt og med friheten til å skape sin egen skjebne. Et slikt syn vil være i tråd med en klassisk eksistensiell forståelse av menneskets natur. En fremstilling av et samfunn vil heller ikke være politisk nøytral; forfatterne har et grunnsyn som er kritisk til markedsliberalismen, noe som vil kunne påvirke valg av problemstillinger vi trekker frem for drøfting. Vi vil i størst mulig grad forsøke å ha en refleksivitet rundt vårt eget ståsted, og hvordan dette også vil prege undersøkelsen av oppgavens tema. De humanistisk-eksistensielle teoretikerne beskrevet ovenfor bidrar med et perspektiv som vi opplever at tillater oss å se på dybden i mennesket; på helheten i den menneskelige eksistens, og på friheten som gir grobunn til vekst, forundring, kreativitet og kjærlighet. Å studere menneskets evne til å skape, pleie og nyansere mening i sitt eget liv lar seg vanskelige gjøre i perspektiver som ikke tar inn over seg disse grunnleggende aspektene ved menneskelig eksistens. Vi har av disse grunnene valgt å se på meningsdannelse hos ungdom med en humanistisk-eksistensiell forståelse; for å romme menneskeligheten i det å være menneske.

Ungdomstid som en eksistensiell oppvåkning

Ungdomstiden blir en særlig interessant periode for meningsdannelse, da det antas at meningsproduksjonen i denne tiden tar en ny form sammenlignet med i barndommen. Ungdommen blir mer opptatt av hva hun fyller sin egen tilværelse med, og hun blir i økende grad i stand til å reflektere over meningen med livet (von Tetzchner, 2001, s. 590). På denne måten markerer ungdomstid en nokså radikal endring i måten å tenke om seg selv og verden på, og dette kan oppleves som både positivt, men også negativt for det

enkelte individ. Mennesker som vesener skaper ikke mening i lukkede, isolerte systemer; vår relasjonelle natur sørger for at vi søker ut mot andre vesener i den meningsskapende prosessen (Wong og Fry, 1998, s. 96; Frankl, 1963). Dette gjør seg særlig gjeldende i ungdomstiden hvor interessen for jevnaldrende er stigende. Utforskning og eksperimentering med ulike sosiale roller bringer ofte med seg variasjoner i hva som oppleves som meningsfylte opplevelser på ulike tidspunkt. Simultant med dette øker også ens selvbevissthet og ungdommen blir mer sensitiv til hvordan hun fremstår i forhold til andre, og hvordan hun blir vurdert av andre (Elkind, 1994, s. 211). Man ser en økning i motivasjonen til å utvikle og vedlikeholde relasjoner med jevnaldrende, og opplevelsen av mening i disse relasjonene blir meget sentral (Santrock, 2002, s. 391–393). Parallelt med dette formes også en gryende bevissthet rundt spørsmål som dreier seg om vår eksistens, og vår mening i denne eksistensen. En undrende nysgjerrighet i forhold til hvem en selv er, hvor en er på vei, og ideer om ens eget verdigrunnlag i tilværelsen bygger grunnen under hvem en velger å leve som i ens voksenliv (Wong og Fry, 1998, s. 91). I denne sammenheng søker vi gjennom denne oppgaven å undersøke og drøfte følgende tre problemstillinger:

1. Hvordan kan ulike humanistisk-eksistensielle tenkere hjelpe oss til å forsøke å forstå ungdoms meningssøking?
2. Hvilke aspekter ved dagens samfunn kan utgjøre potensielle utfordringer for ungdoms muligheter til å søke og skape mening?
3. Får fenomenet «meningsskapning», slik det her blir undersøkt, konsekvenser for hvordan vi kan forstå psykisk helse hos ungdom?

Å skape mening i ungdomsårene; å bygge en bro til fremtiden

Eg kjem frå ungdomslengt og leitarferd og står ved døra til den vide verd.

– Tor Jonsson

Å være ungdom innebærer store forandringer på både kognitive, emosjonelle, hormonelle, og sosiale plan. Ens evne til resonnering og til å tenke abstrakt er i utvikling og en opplever en rekke kroppslige endringer som fører til at man blir kjønnsmoden. Man danner nye former for relasjoner og deltar i nye sosiale situasjoner i tillegg til at man er på vei mot en mer moden emosjonell kompetanse (Berzonsky og Adams, 2003, s. 269). Ungdomstid er på mange måter en overgangsfase; en midlertidig tilstand preget av betydelige endringer. Man er ikke lenger et barn og man er ei heller fullt ut voksen. På samme måte som spedbarnsalder og de første leveårene preges av store omveltninger og tilegnelse av stadig nye egenskaper, representerer også ungdomstid en periode med et betydelig endringspotensiale. Innenfor objektrelasjonsteori har ungdomsfasen blitt beskrevet som en form for annengangs separasjon-individueringsprosess (Kroger, 2007). Denne prosessen kan på mange måter ses som en parallell til separasjons-individueringsprosessen i barndommen. I ungdomstiden får separasjons-individueringsprosessen imidlertid et annet innhold; en søker hen mot en mer autonom fungering og en mer autonom opplevelse av selvet (Kroger, 2007, s. 91). I barndommen blir individuering- og separasjonsposessene derimot viktige for at barnet skal kunne konstruere et skille mellom seg og omsorgsgiver og på grunnlag av dette få en fornemmelse av et opplevd selv (Mahler mfl., 1988, s. 56–57). Ungdommens separasjon innebærer en form for emosjonell løsrivelse fra foreldre eller signifikante andre (Berzonsky og Adams, 2003, s. 178) og dette kan føre til at relasjonen til mor og far blir

preget av mer avstand. I en forlengelse av dette kan en se et gryende ønske om en ytterligere selvstendighet vokse frem.

Ungdomsalderen blir betegnet som en svingende, ustabil og til tider kaotisk tid hvor intense emosjoner, økt selvopptatthet samt en økende oppmerksomhet knyttet til ens egen fremtoning gjør seg gjeldende (von Tetzchner, 2001, s. 589). De intense og vanskelig håndterbare emosjonene kan forstås blant annet i relasjon til de rent fysiologiske endringene som finner sted i ens kropp, og den usikkerhet dette kan føre til. Hyppige endringer i sosiale konstellasjoner kan også være en belastende faktor, det samme gjelder òg for de økende kravene og forpliktelsene som er en del av voksenlivet. von Tetzchner (2001, s. 590) viser til undersøkelser hvor ungdoms emosjoner oppleves å være av en mer negativ valør sammenlignet med yngre barns tolkninger. Kanskje kan opplevelsen av å være «i limbo» også lede til mer negative emosjoner? En har mistet ens referansegruppe fra barndommen, og en har ikke fått etablert en ny referansegruppe i det voksne liv; en kan dermed føle seg fanget i opplevelsen av å stå uten noen tydelig tilhørighet eller mening.

Eksistensielle forståelsesporter til ungdoms meningssøken

Ungdomstiden er som nevnt en periode som for mange preges av en gryende nysgjerrighet til eksistensielle tema. Den unge begynner å reflektere rundt grunnleggende og viktige spørsmål som; hva vil jeg med livet mitt? Hva er spennende, hva er sant? Hva gir min eksistens mening? Vi vil i denne delen av oppgaven se nærmere på ulike humanistisk-eksistensielle teorier og hvordan disse kan representere en måte å forstå det å være ungdom på. Disse teoretikerne vil i så måte kunne bidra med mulige perspektiver til å forstå hvordan ungdom gir mening til den de er, og det å være tilstede i verden.

Rollo May om mytenes betydning for mening

Rollo Mays eksistensielle tilærming til menneskelivet har hatt store ringvirkninger både innenfor amerikansk psykologisk fagmiljø, men også i mange andre deler av verden. Hans bidrag ligger særlig i å se mennesket som et helhetlig, meningssøkende vesen, og å vektlegge viktighet av menneskets jakt på seg selv, en jakt etter «åpningene i en selv for andre mennesker, [åpningene] til kreativitet, til skjønnhet» (Schneider mfl., 2009, s. 426, vår

oversettelse). Denne jakten, eller *tillivelsen*, er på mange måter en jakt etter mening, og May blir derfor en sentral skikkelse i forhold til meningskapelse. Meningssøken vil, som tidligere nevnt, være viktig gjennom hele livsløpet, men blir ofte intensivert i ungdomstiden da søken etter mening er et prosjekt som går hånd i hånd med identitetsdannelse. Mays forståelse av individet som meningsskapende er tett knyttet opp til hans forståelse av individets personlige myter. I *Myter og identitet* sammenfatter May (1995, s. 27) mytens bidrag til våre liv under fire overskrifter. De følgende overskriftene favner ikke bare mytenes bidrag, men også på mange måter den rollen mening spiller i menneskelivet:

1. *Myten gir en følelse av personlig identitet*
2. *Myten gjør fellesskapsfølelse mulig*
3. *Myten underbygger våre etiske verdier*
4. *Myten gir oss en måte å beskrive livets mysterier på*

For å illustrere overlappet mellom Mays myter og meningsbegrepet slik vi vil bruke det i denne oppgaven, vil vi nedenfor kort knytte disse fire mytebestanddelene opp mot andre teoretikers forskning og tanker rundt mening.

(1) *Myten gir en følelse av personlig identitet*. Søken og etablering av mening er en av forutsetningene for identitet (Wong og Fry, 1998). Dessuten er det å oppleve mening relatert til opplevelsen av kontinuitet i eget liv; «people, in describing the meaning of their lives, are able to create continuity of self» (Kaufman, 1994, s. 6), og denne kontinuiteten er igjen en viktig del av opplevelsen av personlig identitet.

(2) *Myten gjør fellesskapsfølelse mulig*. Mening formes ofte i kontekst av relasjoner med andre mennesker, og det å ha trygge relasjoner fremmer meningsdannelse (Wong og Fry, 1998). Det som blir meningsfullt i ens liv kan også lede en til å ta kontakt med, og knytte bånd til andre mennesker som finner mening i de samme tingene. På denne måten etableres en tilstand preget av gjensidighet og mening.

(3) *Myten underbygger våre etiske verdier*. Mening er tett sammenvevd med etikk og moral; i *The Human quest for meaning*, et samleverk for forskning rundt mening og meningsdannelse (Wong og Fry, 1998, s. 92), defineres mening som «the beliefs, values or life-satisfactions to which the individual is committed».

(4) *Myten gir oss en måte å beskrive livets mysterier på.* Det å oppleve ting som fremstår som uforståelig (og slik mystiske) blir enklere om en allerede har en grunnleggende meningsfullhet i ens liv. Dette tillater en nemlig å integrere og gi mening til noe som ellers ville bli stående som en fragmentert, uforståelig og meningsløs erfaring (McAdams, 1997).

Mays beskrivelse av myter bærer altså i seg mye av det samme som *mening* slik vi ønsker å undersøke det, og vi vil derfor bruke hans «myterammer» for å se nærmere på meningsdannelse hos ungdom. I denne oppgaven vil mening bli forstått i lys av dens rolle i disse fire dimensjonene av menneskelivet; (1) mening bygger grunnen under personlig identitetsfølelse; (2) mening fasiliterer fellesskapsfølelse, (3) mening underbygger våre etiske verdier, og (4) mening gir oss en måte å forstå og integrere livets mysterier på.

Mening og identitet er to begreper som er nært knyttet sammen, og det vil derfor bli naturlig at en oppgave om mening også vil berøre identitetsbegrepet fra tid til annen. Mening er som nevnt ovenfor viktig for opplevelsen av identitet. Innenfor en narrativ tilnærming beskriver Bruner (1990) hvordan identitet og opplevelse av selvet tar form gjennom de personlige historiene vi konstruerer. Historiene bygger på denne måten en opplevelse av mening og helhet rundt vår eksistens. Disse personlige historiene vil utvikles og formes etterhvert som vi får nye opplevelser som blir integrert i selvet. Selvet kan derfor tenkes å ta form ved at vi inngår i slike meningskonstruerende prosesser som å skape historier om tilværelsen. Den kulturelle konteksten rundt selvet skaper et stillas som støtter og former våre måter å være tilstede i verden på. Dette gjør vi på et interpersonlig plan, og gjennom de historiske og kulturelle omstendighetene som gjør seg gjeldende på det gitte tidspunkt. På denne måten formes bevisstheten om selvet, andre og verden gjennom en gjensidig påvirkning av vår biologi og ulike sosiale kontekster. Narrativer kan på samme måte som Mays myter forstås som en måte å skape mening på ved at man får mulighet til å integrere små og stor hendelser i en sammenhengende og meningsfull historie.

Mening og myter som veivisere i ungdomsalderen

Ungdom som gruppe er ofte søkende i sin livsførsel; de prøver ut nye venner, nye roller, nye hjertesaker. Det er derfor naturlig å anta at deres verden til tider oppleves som særlig fragmentert; de er midtpunktet, men så mye skjer rundt dem og så mange forskjellige roller faller på dem, at det kan bli vanskelig å holde fast i en følelse av personlig «kjerne».

Hvem er jeg bak alt dette, hvilke deler av meg er konstante og forblir på tvers av alle disse situasjonene? Finnes jeg overhodet, eller er jeg kun et resultat av de sammenhengene jeg inngår i til enhver tid? En søken etter mening er også en søken etter noe å definere en selv etter, noe en alltid kan være og stå for på tvers av kaos rundt en. May mener at mytene tilbyr en måte å sette sammen bitene på i en kaotisk (og ellers overveldende) verden; «myter er våre egne fortolkninger av vårt indre liv i forhold til den ytre verden» (1995, s. 19). Uten myter som knytter sammen fragmentene til en helhet, blir tilværelsen kun separate biter uten sammenheng – mytene skaper mønstre og forutsigbarhet og slik sikkerhet og velkjenthet. De tillater den unge å tolke og kategorisere store og små erfaringer og slik gi dem mening og inkorporere dem i myten hun allerede lever etter, og dermed gi den fornyet styrke. Men for å gjøre dette; for å høste mytens frukter, må myten først sås, pleies, og gro, og slik bli meningsfull for den enkelte. En av grunnene til at ungdomstiden for mange kan være en vanskelig tid er kanskje nettopp dette; at en skal undre, prøve ut, strekke seg og forsøke, falle og prøve igjen, og alene stå med ansvaret for å være den en er – foreldrene er ikke lengre der til å ta i mot når en snubler. En skal lære å stå stødig på egne ben *samtidig* som bakken en står på «vakler»; en skal utforske verden uten å allerede ha en trygg og velkjent måte å gi den mening på; en skal både skape mening og samtidig, på mange måter, skape en selv. En slik oppgave vil aldri være enkel – det finnes ingen oppskrift, ingen fasit, en må skape sin egen, og dette vil alltid være en krevende prosess og en sirlig balansegang. Oppgaven hviler i utgangspunktet på ungdommens skuldre, men kan det allikevel tenkes at samfunnet og familien rundt ungdommen kan forenkle eller vanskeliggjøre denne prosessen?

May (1995) fremholder at dagens samfunn bærer preg av at mytene har mistet sitt formål som meningsgivende retningslinjer i tilværelsen. Han påpeker også at denne tendensen ikke er på hell, men heller tvert i mot. Et samfunn uten myter er i følge May et samfunn preget av overveldende skyldfølelse og overdrevne bekymringer, og en manglende nærhet til andre mennesker og en selv. Myten leder en i ens valg av kampsaker i livet, og skjenker engasjement til å jobbe mot det en står for. Et myteløst liv er derfor også et liv som bærer preg av apati og manglende engasjement til både en selv og verden rundt en. May (1995) hevder derfor at det i dagens samfunn er mange som strever med en tilbakevendende opplevelse av meningsløshet og eksistensiell angst, men som allikevel

innehar et håp om å kunne bevege seg i retning av mer meningsfulle tilstander. Noe som vanskeliggjør dette søket er nettopp det at mange i dag lever med oppfatningen av at jo mer rasjonelt et utsagn er, jo mer sannferdig vil det være. Som nevnt innledningsvis er det en del aspekter ved den menneskelige eksistens som ikke lar seg forklare ut fra reduksjonistisk rasjonalitet alene; helheten er mer enn summen av delene, og bestanddelene kan derfor ikke beskrive helheten på en autentisk måte. For å skape en meningsfull myte må fantasi og kreativitet tas i bruk, og mye tyder på at dette kan være verktøy som står i fare for å bli nedvurdert i vårt samfunn (May, 1995).

Eksistensiell frihet

Et annet aspekt ved vår eksistens som i følge May (1981) ofte blir oversett og ignorert i dagens samfunn er vår egen dødelighet. Innenfor eksistensielle tanketradisjoner spiller frihet en grunnleggende rolle; og friheten til å *være* tar form som et resultat av et avklart forhold til ens egen forgjengelighet. Mennesket er fritt og kan skape seg selv til hva det måtte ønske, dets frihet begrenses kun av dets dødelighet. May skriver i denne sammenheng at «Døden er [...] det ene faktum i mitt liv som ikke er relativt, men som er absolutt, og min bevissthet om dette gir min eksistens og det jeg gjør på ethvert tidspunkt en absolutt, uinnskrenket kvalitet» (1958, s. 48, vår oversettelse). Det å konfrontere og ta innover seg egen dødelighet er altså, i følge May, en forutsetning for å kunne leve et fritt og fullstendig liv.

Det som kompliserer en slik tankerekke er at ved å konfrontere de store motsetningene i eksistensen (deriblant at en er levende men skal dø) konfrontere en også ens egen angst – en sterk, rystende (men muligens også fruktbar) opplevelse. Ved å gjøre dette vil en kunne akseptere angsten i stedet for å bruke livet til å flykte fra den (May, 1958). Med angst menes i denne sammenheng ikke sympaticusaktiverting av irrasjonelle proporsjoner, men selve opplevelsen av trusselen om *umiddelbar ikke-væren* (May, 1958, s. 50, vår oversettelse). Angst er ikke noe vi *har*, som en hvilken som helst annen reaksjon – det er noe vi *er*; angst er, gjennom vår forgjengelighet, vevd inn i mennesket. Angst er et nødvendig biprodukt av frihet, eller som Kierkegaard beskrev det; angst er frihetens svimmelhet – for uten frihet, og muligheten til å kontinuerlig omskape seg selv, ville heller ikke angsten eksistert (May, 1981). Det kan tenkes at mange opplever denne angsten for første gang

i ungdomsalderen, da dette ofte er den perioden da en for første gang begynner å undre seg over eksistensielle spørsmål. Hvordan en forholder seg til denne angsten, om en flykter fra den eller konfronterer den, vil i følge teoretikerne ovenfor avgjøre om en skaper et rom for en uinnskrenket og absolutt tilstedeværelse i eget liv, eller en flyktende og på mange måter kuert væren. Nedenfor vil vi beskrive Erich Fromms konseptualisering av to forskjellige måter å være tilstede og skape mening på, hvorav den ene kan hevdes å være svært overlappende med Mays forståelse av oppnådd eksistensiell frihet.

Erich Fromm; meningsskapning gjennom å *ha* eller å *være*

Erich Fromms omfattende samfunnsanalyser er nært knyttet opp til menneskets måte å tenke og handle på, og hans resonnementer rettes inn mot hvordan psykiske helse farges av de samfunnsforholdene individet lever under. Fromm (1993) peker på en hedonistisk utvikling i dagens samfunn hvor mennesket inntar en stadig mer passiv rolle i sitt eget liv. Følgelig kan hans teorier tas i bruk for å forstå meningsdannelse hos dagens ungdom. Fromm uttrykker videre en bekymring for økende materialisme i vår samtid og en vektlegging av det å *ha* fremfor det å *være*. Han skisserer med bakgrunn i dette en distinksjon mellom det å *ha* og det å *være* som to ulike livsstiler, to ulike måter å være tilstede på. *Ha*-livsstilen har sitt grunnlag i de eiendelene individet besitter, og man definerer seg selv på grunnlag av disse materielle verdiene. I kontrast til denne livsstilen foreslår Fromm en *være*-livsstil. *Være*-livsstilen kjennetegnes av en indre, skapende aktivitet hvor man definerer og forstår seg selv ut fra ens egen unike, kreative menneskelighet. Et potensiale for en slik *være*-livsstil ligger i følge Fromm i ethvert individ, men man kan bli forvillet bort fra å se dette potensialet dersom man blir fanget i *ha*-livsstilen. Ungdom som skal danne seg et verdigrunnlag som de skal bringe med seg inn i tidlig voksenalder vil måtte forholde seg til disse aspektene ved dagens samfunn i sin meningssøken.

Fromm (1993, s. 96) beskriver *ha*-livsstilen som en tilværelse drevet av ren materialisme; han hevder det er noe nærmest dødt som preger denne måter å være tilstede i eget liv på. Når man først er blitt fanget i denne *ha*-livsstilen er det en fare for at man blir utelukkende opptatt av å ha. Det vil dermed ikke kunne åpne seg et rom for et levende forhold mellom individet og dets eiendeler. Ved den mer skapende *være*-livsstilen (Fromm, 1993, s. 101) kan verdifulle opplevelser bli til gjennom å elske, dele og gi. *Være*-livsstilen

kan best forstås i sammenheng med humanistiske begreper som uavhengighet, frihet og kritisk fornuft (Fromm, 1993, s. 108). Å *være* innebærer en vilje til selvutvikling og selvfornyelse, en åpenhet og nysgjerrighet på livet. Det å være interessert i andre mennesker blir toneangivende innenfor denne livsstilen, og det er verdien i de unike opplevelsene man har som gjør at mennesket *er*, og verdien av *ha*-opplevelsene blir slik forskjøvet fra ens oppmerksomhet. En slik åpenhet og nysgjerrighet på livet kan ses som en viktig del av ungdomstiden hvor man utforsker verden i søket etter å finne seg selv og ens plass i verden. Formingen av personlig autonomi ses som en viktig utviklingspsykologisk oppgave i ungdomstiden (Berzonsky og Adams, 2003, s. 176). Det å kunne ta egne valg og beslutninger kan føre til at ungdommen blir mer selvstendig og opplever større grad av frihet enn hva som er tilfelle i barndommen. En slik frihet vil også innebære at ungdommen i økende grad må kunne stå ansvarlig for de valgene hun foretar seg.

Å skulle fjerne seg fra *ha*-livsstilen vil for mange kunne oppleves som angstprovoserende, da ens identitetsfølelse, som nevnt ovenfor, i stor grad kan være konstruert rundt eiendelene en besitter. I den grad man *er*, er man i kraft av sine eiendeler. Dersom en oppfordres til å forflytte seg fra det å *ha*, frykter mange at de ikke vil være noe i kraft av dem selv, og en naturlig respons vil dermed bli å klamre seg til de eiendelene de har (Fromm, 1993, s. 109). Fromms forståelsesramme representerer dermed to ulike måter å skape mening på: *ha*-livsstilen som tar form som en tom og mer ytreorientert måte å leve på, samt *være*-livsstilen som innebærer en mer levende og skapende tilstedeværelse. Følgelig ser man hvordan det å leve i tråd med *ha*-livsstilen vil bære i seg en fare for å leve et mindre autentisk liv enn det som representeres gjennom *være*-livsstilen. Begrepene kan også, som nevnt ovenfor, forstås i sammenheng med muligheten for eksistensiell frihet; *ha*-livsstilen kan tenkes som et hinder for en slik eksistensiell frihet mens *være*-livsstilen deler mange aspekter ved det å være fri.

Kirk Schneider og viktigheten av undring for meningskapelse

As our eyes grow accustomed to sight they armour themselves against wonder.

– Leonard Cohen, *The Favourite Game*

Kirk J. Schneider (2004; 2005) forfekter viktigheten av et undrende og ydmykt standpunkt for enkeltindividet; mennesket må forsøke å ta innover seg verdens forunderlige og øredøvende kompleksitet, og gjennom nysgjerrighet og undring vil det kunne få tilgang til en dynamisk, meningsfull og farvesprakende eksistens. I Schneiders beskrivelser er denne undrende ydmykheten et nødvendig utgangspunkt for alle mennesker, men også her kan det tenkes at ungdommen, i sin søken etter en meningsfull måte å forstå og relatere seg til verden og seg selv på, kanskje særlig kan profitere på et slikt utgangspunkt. Å være undrende ydmyk handler ikke bare om en varig nysgjerrighet, men også om å se verdien i å *ikke* vite alt – å innse at noe av det som gjør eksistensen så fascinerende er nettopp det at vi ikke fullt ut kan forstå den, men at vi må leve i mysteriet.

Schneider (2004, s. 55) mener at tradisjonell utviklingspsykologi fokuserer på de normative dimensjonene ved barn og ungdoms utvikling; den fokuserer på tilpasninger til eller avvik fra kulturelle standarder, kognitiv og atferdsmessig kompetanse og emosjonell moderasjon. Dette kan resultere i en utviklingspsykologi som opplyser et svært begrenset spekter av menneskets evner og muligheter. Eksempelvis reduseres lidelse til patologi (og patologi defineres om observerbare avvik fra normen), mens helse og vekst reduseres til observerbare korrigeringer i forhold til normen. Hvordan, spør Schneider (2004; 1999b; 1998), kan vi skape en psykologi, en vitenskap om mennesket, som er systematisk og fleksibel, praktisk, men allikevel vågal, og som styrer unna disse fellene? Svaret han foreslår er dette; ved å skape en undringsbasert psykologi.

Awe (som vi her vil oversette med *undrende ydmykhet*) kan forstås som kapasiteten til ydmykhet, ærbødighet og forundring (Schneider, 2004, s. xv). Schneider fremholder at menneskets bevissthet begynner med undrende ydmykhet – og at alle religioner, filosofier og spirituelle retninger forsøker å romme nettopp dette aspektet ved eksistensen. Å akseptere paradoksene, flertydigheten og absurditeten ved det å være levende vil være å akseptere og integrere undringen i våre liv; «An alternative to denying the craziness of our

condition, which only leads to greater craziness, is to *live* the craziness of our condition, which leads to a kind of quirky vitality, ‘crazy wisdom’» (Schneider, 2004, s. xvi).

Et viktig prinsipp i en slik undringsbasert psykologi vil være en helhetlig *forståelse* – å virkelig forstå et annet menneske krever at en åpner ens egne sanser på vidt gap, og i tillegg bruker ens egne følelser, fantasi og intuisjon. Det handler om å lytte og å se etter den helhetlige situasjonen, ikke bare fiske etter enkeltstående symptomer og lettvinde forklaringer. Etter en åpen, og ikke-dømmende forståelse har blitt etablert ligger nesten steg i *skjelning*; å skjelne ut en retning videre. Disse to beskrives av Schneider (2004, s. 9) som utgangspunktene for en undringsbasert psykologi, og de kan ikke læres fra bøker alene, men beror på en «awakened sensitivity to life» (Schneider, 2004, s. 9). Psykologien trenger en ny måte å forstå menneskelig erfaring på, uten å redusere alle lagene av kjærlighet, frykter og sorger, og mening som bor i mennesket. I denne sammenhengen foreslår Schneider (Schneider, 2004, s. 10) det *flytende senteret*; enhver sfære av menneskelig bevissthet som vedkommer seg det videst mulige forholdet til eksistens. Det flytende senteret utfolder seg gjennom undrende ydmykhet, og det er slik vi kan bli kjent med livets overveldende paradokser. Men hvordan kan vi bruke disse begrepene til å forstå det menneskelige selvet, uten å overse kompleksiteten og dybden som bor i ethvert menneske?

Meningsfulle paradokser

Only the paradox comes anywhere near to comprehending the fullness of life.

– C. G. Jung

For å ikke gå glipp av kompleksiteten hevder Schneider at vi må ta innover oss menneskets og universets paradoksale natur. Schneider følger en lang eksistensiell tanketradisjon ved å vektlegge kontraster og paradokser som en grunnleggende del av den menneskelige natur. I boken *The Paradoxical Self* (sterkt inspirert av Kierkegaard), foreslår Schneider *paradoksprinsippet* (1999a, s. 25), som en forståelsesramme for selvet.

Paradoksprinsippet beror på tre grunnsetninger: (1) Den menneskelige psyke kan forstås som et kontinuum mellom en *innsnevrende* og en *utvidende* pol; (2) frykten for utvidende eller innsnevrende polaritet fremmer dysfunksjon, ekstremisme eller polarisering; (3) konfrontering med eller integrering av polene fremmer optimal livsførsel. Med «optimal

livsførsel» menes heller en tilstand enn en egenskap; polene kan være integrert på et gitt tidspunkt, de er ikke integrert kontinuerlig. Den innsnevrende polen forstås som antatt tilbaketrekking og innesperring av tanker, følelser og fornemmelser, mens den utvidende polen forstås som utbrytning og ekspansjon av tanker, følelser og fornemmelser. I praksis betyr dette at innsnevrende bevissthet karakteriseres av ettergivenhet, underkastelse og fokusering, mens utvidende bevissthet karakteriseres av fremhevelse og inkorporering. Det er ikke slik at disse er endimensjonale; innsnevring og utvidelse vil alltid gripe inn i hverandre.

En sterk undertrykkelse av en av polaritetene vil kunne lede til at denne stikker seg frem på andre måter. Schneider foreslår for eksempel (i forhold til den utvidende polen) at en mann som stadig undertrykker sin forestillingsevne sannsynligvis vil dagdrømme på upassende tidspunkt. Mens en kvinne som stadig sniker seg unna sitt ansvar på jobb (og slik undertrykker den innsnevrende polen) sannsynligvis vil kjenne på hvor tungt ansvaret veier henne ned³. Disse eksemplene peker på hverdagslige undertrykkelser av polene, men dersom en av polene over lengre tid blir undertrykt i svært stor grad kan dette lede til det Schneider kaller «dysfunksjonelle ekstremer», og disse preges av en tvungen kvalitet. De fleste mennesker inngår i utvidende atferd fordi de *ønsker* det; de velger å gjøre det, mens maniske mennesker ikke har noe valg; de *må* utøve; utbryte; søke; ekspandere – og atferden har slik påtatt seg en tvungen kvalitet. Intuitivt kan det her trekkes linjer til ungdoms utforskning; når en tenker på ungdom tenker en ofte på dem som utagerende, søkende ut mot verden, og i noen tilfeller, nesten på en tvangsmessig måte. Allikevel bærer ungdom ofte også preg av en søken innover (Wong og Fry, 1998, s. 91), en utforskning av dem selv og ofte en rik, bortgjemt fantasiverden. Slik kan det tenkes at ungdomstiden ofte involverer begge polaritetene.

Det flytende senteret (eller det å være sentrert på en flytende måte) refererer til ens kapasitet til å være klar over og dirigere de innsnevrende og utvidende potensialene (Schneider, 2004). Jo mer en er klar over konteksten en befinner seg i, jo sterkere vil ens sentrum bli. En motpol til det flytende senteret er det kompetente senteret (Schneider, 2004, s. 19). Schneider beskriver dette som «det kjedsommelige midtpunktet» mellom en

³Det kan her ses en parallell til Freuds «slips of the tongue», «slips of the pen» og «uhell», men Schneider påpeker at disse to polene omhandler svært mange aspekter av livet, og at seksualitet og aggresjon bare er to av dem.

innsnevrende og utvidende personlighetsstil. Det innebærer ikke en integrering av de to polaritetene, men mer en «tilpasning til den vanligste måten å være på», en reduisering til det hyppigst brukte midtpunktet. Her; i det kompetente, gode-nok senteret ligger massekulturen, masseproduksjonen, og nøkkelen til denne måten å være på ligger i følge Schneider i «minste motstands vei». En velger den veien som er enklest, mest tilgjengelig, som er glatttest å gjennomføre og som tar kortest tid. Veien kan allikevel være misledende og vil innebære en fare for at man kan redusere dype, grunnleggende erfaringer til overfladiske erfaringer. Livet gjennom det kompetente senteret leves ofte gjennom andre; gjennom tv-serier, dataspill, og bøker; «People flock to [Frankenstein] because it is dangerous; it thrills and reminds them on the vibrance that their own life lacks» (Schneider, 2004, s. 37). Mye tyder imidlertid på at ungdom ofte vil velge en annen sti enn «the path of least resistance». De utforsker, søker, drømmer og tør. En rekke ungdom gjør opprør mot det konvensjonelle, skaper egne subkulturer der de ikke synes den ledende kulturen strekker til – og en måte å forstå ungdomsperioden på kan derfor være som en naturlig søken etter det flytende senter. Å etablere et slikt flytende senter vil som tidligere nevnt være avhengig av en integrering av de to polaritetene, og slik en integrering av kontrastene i ens liv. Vi har tidligere beskrevet ungdomstiden som en søken mot mening, og denne søkenen kan muligens forstås som en integrering av kontraster. Ungdom strekker seg ofte i flere retninger i sin søken, retninger som kan være svært ulike. Schneider beskriver mange ønskelige resultater av en slik integrering, deriblant at mennesker med integrerte poler synes å «have a greater sense of personal and collective purpose» (Schneider, 1999a, s. 140).

Livsomveltninger; en kilde til fornyet meningssøken

Også fallet, også sviket hjelper deg som dine venner:

Dine nederlag er rike gaver, lagt i dine hender.

– André Bjerke

May hevder at en stor omveltning i et individs liv kan lede til et fornyet og dypere søk etter mening (1981). Schneider beskriver i denne sammenheng hvordan opplevelser som rokker ved selve følelsen av selvet, bærer i seg en tosidighet. Eksempelvis skriver han at «Tragedy is a paradox; there is no simple way around it. The more that someone is shaken,

crushed, torn, the more he or she is initiated into a broader and deeper realm, a realm of torments and sufferings to be sure, but also of subtlety and force» (2004, s. 32). Kan ungdomstiden i seg selv beskrives som en slik stor forandring eller omveltning og kan dette forstås som en av grunnene til dens iboende potensiale for meningssøken? Det er på mange måter naturlig å anta at en lydhørhet og undrende ydmykhet til universet kommer mer naturlig for barn som ikke har blitt indoktrinert med hva de skal tro, hvem de bør være og hva verden kan by på; barn får vanligvis lov til å fantasere, til å drømme. Ungdommen innebærer en overgang hvor en kanskje lettere kan miste den barnlige nysgjerrigheten og forundringen fordi det plutselig kreves mer voksenhet av en. Denne tiden kan på mange måter forstås som et tap; tap av barnet en har vært, ens mulighet til å flyte, uansvarlig, i verden, ens mulighet til å tro på det usannsynlige og oppføre seg deretter. En kan kanskje oppleve tap av ens mulighet til å drømme, uhemmet og grenseløst? Et tap som samtidig kan bære i seg muligheten til å ta med barndommens fantasi, kreativitet og livlighet inn i voksenalderen, å bevare og fornye den i søket etter mening og en plass i verden. Å være ungdom vil, som tidligere nevnt, innebære en sårbarhet for emosjonelle opplevelser av negativ valør – noe som støtter tanken om denne overgangstiden som en til tider rystende og for mange kanskje til og med krisepreget periode. Allikevel synes den å bære preg av en drivende rastløshet, eller det Schneider beskriver som «the energizing elements of desperation» (2004, s. 39); et grunnlag og et potensiale for å oppdage verden og en selv på en ny og dypere måte.

Slik kan eksistensielle kriser tenkes å utgjøre en viktig kilde til psykologisk modning og utvikling i ungdomstiden. Kierkegaard (2000) hevdet at de eksistensielle sannhetene man kan nå frem til i kjølvannet av de eksistensielle krisene bidrar på retningsgivende måter i våre liv, og kan forstås som ytterst nødvendige i forhold til opplevelsen av mening. Dessverre er det mye som tyder på at dagens samfunn i beskjedne grad oppfordrer til denne type oppdagelse; smerten og ambivalensen ved det å være ung i møte med en overveldende verden blir ofte forsøkt dempet på lettvinde måter, som for eksempel via en «supereffektiv 6-timers psykoterapi» eller psykofarmaka. Schneider (2004) omtaler det å fjerne ubehaget på en slik forenklet måte som en «quick fix», eller en rask løsning. Faren med slike raske løsninger er at de tar bort muligheten til å gå i dybden og finne det som faktisk forårsaket ubehaget i utgangspunktet. På denne måten kan de også fjerne muligheten for personlig

vekst og utvikling.

Men, er det da slik at en *trenger* en stor livsomveltning som en tapsopplevelse eller en særlig stormende ungdomstid for å sette i gang søket etter en dypere mening, og oppdagelsesreisen mot en lydhørhet til kompleksiteten i verden? Schneider (2004, s. 48) foreslår i denne sammenheng at dette ikke er absolutt nødvendig, men at en vil være avhengig av å utvikle en sensitivitet til de hverdagslige utfordringene i livet, og å finne måter å konstruktivt omforme og videreutvikle denne sensitiviteten. Vi har tidligere nevnt at mening ofte tar form innenfor trygge relasjoner, og i denne sammenheng foreslår Schneider en særegen type medmennesker som kan være hjelpelige i ens oppdagelse av verdens forundring og kompleksitet, såkalte *hjelpsomme vitner*. Schneider beskriver disse som fargerike, besynderlige mennesker som ofte svømmer motstrøms. De kan være både naive og disiplinerte, barnslige og modne. De er mentorer (og mange ganger foreldersurrogater) som hjelper barnet, ungdommen (eller mennesker i alle aldre) til å ikke bare utstå smerten, men også å omforme den på en konstruktiv måte (Schneider, 2005, s. 41). Disse vitnene bidrar i følge Schneider med en *speilende funksjon*, en funksjon som innebærer at de klarer å relatere seg til det individet gjennomgår på et personlig plan; de har tidligere møtt de samme utfordringene selv (om enn i en annen form) og er derfor i stand til å være slike vitner. De kjennetegnes også av at de har tatt innover seg det faktum at de og andre er små og uviktige i forhold til universets helhet, at de har lite kontroll i det store og det hele. I tillegg har de etablert en forståelse om hva de faktisk *kan* endre her i verden, om midlertidighet og forgjengelighet; de vet at livet går videre, at forandring vil være uunngåelig. Slik har de også lært seg at de må velge sine kamper. Vitnene kan på mange måter tenkes å bli særlig viktige i en stormende ungdomsalder. De kan være foreldre, eldre søsken, lærere eller andre, og de kan bidra med tålmodighet og et større perspektiv når ting synes fastlåste. Schneider beskriver dem som mennesker som sår små frø av forundring og eventyrlyst i hverdagen, oppfordrer til ritualer som gir tilgang til verdens kompleksitet – og som lever inderlig og involvert og inspirer andre til å leve like helhetlig.

Oppsummering

Vi har i denne delen av oppgaven sett hvordan ungdomstiden involverer forandringer på en rekke plan og hvordan dette, i perioder, kan lede til en kaotisk og overveldende tilværelse for ungdommen. Ungdomsårene kan forstås som en tid for meningssøken og identitetsdannelse nettopp fordi den bygger grunnen under den en skal være videre i livet. Det er også en periode hvori eksistensielle spørsmål blir mer fremtredende, og noen av disse spørsmålene har blitt drøftet i relasjon til meningsdannelse. Delen har tatt for seg Mays forståelse av myter, en forståelse som forfatterne opplever som svært overlappende i forhold til mening. Følgelig forstå vi også Mays «rop etter myter» som et rop etter mening. Mytene (eller meningen) kan gi oss en opplevelse av identitet, tillate fellesskapfølelse, underbygge etiske verdier samt gi oss en forståelsesramme for livets overveldende mysterier. Ut fra dette følger det at det å ha etablert myter eller mening vil kunne bidra til å gi den unge et langt stødigere utgangspunkt for sin reise inn i fremtiden. Mays vektleggelse av eksistensiell frihet som grunnleggende for å være i verden på en fullstendig og autentisk måte blir også beskrevet. Videre har delen belyst Fromms forståelse av *være* og *ha*-livsstilen, og hvordan disse kan ses på som to forskjellige måter å forsøke å skape mening på i ungdomstiden. Til sist har Schneiders vektleggelse av undring og kontraster i eksistensen blitt trukket frem som en forståelsesramme for ungdoms meningdannelse. I Schneiders tilnærming ligger det en oppfordring om å ta innover seg kompleksiteten og paradoksene i verden, og en tanke om at disse er grunnleggende for å bygge en meningsfull eksistens.

Nå som vi har sett på meningdannelse på et individuelt plan, vil det videre bli viktig å ta med de mer kontekstuelle og sosiale aspektene ved meningdannelse. Ungdom danner ikke mening i et vakuum, de er omgitt av venner, familie, et samfunn og en kultur. I nesten del vil vi forsøke å drøfte noen av rollene dagens samfunn kan tenkes å spille i ungdoms meningdannelse, med vekt på enkelte samfunnsfaktorer som kan forstås som utfordrende for meningdannelse.

Samfunnet som støpeskje for ungdoms meningdannelse

Ungdommen har hjemlengsel etter fremtiden.

– Jean-Paul Sartre

Å være ung handler på mange måter om å finne ens sti inn i fremtiden, ens plass i samfunnet og ens rotfest i en selv. Dagens samfunn tilbyr ungdommen langt flere valgmuligheter enn det som tidligere har vært tilfelle; og med flere valgmuligheter kommer også et implisitt krav om å ta et informert valg. Et tredelt veikryss fordrer en ganske annen tilnærming enn et åpent landskap uten veianvisninger. Krange og Øia (2005, s. 22) stiller i denne sammenhengen spørsmålet om moderne ungdom kan tenkes å stå i en ny form for frihet som radikalt bryter med tidligere samfunn? Ungdomstiden har tidligere vært knyttet til industrisamfunnets stødige institusjoner; ungdommen ble ofte tatt i hånden og leid inn i stabile arbeids- og familieposisjoner. Den nye ungdomstiden er en periode som i langt større grad bærer preg av en refleksiv, individualisert kontekst hvori den unge selv må finne sin kurs. Eller, som Wyn og White (1997) sier det; de unge må, på godt og vondt, produsere sin egen historie. Denne delen av oppgaven er ikke på noen måte ment å være en uttømmende beskrivelse av påvirkningen dagens samfunn har på ungdom, men en undring og refleksjon rundt enkelte aspekter ved samfunnet vi lever i, og hvilken rolle disse kan spille i forhold til ungdoms meningdannelse.

Jørgensen (2009) er en av de teoretikerne som hevder at samfunnet i større og større grad preges av hurtige endringer som stiller store tilpasningskrav til det enkelte individ. Det at samfunnet i så stor grad bygges rundt stadig nye brudd og skift, kan på mange måter tenkes å skape en samtid som strider mot menneskets behov for opplevd kontinuitet.

Dagens ungdom tilbys i mindre grad enn tidligere forhåndsbestemte og tradisjonelle identiteter og meninger, og kravene til ungdommens egne evner til å navigere seg frem utfra til tider omskiftelige og varierende rolleforventninger, er stadig økende (Jørgensen, 2009, s. 94). Det kan slik hevdes at identitet i dagens samfunn kan forstås som et konsept ment å fange opp følelsen av hvem en er i kraft av ens unike individualitet, ikke i lys av hvem ens mor eller far er, eller hvilket yrke en har arvet. Teoretikere som Jørgensen (2009) hevder at flertallet av vestlig ungdom ikke lengre fødes inn i lite-fleksible roller som vanskelig lar seg justere eller endre. Begrepet «klassereisen» er et eksempel på dette, og viser til hvordan arbeiderklassebarn i sosialdemokratiske samfunn har mulighet til å klatre på den sosiale rangstigen og ende opp i en klasse med høyere sosioøkonomisk status sammenlignet med sine foreldre. I et slikt resonnement kan det hevdes at ungdommen i større grad er løsrevet fra familien som sosial institusjon, og at normer, verdier og meninger dannes på et mer individuelt grunnlag. Jørgensen påpeker at behovet for å ha en fleksibel og foranderlig identitet i vår tid kan sies å være nokså anerkjent; en mindre fleksibel og tilpasningsdyktig identitet vil kunne streve mer i møtet med dagens hurtigendrende virkelighet (2009, s. 76). Det kan derfor bli relevant å snakke om en identitetsforståelse i endring, hvor rollene er mindre forhåndsdefinerte, men hvor forventningen til at individet vil ta i bruk sin egen frihet er desto større (Krange og Øia, 2005, s. 151 - 152).

Proessen hvori barn blir til voksne vil alltid være innrammet av sosiale og kulturelle normer. Disse normene vil være i kontinuerlig forandring, men endringene skjer i ujevn takt. I dagens samfunn er det en velkjent antagelse at disse rammeendringene skjer raskere enn tidligere. Frønes argumenterte allerede tidlig på 1980-tallet for at mange av de viktigste mekanismene som tidligere knyttet generasjonene sammen, da var borte (Frønes, 1984). Han hevder at hjem, arbeid og fritid i det moderne hjemmet har utviklet seg til tre adskilte og separate arenaer. En kan tenke seg at en slik oppdeling blant annet vil lede til en kommunikasjonskløft mellom foreldre og den oppvoksende generasjonen. Det kan videre hevdes at det tradisjonelle samfunnet bar preg av at endringene mellom generasjonene var små – at den historiske klokka tikket langsomt, men at situasjonen er en ganske annen i dag. Den moderne ungdommen blir ofte virvlet inn i et samfunn med hyppige scenskifter, og opptrer som skuespillere på en mange ulike scener. Deres stil, språk og identitet varierer i takt med skiftene, og det kan spekuleres i hvor ofte de kommer til kort når det handler

om å lage et forutsigbart mønster, eller en sammenhengende og meningsfull historie som integrerer alle disse skiftene. May (1995) hevder i denne sammenheng at vi på mange måter lever i et desintegrert samfunn. Det moderne vestlige samfunnet preges av at det har få eller ingen bærekraftige myter som kan fungere som samfunnsmessige eller personlige veivisere (May, 1995, s. 97). Han hevder videre at menneskeheten i dag befinner seg i en kollektiv forvirringstilstand hvor individet ikke har noe å organisere verden etter, ei heller noe å gi den mening gjennom. Vi lever i følge May i et meget stimulerende samfunn, men vi mangler verktøyene til å organisere opplevelsene på en meningsfull måte; av disse grunnene kan individets verdensforståelse ofte bli kaotisk, fragmentert, og lite meningsfull (1995). Som et resultat av dette vil man i følge May (1995) kunne se en emosjonell avflatethet og apati som beskyttelsesreaksjoner på denne overstimuleringen. May etterlyser i denne sammenheng en ny verdikjerne, og påpeker at den store utfordringen i vår tid er å samles om et nytt og meningsfullt verdigrunnlag – en bærekraftig myte om verden (1995).

Også Schneider (2004) mener at mange blir overveldet av denne kompleksiteten og derfor henfaller til «det kjedsommelige midtpunkt», eller minste motstands vei, og slik unngår å oppleve det fullstendige potensiale som ligger i verden og en selv. Han hevder videre at dagens psykologi etteraper samfunnet som helhet ved å vektlegge det målbare, materielle og effektive (2005, s. 168 - 169). Det vil da bli naturlig å stille seg spørsmålet; er det denne type verdisyn som skal prege vårt samfunn og vår psykologiske forståelse? Schneider (2005) hevder mange i dag blir fanget i en nærsynthet som innebærer at de går glipp av helt grunnleggende aspekter ved den menneskelige eksistens. For å bruke Mays språk kan vi si at Schneider med dette også etterlyser en myte om verden; en myte som ikke bygger på materialisme, effektivitet og middelveiens gråhet, men som tar opp i seg lydhørheten til kompleksiteten i verden. En slik myte kan tenkes å være bedre egnet til å veilede ungdommen gjennom en søken etter mening og identitet i et samfunn som bugner av valgmuligheter.

Nedenfor vil vi se nærmere på tre sentrale aspekter ved dagens samfunn som kan tenkes å spille en viktig rolle i ungdoms meningsdannelse; den økende individualiseringen, forbrukersamfunnet og hedonisme, og i slutten av denne delen vil vi reflektere rundt Internett som en sosiale arena, og hvordan denne vil kunne tenkes å påvirke ungdoms meningsdannelse og identitetsutvikling.

Individualisme: livnærende eller nedbrytende for ungdoms meningsdannelse?

En rekke teoretikere beskriver økende individualisering som et særlig fremtredende trekk ved dagens samfunn og Jørgensen (2009, s. 246) er en av dem som peker på en stadig akselererende individualisme. En slik individualisme vil innebære at den unge selv må skape personlige verdier gjennom en prosess som finner sted mer uavhengig av andres tanker og normer enn hva som har vært tilfelle tidligere. Det hevdes at ungdommen i mindre grad er bundet opp til kulturens definisjonsmakt og står i et mer uforpliktende forhold til samfunnets identitetskategorier (Vik mfl., 2004, s. 960), og at mulighetene til å utforme et selv er tilnærmet grenseløst (Strenger, 2005, s. 164). Ungdomstiden er, som tidligere nevnt, en periode hvor søken etter mening og identitet blir særlig fremtredende oppgaver. Det kan tenkes at den unge, gjennom et samfunn preget av en slik individualisme, får mangfoldige muligheter til å skape seg selv. Krange og Øia (2005, s. 35) hevder i denne sammenheng at mange av dagens ungdommer opplever fremtiden som mer uoversiktlig og risikopreget enn hva tidligere ungdomsgenerasjoner gjorde. Hvordan kan en slik individualistisk dreining av samfunnet, og dens relasjon til ungdoms meningsdannelse forstås?

Forvitrer institusjonene?

Det har blitt foreslått av blant annet Jørgensen (2009), Krange og Øia (2005) og Frønes (1994) at en av grunnene til at samfunnet blir stadig mer individualistisk er at de institusjonelle determinantene som tidligere har rammet inn overgangen fra barndom til voksenalder, i stor grad har mistet sin kraft. Det hevdes at sosiale institusjoner som kirken, skolen og hjemmet tidligere har bidratt til å skape mening i menneskers liv, men i dag har blitt byttet ut med mer diffuse strukturer uten tydelige meningsbærende funksjoner. Resultatet av dette kan tenkes å være at moderne ungdom mangler et rammeverk å støtte seg til i sin søken etter identitet og mening. Frønes (1994, s. 127) hevder i denne sammenheng at «I det arkaiske samfunnet smeltet individ og institusjon sammen; menneskets posisjon var gitt av gud og av tradisjoner.» I kontrast til dette beskriver Frønes hvordan samfunnet i dag er preget av langt større individualisering; «ved oppløsning av førende tradisjoner og roller befinner mennesket seg i en situasjon hvor de normative og

rituelle føringene forsvinner. [...] det moderne mennesket må kunne skape seg selv der det tradisjonelle mennesket kunne lene seg mot tradisjonene.» Det kan slik hevdes at institusjonene også har mistet mye av sine forbindelse til kollektive og sosiale identiteter (Krange og Øia, 2005, s. 135), og ringvirkningene av dette kan være at de mister sine roller som retningsgivende og handlingsregulerende når individer skal ta viktige valg. Med flere valgmulighet følger mer ansvar, og det kan tenkes at unge i dag i større grad stilles til ansvar for utfallet av valgene de tar, fordi det på mange måter er deres valg alene, ikke et valg støttet (eller eventuelt fremskyndet) av familien og kirken. En slik overføring av ansvaret fra det kollektive nivået til den unge selv vil stille krav til at ungdommen tidlig utformer en klar formening om hvem de er og hva de vil med livet sitt; det kan derfor hevdes at unge på denne måten må rekke å bli voksne allerede før de har blitt ungdom.

Om å finne rom for å være både unik og alminnelig

Det å bli voksen handler blant annet om å ta innover seg to grunnleggende antakelser; *jeg er ulik alle andre*, og *jeg er lik alle andre*; *jeg er unik men også alminnelig*. For mange ungdommer kan den første være vanskeligst å slå seg til ro med; for andre er det at de – på de aller fleste måter – er like alle andre noe som kan bli vanskeligere å integrere i selvforståelsen. Ungdom holder seg ofte i grupper med jevnaldrende (Santrock, 2008), og disse gruppene kan ofte ha klare og lite fleksible regler for hvordan en skal oppføre seg, kle seg, og for hvem en skal være. Det er imidlertid ofte slik at det ikke skal mye annerledeshet til for å falle utenfor en slik gruppe – og på denne måten kan det tenkes at det å være ulik alle andre kan være en vanskelig forståelse å ta innover seg i ungdomsalderen, fordi den bærer i seg potensiale for avvisning fra viktige referansegrupper.

På grunn av ungdoms iboende tendens til å løsrive seg og opponere mot det kjente og etablerte i sin søken etter egenfunnet identitet, kan det også tenkes at grunnsetningen *jeg er lik alle andre* er særlig vanskelig å slå seg til ro med i ungdommen. I tillegg lever dagens ungdom (som nevnt ovenfor) i et samfunnet preget av individualisme, og dette kan også tenkes å legge føringer gjennom slagord som «du er født som en original, ikke dø som en kopi», og oppfordrer ungdom til å skille seg ut fra mengden ved å være «spesielle og annerledes». Elkind (1994, s. 212) foreslår i denne sammenheng at ungdommer skaper en *personlig fabel* som tar opp i seg troen på at de selv er unike og spesielle. Heri ligger både

tanken om at alle andre legger merke til dem og tenker på dem, men også en antakelse om at mens andre mennesker vil bli gamle og dø, så vil ikke dette skje med dem; andre mennesker vil ikke nå sine ambisjoner, men de vil. Elkind (1994) hevder at denne følelsen av å være unik blir særlig fremtredende tidlig i ungdomsalderen, og at ut av den gror en følelse av usårbarhet; en følelse som kan lede til at ungdom deltar i handlinger som de senere angrrer på.

En slik usårbarhetsfølelse og antakelse om egen «udødelighet» som Elkind foreslår stemmer godt overens med et samfunn som i følge May (1981) har en tabupreget innstilling til dødelighet; ungdom har på mange måter blitt idealet, og alderdom dets forhatte motsetning. Det kan slik hevdes at det moderne vestlige samfunnet ikke oppfordrer til å skape et rom for undring og refleksjon rundt ens egen forgjengelighet. Døden reduseres til statistikk (May, 1958, s. 48); en vag, generell «greie» som inntreer før eller senere, men ikke en personlig forventning, ikke en integrert del av livet. Det moderne mennesket forsøker gjerne å utsette, (eller kanskje utslette) sin egen forgjengelighet gjennom plastisk kirurgi, gjennom kosmetikk, medikamenter og ungdommelig livsførsel. Er det dette dagens ungdom læres opp til; å kun kjenne døden som en fjern, uklar og usikker mulighet, gjennom et heller upersonlig forhold? En rekke eksistensielle tenkere, deriblant Kierkegaard (2000) og May (1958, s. 49), hevder at et slikt uavklart forhold til ens egen forgjengelighet forhindrer mennesket i å virkelig *være*; en går på mange måter glipp av ens unikheter, autentisitet og potensiale. I følge disse eksistensielle tanketradisjonene vil en ikke oppnå eksistensiell frihet uten å ha et avklart forhold til ens egen dødelighet, og ens måte å være på i verden vil som et resultat av dette kunne være preget av apati fremfor meningsfullhet (May, 1981). Et samfunn som gjør dødelighet og andre viktige paradokser til tabutemaer kan derfor tenkes å fremme nettopp meningsløshet blant sine innbyggere.

Forståelse av en selv som unik og/eller alminnelig kan også knyttes opp til Schneider (1999a) sin teori om innsnevrende og utvidende polaritet. Gjennom å i første rekke identifisere seg med setningen *jeg er lik alle andre* vil ungdommen i mange tilfeller sannsynligvis holde tilbake tanker og følelser i frykt for å skille seg ut. I slike tilfeller vil den innsnevrende polariteten være dominerende – og ungdommen vil være preget av ettergivenhet og underkastelse. Dersom en derimot identifiserer seg med setningen *jeg er ulik alle andre* vil en utvidende polaritet være fremtredende, og en vil i større grad utbryte tanker og følelser

for å nettopp skille seg ut og være annerledes fra andre. Da disse antakelsene på mange måter kan knyttes opp til hver sin polaritet, kan det også tenkes at de, som polaritetene, kan fungere optimalt gjennom integrering. I følge Schneider (1999a) er det allikevel slik at individer vanligvis ikke integrerer polaritetene, men heller lander på «det kjedsommelige midtpunktet» mellom dem, fordi det er enklest slik. Det kjedsommelige midtpunktet vil her være å ikke ta inn over seg hverken ens alminnelighet eller unikhhet.

En annen mulighet er en undertrykkelse av en polaritet og et overfokus på den andre (Schneider, 2004); mange ungdommer skaper sin identitet i kontrast til normen, som «outsidere»; andre blir en del av den populære hovedstrømskulturen og trår ikke utenfor de forhåndsdefinerte normalitetsgrensene. Det kan også tenkes at et slikt fremtredende individualistisk samfunn (som har blitt beskrevet ovenfor) kan ha en negativ innvirkning på ungdoms meningsdannelse gjennom at det fremmer en ensidig vektleggelse av grunnsetningen *jeg er ulik alle andre*, og samtidig en ignorering av faktumet at en også er lik alle andre. Dette legger grunnen for en meningsdannelse (og en for stor vektleggelse av den utvidende polariteten) som handler om en selv utenfor (eller kanskje til og med mot) ens medmennesker. En kontinuerlig streben mot å skille seg ut som noe mer, noe bedre, noe annet. Den optimale løsningen på polariteten og muligens også på ens oppfattelse av en selv som alminnelig eller unik, vil være en integrering av motsetningene (Schneider, 1999a). Det ligger en klar styrke i å besitte begge disse og bruke dem ved behov; å være kjent med sin egen allminnelighet og unikhhet; å svømme medstrøms når det trengs, men å også kunne bryte opp og svømme mot strømmen når den bærer en dit hvor en ikke vil dra. Også slik kan en integrering av kontrasterende eksistensielle temaer forstås som et viktig steg i ungdommens meningsdannelse.

Avler friheten større krav til et fleksibelt rollerepertoar?

En rekke teoretikere hevder, som nevnt ovenfor, at de sosiale kontekstene ungdommen agerer innenfor kjennetegnes av hurtigere og mer markante endringer enn det som var vanlig tidligere. I dette ligger det en utfordring for den enkelte ungdom; en må ofte forholde seg til nye verdier og identitetsidealer innenfor korte og hurtigskiftende tidsintervaller. Samtidig som det skjer en økning i antall sosiale roller som kreves av et individ, ser vi også en utvikling i retning av mer individuell frihet og (større) distanse til de forskjellige

rollene (Jørgensen, 2009). Det kan hevdes at det tidligere i større grad var slik at en *var* ens viktigste rolle(r); en var lege, skredder eller husmor. I dag er det i større grad slik at en som individ blant annet *har* en legerolle. Man står også overfor en forventning om mental mobilitet og fleksibilitet; man skal være i stand til å gå inn i en rekke ulike sosiale roller (Jørgensen, 2009, s. 20). Jørgensen hevder også at forventningen om at ungdommen skal bruke sin individuelle selvstendighet (og unike frihet) til å eksperimentere, utforske og omsider skape sin egen identitet, er en utbredt holdning i vår samtid. Et viktig spørsmål i denne sammenhengen er om en slik type frihet som her blir beskrevet innebærer et gode for ungdom flest? Det kan tenkes at i en stadig mer kompleks sosial virkelighet vil en slik frihet potensielt sett kunne oppleves som forvirrende. Årsaker til dette kan for eksempel være at individet opplever å ha et et skjørt verdigrunnlag å navigere ut fra, eller en følelse av tomhet ledsaget av et fravær av en grunnleggende mening i tilværelsen. Friheten stiller større krav til det enkelte individs vilje til å ta i bruk det potensialet av muligheter som eksisterer, og Kierkegaard (2000) impliserer at det å tre inn i frihetens muligheter og potensialer kan oppleves som avskrekkende og lede til en økende angst. May (1995) skisserer videre et samfunn hvor vi stilles overfor angst nærmest kontinuerlig, blant annet gjennom en konkurransepreget individualisme. I dette ligger det en utfordring om å klare å bruke angsten på en utviklende og meningsskapende måte, fremfor å forsøke å distansere seg fra denne tilstanden (Schneider mfl., 2009, s. 423). Friheten kan derfor tenkes å representere en mulighet for vekst og utvikling hos ungdommer som lykkes med å ta i bruk angstens potensialer, men også en mulig sårbarhet for de som ikke lykkes i å gjøre dette.

Fremmer globalisering kulturmangfold eller monokultur?

Også globalisering er et definerende trekk ved vår samtid; det er ikke bare de klare rollegrensene mellom mennesker som viskes ut, men også grensene mellom land og kulturer. Dette resulterer potensielt i enda større valgfrihet (og muligens forvirring); det er ikke lengre nødvendigvis tilstrekkelig at ungdommen tilegner seg roller og verdier fra en kultur, men hun kan nå langt på vei velge og vrake fra all verdens kulturer. På den andre siden kan en slik globalisering også tenkes å fremme ensidighet; en stadig økende produksjon og kommersialisering av varer som blir dominert og styrt av (et fåtall) multinasjonale selska-

per har vist seg å representere en av de mest betydelige samfunnsmessige omveltningene de siste tiårene (Wyn og White, 1997). Noen teoretikere hevder at en som følge av dette ser en utviklingen av en monokultur hvor ungdom i store deler av den vestlige verden deler fellespreferanser hva angår blant annet klær, musikk og mat (Schneider mfl., 2001, s. 218). Sagt på en annen måte kan dette resultere i at globale kulturelementer blir dominante, mens andre (lokale) kulturelementer blir underordnet disse: «The marketing of “youth” through products such as music and clothing is widespread, creating a superficial sameness based on age» (Wyn og White, 1997, s. 2). En slik monokultur kan potensielt bære i seg en fare for at nyansene og kontrastene blir utvisket, at monokulturelementene bli en slags «fasit», og at ungdommen i større grad blir passive mottakere av levesett fremfor aktive utforskere i sitt eget liv. Samtidig bærer den også i seg muligheten for at ungdom kan knytte bånd på et sammenfallende meningsgrunnlag (om dette ikke er «selvoppdaget»). Nedenfor vil vi utforske forbrukersamfunnet i relasjon til ungdoms meningsdannelse, da dette kan hevdes å være en viktig del av vår tids «monokultur».

Meningsdannelse i et samfunn preget av forbruk og hedonisme

Den økende individualiseringen som har blitt beskrevet ovenfor kan blant annet forstås ut fra dagens samfunnsstruktur. En rekke teoretikere (Fromm, 1993; James, 2007; Kasser, 2002; Krange og Øia, 2005) har pekt på en vestlig utviklet trend som synes å føre samfunnet i retning av en mer dominerende kapitalistisk økonomi og politikk på verdensbasis. Med den industrielle revolusjon vokste det frem ideer om at en stod overfor en epoke med ubegrensede muligheter og høy materiell velstand, og det var i denne tidsperioden kapitalismen gjorde sitt inntog. Etter den tid har masseproduksjonen ledet hen til et stadig økende forbruk, og det er foreløpig lite som tyder på at vi vil se merkbare endringer i folks forbruksvaner i overskuelig fremtid (Fromm, 1993, s. 13-14). Kapitalisme som politisk ideologi vektlegger tilgangen på et «fritt» og konkurranseutsatt marked som potensielt vil kunne øke sannsynligheten for en skjevfordeling av ressurser og makt. Dette har bidratt til en økende materiell velstand, men kun hos deler av befolkningen (White og Wyn, 2004, s. 7). Det antas at det frie markedssamfunnet legger forholdene til rette for en konkur-

ransepreget individualisme i større grad enn mer sosialistisk-orienterte retninger. Dette reflekteres i begrepet «the Selfish Capitalism nations» som Oliver James (2007) mener utgjør en rådende ideologi innenfor de engelskspråklige vestlige landene, hvor den sterkeste rett fungerer som rettesnor.

Eksistens gjennom forbruk

På hvilke måter kan dagens masseforbrukskultur være problematisk for ungdoms meningsdannelse? I følge Rifkin (2000, s. 9-10) lever vi i en «hyperkapitalistisk» tid hvor kulturen er redusert til forbrukerkultur og individet likedan *er* i kraft av at hun er en *forbruker*. Rifkin (2000) hevder videre at ensomhet, fremmedgjøring, kjedsomhet og meningsløshet er de nye formene for ubehag i vår tid, og at en spirituell understimulering i den vestlige verden blir stadig mer utbredt. Denne understimuleringen kan muligens signalisere en potensiell mangeltilstand i vårt samfunn. Mennesket synes å befinne seg i en kultur hvor de eksistensielle behovene, behov som vanskelig lar seg dekke av et materialistisk forbruk, i liten grad blir imøtekommet eller reflektert over. Frankls begrep eksistensielt vakuum (1963, s. 167-171) synes å beskrive den samme tilstanden som Rifkin (2000) er opptatt av å skildre. Det eksistensielle vakuum kan forstås som en tilstand karakterisert av et fravær av mening. Frankl (1963) hevder at det eksistensielle vakuum kan manifestere seg gjennom kjedsomhet, og atferder som maktoppnåelse, søken etter rikdom, nytelse og sex kan ses som forsøk på å kompensere for et slikt fravær av mening. Putnam (2001) er blant dem som med uro peker på et manglende sosialt engasjement i det amerikanske samfunnet blant annet ved å vise til en stadig lavere deltakelse ved ulike sosiale grupper, samt religiøse grupper og ulike samfunnsorganisasjoner. Han tolker dette som et uttrykk for en økende sosial isolasjon og at denne opprettholdes av et håp om at materielle verdier kan kompensere for det sosiale behovet.

Rikdom og velstand blir idag oppfattet av mange som en viktig faktor for å være lykkelig. Fromm (1993, s. 13-14) tegner bildet av en nærmest religiøs overbevisning om at ubegrenset produksjon, absolutt frihet og fullstendig lykke har blitt forstått som oppskriften på et godt liv. I denne sammenheng er *hedonisme* et relevant begrep, og radikal hedonisme innebærer at individet ser på lystoppnåelse som det mest sentrale og tilfredsstillende i livet (Fromm, 1993, s. 15). Veien til lykke og mening går gjennom nytelse og

tilfredsstillelse av de subjektive behovene individet måtte ha (Fromm, 1993, s. 15). En slik søken etter mening har i følge Fromm (1993) også blitt praktisert i tidligere samfunn, men da primært av overklassen, og den har ikke tidligere hatt den samme utstrekningen som man ser i dagens samfunn. Fromm påpeker at man i dag kan se hedonistiske trekk hos den gjennomsnittlige forbruker, og at mye tyder på at eksistens gjennom innholdsløs nytelse har blitt normen for store deler av befolkningen (1993). Han hevder videre at fremveksten av en større middelklasse som i stor grad praktiserer forbruk som livsstil, på mange måter representerer en av de betydelig samfunnsendringene i vår tid. Fromm foreslår med dette at ideen om at «lykke kan oppnås gjennom forbruk» har befestet sin posisjon som det rådende verdisynet i vesten, og har langt på vei nådd ut til allmennheten (1993, s. 236). Habermas (1991, s. 148-163) plasserer forbrukerkulturen inn i en ramme hvor forbrukerne ikke lenger er aktive og resonnerende. Han hevder derimot at menneskene synes å være preget av en økende passivitet og at meningsutvekslinger i offentligheten sentreres rundt muligheten for konsum (Habermas, 1991).

Kan dagens samfunn ha en innsnevrende effekt på ungdoms emosjonsspekter?

Det å bli kjent med egne emosjoner og integrere disse i opplevelsen av selvbildet kan forstås som en viktig forutsetning for å etablere et meningsfullt forhold til en selv. Som tidligere nevnt er ungdomstiden ofte preget av intense og omskiftelige emosjoner (Santrock, 2008); ungdom kan gå fra stormede sinne til hikstende latter på svært kort tid. Denne omskifteligheten kan forstås som et uttrykk for en utprøving av ens egen emosjonalitet. Som nevnt er det er også ofte slik at ungdommer oppfatter sine emosjoner som mer intense enn i andre livsperioder, og dette er kanskje særlig tilfelle for negative emosjoner (von Tetzchner, 2001, s. 590).

Et samfunn som er bygget rundt hedonistiske verdier (Fromm, 1993) eller et samfunn preget av en «minste motstands vei-holdning» (Schneider, 2004) vil begge romme en tendens til å fjerne ubehag så fort som mulig, uten tanke på om dette vil ha noen effekt i lengden – begge vil slik oppfordre til det Schneider (2004) og May (i Schneider mfl., 2009) kaller raske løsninger. Slike forenklete og forhastede løsninger tar bort muligheten til å gå i dybden og finne det som faktisk skapte ubehaget i utgangspunktet; og slik fjerner de

også muligheten for personlig vekst. Dersom det er slik at negative emosjoner som tristhet, sinne og frustrasjon vies mindre oppmerksomhet og aksept i vår kultur kan man undre seg over hvilken betydning dette kan få for helheten i ungdommers emosjonsregister. Å ha omsorgsgivere som er tilstrekkelig inntonet på spedbarnet er avgjørende for utviklingen av ulike emosjoner i barndommen (Stern, 1998). Likeledes kan det tenkes at det i ungdomsårene blir viktig at emosjoner blir validert slik at disse kan bli en integrert del av det voksne individets emosjonelle mangfold. Et samfunn som tenderer mot hedonistiske verdier vil altså kunne tenkes å lede til forsømming av emosjoner som oppleves som negative, mens et «minste motstands vei-samfunn» vil kunne lede til at en forsømmer «ytterpunktene» i ens emosjonsregister; både i den positive og negative enden. For ungdom som befinner seg i en viktig periode for undring og meningssøken kan et slikt forhold til visse affekter eller grad av affekter tenkes å hemme ungdommens forsøk på å integrere egne emosjonelle opplevelser på en meningsfull måte. Dette igjen kan lede til en ufullstendig historie eller en fragmentert oppfattelse av ungdommens rolle i eget liv. Et slikt forhold til noen av ens egne emosjoner kan tenkes å resultere i det Greenberg (2002) kaller en maladaptiv emosjon; en emosjon som tapper en for energi og har en desorganiserende virkning i ens liv.

Kropp som identitetsmarkør

Samfunnsidealene kan altså ses i sammenheng med måten ungdom forholder seg til egne emosjoner på, men hvordan påvirker forbrukersamfunnet ungdommens opplevelse av egen kropp? Frost (2003) hevder at ungdoms identitet i dagens kultur i større grad blir betraktet som en synlig del av individet. Hun foreslår at kropp tar form som en fysisk representasjon av individets identitet, og at en formidler informasjon om hvem en er i kraft av ens fysiske fremtoning (Frost, 2003). En identitetsdannelsesprosess hvor det «riktige» utseende blir stadig mer betydningsfullt for begge kjønn kan signalisere et samfunn hvor det «å ha» en kropp formet etter kommersielle markedsidealene er verdifullt. På denne måten kan kroppen betraktes som en fysisk gjenstand som man *har* fremfor noe en *er*. En måte å forstå ungdoms identitetsdannelse på blir derfor å se på kroppen som en visuell synliggjøring av ens identitet (Frost, 2003). Et slikt syn på identitet kan ses i sammenheng med et økende forbruk, og i relasjon til teorier om at materielle gjenstander utgjør sentrale sider

ved selvet (White og Wyn, 2004, s. 198). Det har ovenfor blitt foreslått at ungdom i dag har større muligheter til å velge egen identitet enn tidligere, og dette kan blant annet illustreres gjennom anskaffelse av produkter som klær, kosmetikk og elektronikk som kan bli retningsgivende i utformingen av ens identitet. Dagens marked muliggjør en livsstil hvor ulike stiler, merker og produkter kan kjøpes og integreres som elementer i individets opplevelse av hvem hun er. Forbruk kan i denne sammenheng også forstå som et forsøk på å oppnå en felles identifikasjon med andre jevnaldrende, og en rekke forbruksvarer bidrar i seg selv til å definere og markere ungdomstid fra andre livsfaser (Frost, 2003, s. 55). Det kan slik hevdes at det å shoppe identiteter blir muliggjort gjennom forbrukerkulturen, og at det blir lettere å tre inn og ut av ulike visuelle uttrykksmåter. Om dette er tilfelle, hva gjør en slik «kroppsliggjøring» av identitetsprosjektet med ungdommens forståelse av seg selv?

Frost (2003) mener at denne tendensen er problematisk av flere grunner; ungdommen vil i følge henne stå i fare for å distansere seg fra sin egen kropp – kroppen blir ikke en integrert del av identitetsopplevelsen. Den vil derimot kunne utvikles og modifiseres til et utstillingsobjekt definert ut fra markedskulturen. I denne sammenheng har det bli foreslått at det å utøve kontroll over egen kropp kan ses på som en måte å forsøke å forholde seg til en kaotisk og uoversiktlig tilværelse på (Giddens, 1991, s. 56–7, s. 107–8). Dette kan videre relateres til Mays (1995) forståelse av vår samtid som myteløs og derfor kaotisk og desorganisert for individet. Det kan slik tenkes at det å bruke kropp som et verktøy til å ta kontroll i en kaotisk og overstimulerende hverdag kan være en kompenserende handling i søk etter mening og kontinuitet.

Samtidig som Frost beskriver en utvikling i retning av kroppen som identitetens utsillingsobjekt, beskriver hun også stadig strengere krav til korrekt utseende og riktig fremtoning (2003). Hennes argumentasjon går derfor i retning av at individets rolle i utformingen av egen identitet er langt mer begrenset enn hva man kan anta utfra argumentasjonen brukt tidligere i denne oppgaven. Dette er på mange måter en kontrast til teoretikerne (for eksempel Jørgensen, 2009; Krange og Øia, 2005) som hevder at individet må forme seg selv i en verden av tilnærmet ubegrensede muligheter. I en tid hvor individualisme står sterkt og forventningen og friheten til å realisere seg selv er dominerende (Jørgensen, 2009), skulle man tro at fremveksten av bredere normalitetsgrenser ville vært

tilfelle. I kontrast til dette hevder Frost (2003) at dagens ungdom beveger seg innenfor et langt smalere normalitetsspekter enn hva man skulle anta. Schneider (2004) mener også at dagens samfunn gir lite spillerom utover de kommersielle idealene. Det foreslås altså (Frost, 2003) at kommersielle markedskrefter utøver en betydelig makt over de enkelte individene, kanskje særlig i forhold til utseende, men også hva angår holdninger og verdisyn. Ungdommens frihet kan slik hevdes å være vesentlig overdrevet i vår tid. Innenfor en slik argumentasjonsrekke kan det videre tenkes at ungdom, i kontrast argumentasjonen tidligere i oppgaven, til en viss grad arver en identitet allikevel, men at denne identiteten ikke lengre arves fra familiene eller de stødige institusjonene, men fra massekulturen.

Ungdomstiden; en opplæring i å *ha* fremfor å *være*?

Som nevnt ovenfor har ungdomstiden blant annet blitt forstått som en periode preget av identitetshopping gjennom forbruk av materielle katalysatorer (Frost, 2003). Hos ungdom kan gjenstander som klær, elektronikk og sminke noen ganger fungere som en inngangsport hos grupper av jevnaldrende hvor man ikke er blitt akseptert i kraft av hvem en *er*. Da ungdomstiden representerer en periode hvor søken etter identitet er særlig fremtredende kan det tenkes at en tilhørighet til *ha*-livsstilen (Fromm, 1993) åpner for at ungdom kan shoppe identiteter for å oppleve sosial tilhørighet. Et faremoment som kan ligge i dette er at ungdomstiden kan bli en opplæring i *ha*-livsstilen. Denne livsstilen reflekteres på mange måter hos Frost (2003) hvor ungdoms opplevelse av egen kropp beskrives som mer mekanisk og instrumentell. *Ha*-livsstilen preges av at man lever i fravær av mer utviklende prosesser som finner sted i dynamiske og skapende samspill. Det kan også være en mulighet for at en vil bli sittende igjen med en tilstand preget av tomhet (Fromm, 1993). På denne måten kan man kanskje hevde at individet vil kunne stå i fare for å være mindre tilstede i eget liv? I følge Fromm har majoriteten av befolkningen mest kjennskap til *ha*-livsstilen, da det er denne livsstilen som dominerer i vår kultur. Fromm hevder videre at man som oftest blir styrt av begge livsstilene, og kun et fåtall er uforbeholdent dedikert til *ha*- eller *være*-livsstilen (1993). En autentisk tilstedeværelse i eget liv vil innebære en nysgjerrighet og åpenhet til livets mysterier (Schneider, 2004), en tilstand hvor man kan la fantasiens berikende egenskaper slippe til. Ved *ha*-livsstilen synes det mer nærliggende å anta at individet vil søke det rasjonelle og det materielle for å forstå og definere en selv.

I hverdagen vil altså *ha*-livsstilen komme til uttrykk gjennom fysiske gjenstander som ungdommen omgir seg med og som fungerer som identitetsmarkører (Fromm, 1993). En ganske annen form for tilstedeværelse og selvpresentasjon muliggjøres gjennom Internett. Internett tilbyr en annerledes måte å relatere seg til medmennesker på; en relasjon hvor ens eiendeler ikke automatisk bidrar til å definere hvem en er. Nedenfor vil vi forsøke å se på hvordan noen av Internetts anvendelsesområder kan tenkes å påvirke ungdoms identitet og meningsdannelsen.

Internett som en arena for identitetsutvikling; å forfatte en identitet

Internett er i dagens samfunn ikke bare en utømmelig informasjonskilde, men har gjennom de siste årene i økende grad også tatt form som en sosial arena; en arena som ikke opererer innenfor de tradisjonelle rammene for sosialt samvær. Det handler ikke (lengre) om et sosialt forum som involverer kun et fåtall spesielt interesserte mennesker, men et forum som er svært tilgjengelig for både barn, foreldre og besteforeldre. Tilgjengelighet og interessen kan blant annet illustreres gjennom det store antall mennesker som deltar i forskjellige sosiale fellesskap på Internett; Facebook alene har over 500 millioner aktive brukere, hvorav 50 % logger inn minst en gang om dagen (Facebook, 2010). I denne sammenheng blir det relevant å reflektere rundt hvilken rolle en slik onlinetilhørighet kan tenkes å spille i ungdoms søken etter mening og identitet. Dette er fortsatt et område hvor lite forskning har blitt gjort, da Internett innenfor forskningen stort sett har blitt fokusert på som en informasjonskilde, og bare den siste tiden som en sosial arena. Noe av den forskningen som har blitt gjennomført tyder midlertidig på at ungdom arbeider med flere av de samme utviklingsmessige temaene på Internett som de gjør utenfor Internett (Subrahmanyam mfl., 2006). Denne delen av oppgaven vil derfor stille en del spørsmål som det med dagens kunnskap ikke er mulig å gi utfyllende empiriske svar på. Disse spørsmålene er allikevel, til tross for at de er empirisk ubesvarte, relevante for å forsøke å forstå hvordan unge i dagens samfunn skaper mening. Vi vil her drøfte noe som synes å være overordnede trender i Internett som sosial arena.

Tradisjonelt sett blir identitet og mening konstruert i møte med den fysiske verden,

og en rekke forhold innrammer dette møtet, deriblant kjønn, alder, utseende, etnisitet, og personlighet. Gjennom disse faktorene blir en oppfattet av andre mennesker, og kategorisert som en potensiell kjæreste, en god venn, en personlig fiende eller en ansvarsfull medarbeider. I den digitale verdenen er tilstandene ganske annerledes, betingelsene er mindre forhåndsdefinerte; andres oppfattelse av et individ kan ikke bygges rundt faktorer som kjønn og etnisk tilhørighet da disse faktorene ikke i utgangspunktet er tilgjengelige. Inntrykket blir derfor formet ene og alene av det individet *velger* å presentere (Thomas, 2007). Identiteten blir rent praktisk presentert gjennom selvvalgt tekst og bilder (bilder som mange ganger ikke er av det faktiske individet, men av en rollefigur eller noe som blir sett på av individet som representativt). I så måte representerer Internett en betydelig frihetsarena hvorpå ungdommen får kontinuerlige muligheter til å konstruere og rekonstruere ulike selvbilder i møte med andre nettbrukere.

Å danne en identitet på Internett handler altså om å kontinuerlig forfatte et selv (noe en jo også til en viss grad gjør i den fysiske verden, men der er mange av rammene fastspikret på forhånd). En slik forfattet identitet er ikke bare et produkt av visuelle virkeligheter i nettbaserte spill, men er også en forutsetning for tilstedeværelse på nettbaserte sosiale felleskap som Facebook, Twitter, Orkut og Myspace. fremstillingen involverer også en redigering av selvet; en legger ikke bare til det en lengter etter å identifisere seg med, en har også muligheten til å bortsensurere de sidene ved en selv som en i den fysiske verden besitter, men som en allikevel ikke ønsker å ha som en del av ens identitet (Thomas, 2007). Eldre kan bli unge igjen, beskjedne kan være frempå, «outsideren» kan bli den populære. Internett tilbyr således en mulighet til å leke og eksperimentere med identitet uten å måtte gjøre dette innenfor de båndene som vanligvis er lagt på en i form av kjønn, kropp, alder og sosioøkonomisk bakgrunn. Erikson (1968) så på store deler av midtre og sen ungdomstid som et psykososialt moratorium hvor rolleeksperimentering med en voksen identitet kunne ta til. Gjennom moratoriet tenkte han seg at ungdommen integrerte alle tidligere identifikasjoner fra barndom og tidlig ungdom i en ny identitetsstruktur som kunne tas i bruk i møte med verden. Det kan argumenteres for at Internett kan bli et rom for et slags psykososialt moratorium, hvor ungdommen kan finne frem til en identitet uten å måtte eksperimentere og teste ut roller i den fysiske verden. På den andre siden er det, som nevnt, lite forskning som ser på sammenhengen mellom identitet og meningsdannelse

på Internett og hvordan denne relaterer seg til hvem en er og hva som blir meningsfullt for en i «verden utenfor». Thomas (2007, s. 36) trekker i denne sammenheng frem at det ligger et faremoment i denne muligheten til å forfatte seg selv; dersom ungdom projiserer en idealisert identitet (men like fullt en identitet som er *deres*) inn i selvskapte perfekte vesener på Internett, hvordan skal de i hverdagen «utenfor» leve opp til sitt virtuelle selv?

Ungdom og meningdannelse i virtuelle verdener

I kommersielle nettsamfunn som involverer såkalte virtuelle verdener (eksempelvis World of Warcraft, Age of Conan, Anarchy Online og Second Life) gis deltakerne også muligheten til å skape en selvvalgt kropp med tilhørende personlighet, etnisitet, kjønn, rase og alder. Thomas (2007, s. 6) kaller disse markørene (utseende, personlige eiendeler, språk, personlighet m.m) som blir brukt til å formidle rollefigurens identitet for *identitetens semiotikk*, og et viktig spørsmål er hvordan disse relaterer seg til ungdommens fullstendige identitetsopplevelse.

Schneider (2004) forfekter, som nevnt, viktigheten av å være lydhør til kompleksiteten i verden, og å ta innover seg kontrastene og de fabelaktige paradoksene for å virkelig oppleve verden i dens forunderlige, sitrende og fargesprakende form. Han mener også at de aller fleste lar være å ta innover seg dybden og kompleksiteten i verden (av grunner som allerede er nevnt tidligere i oppgaven), og velger minste motstands vei som ofte innebærer å leve gjennom filmer, bøker, eller nettopp dataspill. En økende tilgjengelighet av virtuelle verdener og sosiale samfunn på Internett kan potensielt forstyrre muligheten til å søke etter og integrere en slik inderlig mening (som Schneider beskriver) i verden utenfor. Det kan også tenkes at noe av det som er tiltrekkende i slike virtuelle verdener er at de semiotiske ressursene blir «tydeligere» for ungdommen, - og slik enklere å forholde seg til. Mye av den overveldende kompleksiteten forsvinner; personlighetsvariablene varierer kun innenfor en skala fra en til ti, og de samvarierer kun med et begrenset antall andre variabler. De flytende overgangene, relativiteten og nyansene som gjør verden så kompleks (og som også noen ganger kan gjøre den kaotisk og så overveldende at resultatet blir en apatisk tilnærming) er i større grad kategorisert og operasjonalisert i de virtuelle verdenene. Dette kan tenkes å lede til en «enklere» form for identitet og mening som til gjengjeld ikke bærer i seg den undrende ydmykheten som Schneider beskriver, da kompleksiteten har blitt redusert

til forståelige og oversiktlige størrelser (som ikke bærer i seg det truende potensialet for kaos). Om dette er tilfelle, kan det videre undres om en slik forenklet forståelse kan bli generalisert til verden utenfor onlinespillene, da en slik forståelse på mange måter minner om det Schneider (2004) beskriver som et liv levd gjennom det kompetente senteret og via «minste motstands vei». Allikevel er det langt fra sikkert at alle disse ungdommene ville lande på et undrende ydmykt standpunkt eller et flytende sentrum i møte med verden utenfor. Det kan derfor tenkes at de virtuelle virkeligheten og de nettbaserte sosiale felleskapene gir muligheter for engasjement og sosial tilhørighet til mennesker som kanskje ikke ville opplevd dette utenfor spillet (i den aktuelle perioden av livet). På denne måten kan de virtuelle verdenene tenkes å danne mulige kilder til mening for mennesker som har vansker med å finne kilder til mening i den fysiske verden.

Thomas (2007) bruker et begrep fra teateret for å beskrive onlineopplevelsen i disse virtuelle verdenene: Tilstanden *metaxis* beskriver det å «fullstendig og samtidig tilhøre to forskjellige og selvstendige verdener; bildet av virkeligheten, og virkeligheten av bildet» (Boal, 1995, vår oversettelse). En tradisjonell oppfattelse vil være at en *er* der en fysisk er; en er i rommet, foran maskinen. Men akkurat som dagdrømmer og fantasier noen ganger kan bli mer virkelige enn rommet hvor en drømmer dem, kan ikke også virtuelle verdener synes mer virkelig enn den fysiske virkeligheten? Det er tross alt ikke snakk om en sporadisk og tilfeldig tilstedeværelse, ungdommen bygger opp sin rollefigurs identitet over tid, gjennom både klær, personlige eiendeler, utseende, språkbruk, personlighet og historier, og knytter – gjennom rollefiguren – sosiale bånd til andre ungdommer. Lemke (1998, s. 288–289) hevder i denne sammenheng at vår virkelighet er der hvor vi eksisterer *semiotisk* på et gitt tidspunkt. Thomas (2007) har fulgt ungdommer i slike virtuelle virkeligheter over en syvårsperiode, og hun er også selv en deltaker i slike onlinefelleskap. Hun beskriver i denne sammenheng at «når jeg er inni Second Life så gjør de semiotiske ressursene som former min Second Life-verden at denne trer frem i forgrunnen som *mer virkelig* enn min andre verden hvor jeg sitter alene i et rom foran en datamaskin» (Thomas, 2007, s. 8, vår oversettelse). Hvis det er slik som disse teoretikerne hevder – at erfaringen av å være en rollefigur i en virtuell verden gir ungdommen erfaringen av at dette i øyeblikket er mer virkelig en «verden utenfor» – hvor mye av rollefigurens identitet og meningsgrunnlag vil ungdommen ta med seg ut av den virtuelle verden, og inn i den fysiske verden?

Thomas (2007) foreslår i denne sammenheng at det i forhold til emosjonsregulering kan virke som om at noen ungdommer bruker karakterene i onlinespillene til å håndtere emosjonelt utfordrende hendelser «i verden utenfor». Rollespillene kan også tilrettelegge for en emosjonell utprøving som kan bli verdifull. Å kunne uttrykke både glede og skuffelse gjennom disse karakterene kan bli en viktig måte å håndtere de omskiftelige følelsetilstandene som ungdommen opplever (Thomas, 2007, s. 160). Men også her er spørsmålet om i hvilken grad ungdommen generaliserer denne lærdommen til verden utenfor ubesvart.

Innenfor sosialpsykologien har en lang forskningstradisjon (omtalt i Myers, 2007, s. 98–100) hevdet at når en blir bedt om å presentere seg selv på en spesifikk måte (om måten er tilfeldig valgt ut) og en i ettertid blir spurt om det en har presentert er forenlig med ens identitet, så vil en fremstille det som mer forenlig enn hvis en ikke hadde presentert det. På Internett velger en selv hva en vil presentere, og det kan derfor tenkes at en vil få et mer personlig forhold til det enn om andre har valgt det for en. I et slikt resonnement vil det være naturlig å anta at i alle fall deler av internettidentiteten blir inkorporert i en helhetlig identitet – men det foreligger som nevnt lite forskning på området, så en slik hypotese gjenstår å bli avkreftet eller støttet.

May (1995) hevdet, som tidligere beskrevet, at dagens samfunn sulter etter myter. Flere av de virtuelle verdenene som er beskrevet ovenfor, har overordnede historielinjer som hver enkelt spiller kan veve sine egne historier inn i. World of Warcraft, verdens mest spilte onlinespill, har en egen *mytologi* som berører alle de som spiller. Kan det tenkes at ungdom som mangler myter til å gi mening til hverdagen gjennom, faktisk finner erstattende myter i disse virtuelle virkelighetene? Myter, slik May (1995) beskriver dem, bidrar med å gi mennesket mening i sitt liv på minst fire måter: ved å gi en følelse av identitet, ved å underbygge våre etiske verdier, ved å gjøre fellesskapsfølelse mulig og ved å gi en forklaring på de store (og truende) mysteriene i livet. De virtuelle virkelighetene gir, som vi har sett, muligheten til å utforske og etablere identitet(er) (om denne eller disse identitetene strekker seg ut i den fysiske virkeligheten utenfor er ennå ikke avklart). Det kan allikevel argumenteres at mytene i internettsamfunn slik oppfyller punkt 1 av Mays mytebeskrivelse. Om de underbygger etiske verdier er vanskeligere å fastslå, og dette vil sannsynligvis variere på tvers av de forskjellige virtuelle virkelighetene. Noen av disse rommer historier som ligner veldig på den fysiske virkeligheten vi lever i idag; for eksempel

kan en i Second Life gjøre helt hverdagslige ting som å kle seg og gå på jobb. I World of Warcraft er hverdagen mer eventyrlig; en drar på oppdrag for å ta livet av monstre og belønningen er magiske eiendeler og forbedrede personlige egenskaper. Hvorvidt noen av disse oppdragene blir utført med bakgrunn i etiske begrunnelser er vanskelig å si. Videre vil vi hevde at fellesskapfølelse er en svært viktig del av opplevelsen; som beskrevet ovenfor er det mulig at disse virtuelle virkelighetene tilbyr sosiale fellesskap til ungdom som har vansker med å knytte relasjoner i den fysiske virkeligheten. I forhold til Mays siste punkt; det å gi en forklaring på de store mysteriene i livet, har World of Warcraft (som nevnt) en egen mytologi, og denne inkluderer en skapelsesberetning. Dette betyr ikke at denne blir generalisert til virkeligheten utenfor, men det betyr allikevel at ungdommen, i det de spiller, har en myte å forholde seg til og en mytologi til å gi mening til den virtuelle virkeligheten gjennom. Kan hende er nettopp dette, at det forekommer såpass stort overlapp med Mays kriterier for myter, en av grunnene til populariteten til disse virtuelle virkelighetene – er det mulig at de dekker et behov for myter som ikke blir dekket i verden utenfor?

Oppsummering

Vi har i denne delen av oppgaven forsøkt å se på hvordan noen aspekter ved dagens samfunn potensielt kan være utfordrende for ungdoms muligheter for meningdannelse. Mange teoretikere foreslår at dagens vestlige samfunn preges av en stadig økende individualisering, og en slik individualisering kan i relasjon til ungdoms meningdannelse innebære at mer ansvar bli plassert i individet, at institusjonene mister sine rolle som anker i hverdagen og at ungdommene må forholde seg til det utviklingsmessige spørsmålet om alminnelighet og unikhhet på et annet grunnlag enn tidligere. En økende globalisering og større krav til rollemangfold og rolleflexibilitet er også faktorer som kan tenkes å spille inn på ungdoms meningdannelse.

Fromm foreslår at samfunnet i dag i stor grad er styrt av en forbrukskultur som fremmer lystoppnåelse, eller hedonisme, som det viktigste målet i livet. Dette leder i følge Fromm til at mange søker mening kun gjennom lystoppnåelse, og at dette vanligvis gjøres gjennom materielle goder. Slik dannes mening via en passiv *ha*-livsstil, en livsstil som går på bekostning av en mer skapende og unik *være*-livsstil. Et slikt hedonistisk fokus som her

blir foreslått kan også ha ringvirkninger for ungdoms forhold til egne emosjoner; det kan tenkes at en ensidig vektleggelse av nytelse og lykke kan resultere i at følelser av mer negativ valør forblir uintegreerte i den unges emosjonsregister. Schneider foreslår (i kontrast) at dagens samfunn ofte oppfordrer til en «regresjon til gjennomsnittet», og dette kan tenkes å resultere i en innsnevring av den unges emosjonsrepertoar i begge ender; en avkutting av både intense negative og positive følelser. Videre drøftes det om det blir vanskeligere for ungdommen å forholde seg til egen kropp på en meningsfull måte når kroppen blir noe man *har* fremfor noe man *er*. Til slutt blir Internett belyst som en arena hvor meningsøkningen og identitetsdannelse ikke følger de samme reglene som i den fysiske virkeligheten. Hvordan den enorme friheten og det vide eksperimenteringsrommet Internett tilbyr relaterer seg til ungdoms meningsdannelse er vanskelig å si noe konkluderende om, men det kan uansett forstås som et forum som endrer rammebetingelsene for meningdannelse og identitetsetablering betraktelig. Internett blir også drøftet i relasjon til Mays myter; kan det tenkes at den virtuelle virkeligheten dekker et behov for myter (eller mening) som de unge ikke får dekket av verden utenfor?

Fra å reflektere rundt hvilke aspekter ved dagens samfunn som kan være utfordrende for ungdoms meningsdannelse vil vi i del tre gå videre til å drøfte hva som kan skje dersom ungdommer opplever vansker med å etablere mening; siste del av oppgaven vil forsøke å belyse relasjonen mellom mening og psykisk helse.

Kan meningsløshet avle psykiske vansker i ungdomstiden?

Teoretikerne som har blitt beskrevet tidligere i oppgaven har alle satt ord på hva menneskelivet kan bli uten mening; Schneider (2004) omtaler det som et grått, kjedsommelig midtpunkt, hvor en ikke får brukt ens potensiale og heller ikke virkelig får oppleve eksistensens forunderlighet; May (1995) tenker at en myteløs og meningsløs eksistens resulterer i overstimulering og som et resultat av dette, en apatisk og grå tilnærming til livet. Fromm (1993) beskriver massenes apati og maktesløshet, og hvordan mange lever uten mening og dypere følelser, kun oppslukt av arbeid og fornøyelse. Også Maslow snakker om en slik tilstand, en slags «verdiløshet» som leder til en blek, kjedelig, uemosjonell og kald livsførsel (1971), mens Frankl (1963) beskriver det som et eksistensielt vakuum. En fellesnevner for disse beskrivelsene er at de alle omhandler meningsløshet; og gjennom denne delen av oppgaven forsøker vi å se på forholdet mellom nettopp meningsløshet og psykisk helse hos ungdom.

Psykisk helse bør ikke utelukkende forstås som en tilstand kjennetegnet av fraværet av psykisk ubehag. Psykisk helse kan også forstås som en tilstand som blir påvirket av individets livskvalitet. Man kan tenke seg en gjensidig avhengighet mellom psykisk helse og livskvalitet hvor god psykisk helse kan forstås som en betingelse for opplevd livskvalitet, mens livskvalitet igjen vil virke inn på ens psykiske helse. Å ha en god psykisk helse innebærer en følelse av personlig vekst, en opplevelse av å ha mening i ens liv og å være i utvikling (Ryff, 1995). Begrepet psykisk helse representerer på mange måter et økende fokus på alminneliggjøringen av psykiske vansker, og utgjør derfor en kontrast til det tidligere psykiatribegrepet hvor fokuset på patologi og avvik fra normen stod langt sterkere (Ro-

gan, 2004). Den tradisjonelle psykiatريفirståelse bar i større grad i seg en nedvurdering av individets bidrag i sin egen bedringsprosess samt en mer hierarkisk behandlingrelasjon. Psykisk helse-forståelsen er i tråd med et humanistisk-eksistensielt perspektiv hvor individet, i kraft av å være en intensjonell aktør, skaper grunnlaget for sin egen eksistens.

Forekomsten av psykiske plager synes å være stigende i befolkningen generelt, men dette ser særlig ut til å gjelde for unge (Hegna, 2005, s. 101). I 2002 ble det rapportert høyere forekomst av symptomer på psykiske plager blant ungdom enn hva som var tilfelle i 1992. Særlig depresjon synes å være økende, og jenter som gruppe synes å være mer plaget av depressive symptomer enn gutter, mens gutter som gruppe har hatt en sterkere *økning* i rapporterte depressive symptomer det siste tiåret enn hva som er tilfelle for jenter (Hegna, 2005, s. 101–104). Det ser også ut til at det er en generell økning blant unge menn som oppgir symptomer på depresjon (Barstad mfl., 1996). Fra 12–14 årsalderen utgjør angst og depresjon de største diagnosegruppene, og norske studier indikerer at 15–20 % av ungdom har betydelige symptomer på depresjon (Mykletun mfl., 2009). Depresjon er, som vil bli belyst i denne delen, en psykisk lidelse som kjennetegnes av blant annet en følelse av meningsløshet.

Denne siste delen av oppgaven vil ta form som en refleksjon rundt, og en undrende tilnærming til relasjonen mellom psykisk helse og mening hos ungdom i dagens samfunn, med innslag av ulike studier og statistikk. Vi har tatt i bruk tre eksistensielle innfallsvinkler for å forsøke å bedre forstå dette forholdet, og disse tre vil bli presentert i følgende rekkefølge: (1) ungdom og opplevelseskonsum, (2) fremmedgjort, og ikke-fremmedgjort aktivitet, og (3) eksistensiell frihet.

Ungdom og opplevelseskonsum

Vi vil i denne delen undersøke hypotesen om at en utoverrettet opplevelsessøken muligens kan forstås som en form for rask løsning (Schneider, 2004), som tilbyr midlertidig lindring av det ubehaget som meningsløsheten kan gi.

Eksperimentering og utforskning er, som nevnt, en grunnleggende del av den personlige utviklingen som foregår i ungdomstiden. Søken etter nye opplevelser og stimuleringer blir en viktig del av ungdommers måte å bli kjent med og forholde seg til både seg selv og

verden på. Vi har tidligere i oppgaven pekt på en tendens hos unge til å orientere seg utover i sin søken etter mening og identitet, og dette har blant annet blitt beskrevet gjennom Fromms *ha*-livsstil hvor en *er* i kraft av ytre materielle elementer fremfor indre, personlige attributter (1993). Det kan i denne sammenheng hevdes at vi i dag ser en utvikling i retning av en økende orientering utover; at det eksterne i større grad utgjør holdepunkter for den unge. Tilgjengeligheten til sosiale nettverk og uendelige mengder informasjon på Internett kan tenkes å bidra til at ungdommen sjeldnere får sjansen til å kjede seg. En mer ekstrem utoverrettet opplevelsessøken kan illustreres gjennom en økning i ubeskyttet seksuell aktivitet (Edgardh, 2007). Dagens ungdom synes å ha sin seksuelle debut tidligere, de har hyppigere seksuell kontakt (Aavitsland, 2003), samt flere seksualpartnere enn tidligere (Edgardh, 2007). Et annet eksempel på slik opplevelsessøken er forbruket av rusmidler – og vi har i nyere tid sett en økning i alle former for rusbruk blant ungdom (Hegna, 2005, s. 92). Til tross for at det har vært en økning av alkoholforbruk i voksenbefolkningen generelt, er økningen hos ungdom langt høyere (Bye mfl., 2003, s. 164). Flere ungdommer drikker seg beruset og flere drikker seg beruset ofte (Hegna, 2005, s. 92)⁴. Rusmiddelavhengighet har i noen studier blitt relatert til meningsløshet (Newcomb og Harlow, 1986). Men hvordan kan en slik opplevelsesmessig «utoversøken» forstås i sammenheng med de unges meningsdannelse og psykiske helse?

Det å inngå i ekstreme og til tider farlige aktiviteter (som eksperimentering med rusmidler) vil for noen kunne lede til en forbigående følelse av å kjenne seg mer levende. Schneider (2004) hevder at en slik søken er et forsøk på å innhente vikarierende erfaringer fordi en mangler noe mer grunnleggende; et avklart forhold til ens egen eksistens i verden. Som nevnt tidligere i oppgaven hevder Schneider at livet gjennom det kompetente senteret ofte leves gjennom andre; gjennom tv-serier, dataspill, og bøker. Det kan tenkes at det kompetente senteret også får utfolde seg gjennom en konsum av erfaringer i forsøk på å «fylle opp tomrommet» eller «fargelegge gråheten» i hverdagen. Å inngå i risikoferd kan slik ses som et forsøk på å tillegge hverdagen en mer meningsfull dimensjon.

En videre forståelse av slik «utoversøken» kan tolkes i retning av at ungdom strever med å finne noe i dagens samfunn som de opplever det er verdt å dvele ved; noe som

⁴Mens en ungdom i gjennomsnitt konsumerte 3,04 liter ren alkohol i 1994 ser man i 2003 et forbruk på 5,55 liter alkohol per ungdom (Bye mfl., 2003, s. 164).

fremstår som meningsfullt for dem. Som nevnt ovenfor har det blitt foreslått (Fromm, 1993) at vår samtid er preget av et fokus hvori det å *ha* og å forbruke blir fremmet som idealet. Dette vil for mange kunne gi en opplevelse av tomhet, da de kun *er* som et resultat av deres eiendeler, og opplevelsen av manglende mening kan som et resultat av dette bli påtrengende. Yalom (1980) gikk gjennom mye av forskningen som til da var gjort på forholdet mellom mening og psykisk helse, og konkluderte med at manglende mening⁵ var assosiert med psykopatologi. Nyere studier har funnet at mening er positivt korrelert med håp, og negativt korrelert med depresjon (Mascaro og Rosen, 2006). I tillegg har en rekke studier funnet en positiv sammenheng mellom mening og personlig velvære (King mfl., 2006). Debats (1996) kartla at opplevelsen av å ha mening i livet påvirker både positive og negative aspekter ved velvære, at det relaterte seg til forbedring under psykoterapiforløpet, og at det predikerte psykoterapieresultatet (også når pasientenes nivåer av velvære før behandlingen startet var kontrollert for). Disse studiene peker i retning av et forhold mellom mening og psykisk helse hvor opplevelsen av å ha mening i livet er relatert til psykisk velvære og håp, mens meningsløshet er nærmere forbundet med psykiske vansker som depresjon. Det er allikevel viktig å huske på at alle disse studiene omhandler korrelasjoner, og at det derfor ikke lar seg gjøre å si noe om kausalitet.

May (1995) beskriver, som nevnt tidligere, myter som en måte å organisere opplevelser på, og som en måte å gi dem mening på. Uten myter til å ramme inn opplevelsene med, kan det derfor tenkes at det blir naturlig for ungdommen å kontinuerlig søke nye opplevelser fordi opplevelsene en allerede har opplevd ikke utgjør deler av en helhetlig og meningsfull historie, men heller forblir fragmenterte, ukjente og meningsløse. Det kan av disse grunnene bli relevant å forsøke å forstå ungdom som «opplevelseskonsumenter» gjennom deres stadige påfylling av nye opplevelser.

Denne søkenen til nye opplevelser bidrar ikke nødvendigvis til at tilværelsen blir mer meningsfull for dem, siden det de mangler muligens er noe mer grunnleggende enn som så. Damon mfl. (2003) hevder i denne sammenheng at resultatet av at unge ikke får noe meningsfullt å dedikere seg til i oppveksten blir en «drivende» tilstand som kan lede til psykiske vansker. Damon mfl. (2003, s. 120) trekker videre frem forskning som indikerer

⁵Det må her tas forbehold om at begrepet «mening», som tidligere nevnt, har en svært mangfoldig natur og derfor vanskelig lar seg entydig definere. Som et resultat av dette har flere av studiene som er sitert i denne delen av oppgaven operasjonalisert «mening» på forskjellige måter.

at meningsløshet på et individuelt nivå henger sammen med blant annet depresjon og avhengighet. Han siterer også studier som hevder at meningsløshet på et sosialt nivå kan relatere seg til avvikende og destruktiv atferd, manglende produktivitet og en manglende evne til å opprettholde stabile interpersonlige forhold. Men om en slik sammenheng mellom mening og psykisk helse eksisterer, burde det ikke da være mulig å se noen forskjeller i kildene til mening hos mennesker med og uten psykiske vansker?

For å se nærmere på dette spørsmålet undersøkte Debats (1999) de viktigste kildene til mening hos unge mennesker med og uten psykiske lidelser. Han konkluderte med at den hyppigst rapporterte meningskilden for begge gruppene var relasjoner til andre mennesker. På andre plass kom «livsprosjekt», på tredje personlig velvære, og på fjerde selvaktualisering. Debats (1999, s. 46) hevder derfor at det at unge mennesker enten har meningsfulle relasjoner eller meningsfulle livsprosjekt er grunnleggende for at de skal oppleve livet som verdifullt og tilfredsstillende. I Debats studie viste det seg videre at de unge individene med psykiske lidelser oftere plasserte kilder til mening i selvaktualiseringkategorien, mens de uten psykiske lidelser hyppigere mente at personlig velvære oftere var en kilde til mening. På grunn av den utviklende karakteren til selvaktualisering tar Debats dette til inntekt for at de med psykiske lidelser har et mer presserende hastverk for å finne mening enn de uten psykiske lidelser (1999, s. 46). Videre kom det frem at individene uten psykiske lidelser hadde høyere nivåer av engasjement og involvering i de kildene de beskrev som meningsfulle sammnlignet med individene som hadde psykiske lidelser. Ungdommene med psykiske lidelser skårte også lavere på en «rammeverksskala» som var ment å måle i hvilken grad de var i stand til å se på livene sine i et større perspektiv, og de skårte lavere på «oppfyllelesskalaen» som var ment å måle i hvilken grad de følte de fullførte livsmålene de hadde satt seg. En slik manglende oppfattelse av ens eget liv i en større sammenheng stemmer overens med Mays tanker om en myteløs eksistens hvor en ikke har noe å organisere ens tilværelse etter. Av disse grunnene hevder Debats (1999, s. 34) at grad av mening i et menneskes liv ikke vil avhenge av hvilke typer meningskilder eller retninger det har, men av hvor involverte og engasjerte en er i disse kildene.

I kontrast til antakelsen om at meningsløshet nødvendigvis skaper psykiske vansker, og Debats' funn av at mennesker med psykiske lidelser har et mer presserende hastverk for å finne mening, beskriver og kartlegger Schnell (2010, s. 354) noe hun kaller for *eksis-*

tensiell likegyldighet. Dette er en tilstand preget av lav «meningsfullhet», og samtidig lav «meningskrise» (opplevd følelse av tomhet og meningsløshet). Individene som er karakterisert av eksistensiell likegyldighet opplever ikke livet sine som meningsfulle, men lider heller ikke under denne manglende meningen. Denne tilstanden minner om det Schneider (2004) beskriver som livet gjennom det kompetente senteret; det å alltid ta den letteste løsningen, å leve i en grå tilværelse som mangler meningsfulle og grunnleggende aspekter ved det å være menneske, men som ikke nødvendigvis preges av psykisk sykdom av den grunn.

Fremmedgjort aktivitet

Den affektløse måten å forholde seg til egne opplevelser på som står beskrevet ovenfor, stemmer godt overens med Fromms beskrivelse av å leve gjennom en *ha*-livsstil (1993). *Ha*-opplevelsene reflekterer et forbruk som man tar del i på en instrumentell måte. Fromm beskriver hvordan en skaffer seg nye ting og opplevelser i en søken etter lykke og mening. På samme måte som materielt forbruk foster en livløs relasjon mellom individet og objektet kan man også se et potensiale for en slik relasjon i måten mange ungdommer forholder seg til egne opplevelser på. Det kan på denne måten tenkes at ungdom som preges av en slik *ha*-livsstil kan stå i fare for å gå inn i en form for opplevelseskonsum. Dette kan ta form gjennom at massekulturen formidler forventninger om at de skal rekke over og søke ut et variert spekter av opplevelser. På denne måten kan opplevelser bli orientert utover mot prestasjon heller enn innover mot selve opplevelsen. Ved for eksempel å bestige den høyeste fjelltoppen, de bratteste fjellveggene, de fjerneste reisemål og nå over flest mulig turistattraksjoner er det en fare for at disse kan bli opplevelser som finner sted utenfor det enkelte individ. Dette betyr imidlertid ikke at opplevelsene *trenger* å være av *ha*-kvalitet; men for at individet skal kunne ta del i og være tilstede i sine egne opplevelser må hun tørre å gi slipp på massekulturens stadige krav om å *ha* (Fromm, 1993, s. 109). Fromm hevder det essensielle skillet ligger i måten man klarer å være *tilstede* i egen opplevelser på, og han foreslår at man kan se på aktiviteter som fremmedgjorte eller ikke-fremmedgjorte for å bedre forstå dette skillet.

Som vi tidligere har sett foreslår Fromm *være*-livsstilen som et alternativ til denne

mer konsumerorienterte *ha*-måten å leve på. En viktig dimensjon innenfor *være*-livsstilen handler om å være i «skapende aktivitet» (Fromm, 1993, s. 108-112). Det å være i skapende aktiv står i kontrast til det å være ytre aktiv på en travel og fremmedgjort måte, hvor sistnevnte beskrives gjennom en tilsvarende søken som beskrevet ovenfor; et stadig konsum av opplevelser. Fromm hevder at aktivitet i vår tid kun refererer til atferd og ikke til individet som har initiert denne atferden. Aktivitet i moderne forstand er derfor, ifølge Fromm, i stor grad drevet frem av ytre krefter eller av en indre angstpreget trang. Dette kan tenkes å reflekteres i et opplevelseskonsum i dagens samfunn, hvor den unge beveger seg videre til stadig nye opplevelser uten å virkelig ta dem innover seg. Individet indre prosesser tillegges slik mindre vekt og opplevelsens betydning etableres i større grad ut fra en ytre standard. Ungdommen søker ut nye og intense opplevelser, for eksempel gjennom eksperimentering med rus og seksualitet, men tar seg sjelden tid til å virkelig være tilstede i disse opplevelsene.

Fremmedgjort aktivitet (Fromm, 1993) innebærer at man ikke ser på seg selv som et handlende og intensjonelt subjekt. Man mangler opplevelsen av å være den aktive aktør som har initiert handlingen, tvert i mot opplever man å være *gjenstand* for ytre og indre krefter. Under slike forhold kan man oppleve å føle seg adskilt fra resultatet av ens egen aktivitet. Dette kan blant annet ses i sammenheng med hvordan ungdommers holdninger til seksuell aktivitet har endret seg fra å omhandle en aktivitet som blir bedrevet innenfor en relasjon, til å bli en aktivitet som har fått en økende egenverdi med det resultat at en relasjon mellom partene ikke lenger anses som en nødvendighet (Forsberg, 2006, s. 64). Seksuelle erfaringer behøver dermed ikke gi individet meningsfulle relasjonelle opplevelser, men kan i noen tilfeller ta form som en mer instrumentell aktivitet. Som en kontrast til dette foreslår Fromm (1993) at ved ikke-fremmedgjort aktivitet er individet skapende, og at skapelsen forankres gjennom at jeget etablerer og siden bevarer en relasjon til det hun har skapt. På mange måter kan en slik skapende aktivitet trekkes frem som en kontrast til dagens passive forbrukerkultur. Forbrukerkulturen kan, som nevnt ovenfor, hevdes å oppfordre ungdommen til å la være å dvele aktivt ved hennes opplevelser, og derimot oppfordre ungdommen til å søke ut nye erfaringer, fremfor å lete etter verdi og mening der de er. Den ikke-fremmedgjorte skapende aktiviteten er ikke orientert mot nytte eller prestasjon, men reflekterer i kontrast til dette en meningsbærende kvalitet (Fromm, 1993,

s. 110-112).

I relasjon til psykisk helse kan Fromms distinksjon mellom fremmedgjort og ikke-fremmedgjort aktivitet bidra til en økt forståelse av hvorfor mange ungdom strever med en følelse av meningsløshet og tomhet. Som vi tidligere har sett opplever 15–20% av norsk ungdom betydelige symptomer på depresjon (Mykletun mfl., 2009, s. 48), og en måte å forstå dette på kan være at ungdom i dagens samfunn i mindre grad inngår i en ikke-fremmedgjort skapende aktivitet. Debats mfl. (1995) kartla at meningsfullhet var sterkt assosiert med kontakt med en selv, andre og omverden, mens meningsløshet derimot var assosiert med en tilstand preget av nettopp fremmedgjørelse fra både en selv, andre og omverden. Dersom man ikke opplever seg selv som en handlende og intensjonell aktør i eget liv, kan det være en fare for at man opplever en økt distanse til egne handlinger. En konsekvens av dette vil i følge Fromm (1993) kunne være en fornemmelse av at opplevelsene finner sted på en fremmedgjort måte og dermed fremstår som mindre personlige og meningsfulle for individet. Opplevelsen av å være aktør i eget liv synes å fremme en meningsbærende prosess, og kan slik tenkes å motvirke depressive symptomer hos ungdom. Kan en slik fornemmelse av fremmedgjøring som her blir beskrevet tenkes å spille en rolle i andre typer psykiske vansker?

Identitetsrelaterte lidelser som personlighetsforstyrrelser, spiseforstyrrelser og atferdsforstyrrelser har fått en oppblomstring i nyere tid (Jørgensen, 2009, s. 246). I denne typen vansker kan psykologiske fenomen som splitting, dissosiasjon og en følelse av meningsløshet være gjennomgripende. I den forbindelse blir det naturlig å undre seg over hvilke forhold som kan danne bakteppet for en slik utvikling. Felles for disse lidelsene er en skjør og lite integrert jeg-identitet som kan føre til at individene opplever forvirring og kaos ved forsøk på å agere i en stadig mer kompleks virkelighet (Jørgensen, 2009). Man kan i følge Jørgensen (2009) ofte se umodne emosjonelle og kognitive evner i forbindelse med disse lidelsene, og dette kan bidra til at individene føler seg fremmedgjort i sin interagering med den øvrige verden. I følge Jørgensen er det flere som opplever forvirring og fremmedgjørelse i dag enn tidligere – og dette kan tenkes å henge sammen med den økende utoverorienteringen og opplevelseskonsumeringen som står beskrevet ovenfor. Dersom ungdommens selvverd og identitet i hovedsak baseres på ytre prestasjoner kan viktige utviklingspsykologiske prosesser stå i fare for å bli neglisjert.

Ut fra drøftingen ovenfor vil vi hevde at mye tyder på at dagens hurtige samfunnsutvikling virker inn på ungdoms psykiske helse, blant annet gjennom at kravet til en velintegret jeg-identitet synes å være økende. Individuer med en velintegret jeg-identitet har bedre forutsetninger for å kunne inngå i sammenhengende, skapende og meningsbærende prosesser relativt uavhengig av tilpasningskravene fra samfunnet. Jørgensen (2009, s. 247) hevder at den økende friheten i vår kultur derfor kan være utviklende og føre til vekst hos mange ungdommer. Han påpeker videre at en mindre andel av ungdommene derimot vil streve med forvirring og fremmedgjørelse i møte med den samme friheten. I kontrast til Jørgensens syn på frihet hevder Schneider (2004) at det vi i dag kaller frihet er langt fra så fritt som vi forestiller oss; han postulerer at selv om vi tilsynelatende har uendelig med frihet; så blir parameterne vi kan være frie innenfor trangere og trangere.

Frihet; potensiale eller fallhøyde?

Freedom is just another word for nothin' left to loose

– K. Kristofferson og F. Foster, *Me & Bobby McGee*

Vi har tidligere i oppgaven beskrevet hvordan mange momenter peker i retning av at dagens samfunn tilbyr sin ungdom større frihet enn det som var vanlig i tidligere epoker. Mulighetene til å «sneke en skjebne» kan synes tilnærmet ubegrensede; og tidsånden kan på mange måter uttrykkes gjennom ordtaket «aim for the moon, for if you miss it, you will still end up among the stars». Disse ordene sier noe om mulighetene som er gitt, men også noe om forventningen om at en faktisk skal bruke mulighetene en har fått; for hvis en, på tross av all denne friheten, allikevel ikke klarer å komme dit hen en vil, da sitter en alene igjen med ansvaret.

May (1958) beskriver hvordan en slik frihet mange ganger kan oppleves som overveldende og at mange derfor henfaller til konformitet og en ikke-autentisk livsførsel. Konformiteten tar form som et resultat av at enkeltindividet absorberes i et hav av meninger og holdninger; et hav som blir så stort og sterkt at det blir stadig vanskeligere å svømme motstrøms. Å fortape seg i konformitet vil i følge May (1958) lede til et tap av bevissthet, potensiale og av de aspektene ved individet som gjør henne unik og original. Konformiteten May beskriver minner om det Schneider (2004) omtaler som et liv gjennom det kompetente

senteret; et utgangspunkt som består i å ta den enkleste veien, å klare seg bra nok, men ikke trå de stiene som kan virke utfordrende – en slags regresjon til gjennomsnittet av en selv, en avkutting av ytterpunktene. Kierkegaard (2000) mente at individets egne eksistensielle sannheter må skapes gjennom en prosess av undring og erfaring hos hvert enkelt individ. Og kun slik, mente han, kunne mennesket finne en livsanskuelse; en forestilling om livets mål og mening. Mening kan altså ikke forhåndsproduseres, men tar form som en erkjennelse den enkelte må ta inn over seg ved å gjøre den til sin egen sannhet. Fromm (1993, s. 109-110) hevder at det å skulle løsrive seg fra den dominerende og konforme *ha*-livsstilen i vårt samfunn vil kunne oppleves som angstprovoserende. Når ens identitet i stor grad er basert rundt personlige eiendeler, vil det vekke angst å skulle distansere seg fra disse gjenstandene. Hvem skal en være dersom en ikke kan støtte seg til de tingene en eier?

Faren for å bli konform ligger altså som et bakteppe hos flere av disse eksistensielle tenkerne; og konformiteten blir på mange måter en frihetstyv. May (1981) hevder at samfunnet i dag ikke bare mangler myter, men også i stor grad mangler frihet. Dette står som en kontrast til tidligere deler av oppgaven hvor vi har drøftet hvorvidt ungdommens frihet i dagens samfunn kan ses på som tilnærmet ubegrenset. May hevder at dagens unge vokser opp med en slags antakelse om at de er frie uten at de trenger å gjøre noe for å bli det, de tar friheten for gitt, og derfor får friheten aldri virkelig ta form. «He only earns his freedom and existence who daily conquers them anew» skrev Goethe, og dette at en faktisk må finne sin egen frihet blir ofte forsømt blant kavende krav om stadig økende effektivitet og fleksibilitet.

I relasjon til psykisk helse blir en slik eksistensiell frihet vanskelig å knytte til spesifikke lidelser eller symptomer, den forstås heller som en rammebetingelse for psykisk helse på et mer overordnet plan. Det å oppnå eksistensiell frihet i ens liv er en måte å være i verden på som er autentisk, inderlig og fullstendig (May, 1958). Å ha funnet en slik frihet kan også forstås som nært knyttet med det å oppleve hverdagen som meningsfull. Videre stemmer denne måten å være i verden på godt overens med Fromms skapende *være*-stil, og Schneiders flytende senter. Ungdomstiden, med sin utforskende natur, kan tenkes å være en gylden mulighet for å søke ut og ta innover seg en slik frihet, men den kan også, som vi har sett, representere en opplæring i materielle verdier og et lite undrende standpunkt.

Refleksivitet over egen posisjon

Vi har tidligere i oppgaven gjort leseren oppmerksom på vårt verdimeslige ståsted da forfatterens utgangspunkt vil være med på å forme en akademisk framstilling i noen grad (Finlay og Gough, 2003). Det at vi har et humanistisk ståsted, og i utgangspunktet er kritiske til forbrukersamfunnet, vil med all sannsynlighet ha vært med på å skjenke engasjement til argumentasjonsrekkene som drøfter markedsliberalismens negative innvirkninger på ungdoms meningsdannelse. Det er derfor viktig å påpeke at ulike verdimeslige utgangspunkt kunne ha ledet til en annen innfallsvinkel og forståelse av ungdoms meningsdannelse i dagens samfunn. Også meningsdannelse og dets relasjon til psykiske helse kunne blitt tolket innenfor en ganske annen forståelsesramme gitt en annet teoretisk utgangspunkt. Eksempelvis vil det være mulig ut fra et markedsliberalistisk synspunkt (for eksempel via Friedman og Friedman, 2002) å argumentere for forbruk som en måte å utfolde seg på; forbruk kan trekkes fram som en mulighet for lek og kreativitet og slik forstås som et middel til større frihet. I denne sammenheng er kunst et relevant eksempel; individet formidler sin kreativitet og unikheter gjennom et materiale. Klærne en bruker og objektene en omgir seg med kan, som nevnt tidligere i oppgaven, også tenkes på som et uttrykk for hvem en er; og noen vil ut fra en markedsliberalistisk syn hevde at tilgang på større utvalg kan slik tenkes å bidra med ytterligere valgfrihet i jakten på en meningsfull måte å uttrykke seg selv på. Vi vil allikevel påpeke at selv om det er mulig å bruke gjenstander konstruktivt og kreativt, så trenger ikke dette være et argument for at forbrukerkulturen har en gunstig innvirkning på ungdoms meningsdannelse. Det finnes nyanser i hvordan en forholder seg til gjenstander; et forbrukersamfunn som fremmer en bruk-og-kast mentalitet vil ikke oppfordre ungdommen til å forholde seg til sine gjenstander på en varig eller kreativ måte, men heller på en måte som tillater dem å kvitte seg med gjenstanden så fort noe nytt er tilgjengelig på markedet. Vi vil derfor hevde at forbrukerkulturen ikke oppfordrer unge til å bruke gjenstander på en meningsfull måte, men heller til en stadig påfylling av nye, meningsløse objekter; å ha for å ha, ikke for å ha noe å utfolde seg gjennom.

May (1995) beskriver hvordan ritualer er med på å gi form til myter i hverdagen, og det kan tenkes, i en forlengelse av dette, at materielle objekter kan bære i seg en rituell verdi og slik fungere som ankre for myter og mening i hverdagen. Vi vil allikevel hevde at

objekter som forankrer myter nødvendigvis vil trenge å ha en relativt varig kvalitet; og et samfunn som oppfordrer til masseforbruk av gjenstander vil sannsynligvis ikke fasiliteterer en slik ankerfunksjon, heller tvert imot.

Det kan også hevdes, fra et markedliberalistisk synspunkt, at materielle aspekter noen ganger kan oppfordre til en mer fullkommen tilstedeværelse fordi de gjør at en ganske enkelt føler seg bedre i øyeblikket; eksempelvis kan det å kle seg i favorittkjolen gjøre at en møter verden utenfor på en ganske annen måte. En slik forståelse vil på mange måter gå imot Fromms (1993) skille mellom det å *ha* og *være*, da forholdet til noe materielt (eksempelvis en kjole) slik ikke nødvendigvis behøver å forstås som preget av noe dødt og instrumentelt. Kanskje kan materielle eiendeler, i enkelte tilfeller, bringe individet i retning av en mer skapende aktivitet? I tråd med oppgavens hovedargumentasjon, vil vi hevde at det da ikke er forbruket i seg selv som gir mening, men visse kreative måter å forholde seg til gjenstander på. Allikevel kan det tenkes at følelsen av å suse gjennom gatene i en nyinnkjøpt kabriolet mens håret flagrer i vinden også kan oppleves som en ny måte å være i verden på. Verden oppleves på ny gjennom en materiell fordel som et forbrukersamfunn *kan* gi. På denne måten kunne det blitt relevant å argumentere for et forbruk som under visse betingelser kan forstås som meninggivende for individet. Vi vil allikevel hevde at dette bare vil gjelde for gjenstander den unge har et meningsfylt forhold til, gjenstander som blir “tatt ut av” bruk-og-kast-regimet. Meningsopplevelser som tar form gjennom masseforbruk kan hevdes å være av en mer forbigående karakter, og kan ofte forstås som fundert i ytre verdier. Meningsdannelsen som har blitt redegjort for i denne oppgaven kan forstås som en mer grunnleggende, eksistensiell prosess, en prosess som resulterer i en mening som antas å være av en mindre flyktig kvalitet enn som så.

Oppsummering

Vi har i den siste delen av oppgaven drøftet hvordan forholdet mellom meningsdannelse og psykisk helse hos ungdom kan forstås. Temaer som har blitt trukket fram i denne sammenheng er en «utoversøken» og «opplevelseskonsumering» som vi forstår som kompenserende for noe mer grunnleggende; det å ha noe meningskjenkende i eget liv. Fromms begreper *fremmedgjort* og *ikke-fremmedgjort aktivitet* har blitt tatt i bruk for å forsøke å forstå for-

holdet mellom mening og psykisk helse, og til slutt har vi forsøkt å reflektere rundt hvilken rolle eksistensiell frihet kan tenkes å spille i denne sammenheng. Vi har i tillegg presentert statistikk på økende psykiske vansker, og da særlig økende depresjon blant dagens ungdommer. Selve kardinalsymptomet på depresjon er nettopp en følelse av meningsløshet; og vi har tidligere foreslått at en slik meningsløshet kan knyttes til en hovedstrømskultur som oppfordrer til «regresjon til gjennomsnittet», som skjærer bort paradoksene i tilværelsen, og som i stor grad undergraver kompleksiteten og nyansene. Avslutningsvis har vi kort nevnt andre verdimeslige innfallsvinkler til ungdoms meningsdannelse i dagens samfunn, for å illustrere at forfattere med andre teoretiske utgangspunkt kunne forstått disse temaene på en ganske andre måter. Delen foreslår i sin helhet at det å leve i en følelse av meningsløshet kan ses i sammenheng med ungdoms psykiske helse, og at fremmedgjort- het og apati kan være resultater av å mangle slike grunnleggende eksistensielle aspekter i hverdagen.

Vi har i denne oppgaven undersøkt og drøftet ungdoms meningsdannelse innenfor et humanistisk-eksistensielt perspektiv. Dette har blitt gjort gjennom å forsøke å forstå hvordan dagens ungdommer forholder seg til og skaper mening ut fra grunnleggende eksistensielle spørsmål. Av de eksistensielle anliggende som har blitt drøftet har særlig en overvurdering av rasjonalitet, effektivitet og objektivitet (på bekostning av fantasi, kreativitet og subjektivitet), og mulighetene for autentisk og fullstendig tilstedeværelse i eget liv blitt sett på som relevante for ungdoms meningsdannelse. Også sammenhengen mellom disse har blitt belyst; det å kunne bruke ens fantasi som et meningsskjenkende verktøy er avhengig av friheten til å snekre egne rammer rundt ens eksistens, og friheten er igjen et resultat av et avklart forhold til ens egen forgjengelighet, og verdens paradoksale natur. Videre må en slik innsikt nødvendigvis formes gjennom et undrende ydmykt utgangspunkt, og det å være sentrert i et slikt flytende utgangspunkt kan igjen tenkes å være avhengig av nysgjerrighet og nettopp fantasi. Disse forstås altså som gjensidig avhengige eksistensielle temaer som er relevante gjennom hele livsløpet, men som ofte blir særlig viktige i ungdomstiden nettopp fordi det ofte er da de blir oppdaget og vekker undring. Videre har oppgaven belyst hvordan det kan ligge en fare for at ydmykheten og undringen kan bli overdøvet i dagens samfunn; og hvordan dette kan etterlate individet i et uavklart, meningstomt og lammende forhold til verden og seg selv. Et slikt utgangspunkt for voksenlivet vil for den unge kunne blekne den fargesprakende hverdagen til gråtoner, legge bånd på hennes unike menneskelige potensiale, og gjennom dette også skape en sårbarhet for psykiske vansker.

Litteratur

- Aavitsland, P. (2003). Ungdom, sex og helse. *Tidsskrift for den norske lægeforening*, 123(21), 3005–3005.
- Barstad, A., Roalsø, K., og Ryen, M. (1996). Sakker ungdommen akterut? *Samfunnsspeilet – tidsskrift om levekår og livsstil*, (1). Hentet fra <http://www.ssb.no/samfunnsspeilet/utg/961/7.html>.
- Berzonsky, M. D. og Adams, G. R. (2003). *Blackwell Handbook of Adolescence*. Blackwell, Malden, MA.
- Binswanger, L. (1963). *Being-in-the-world: selected papers*. Basic books, New York.
- Boal, A. (1995). *The Rainbow of Desire: The Boal Method of Theatre and Therapy*. Routledge, London.
- Bruner, J. S. (1990). *Acts of Meaning*. Harvard University Press, Boston.
- Bye, E. K., Bretteville-Jensen, A. L., Bryhni, A., Hauge, R., og Nordlund, S. (2003). *Rusmidler i Norge 2003*. Rapport, Sirius – Statens institutt for rusmiddelforskning. Hentet fra <http://sirius.no/Rusmidler+i+Norge+2003.d25-SMdnU3i.ips>.
- Csikszentmihalyi, M. (2001). Forord. I Schneider, K. J., Bugental, J. F. T., og Pierson, J. F., (red.), *The Handbook of humanistic psychology: leading edges in theory, research, and practice*. Sage, Thousand Oaks, CA.
- Damon, W., Menon, J., og Bronk, K. C. (2003). The development of purpose during adolescence. *Applied Developmental Science*, 7(3), 119–128.

- Debats, D. L. (1996). Meaning in life: Clinical relevance and predictive power. *British Journal of Clinical Psychology*, 35(4), 503–516.
- Debats, D. L. (1999). Sources of meaning: An investigation of significant commitments in life. *Journal of Humanistic Psychology*, 39(4), 30.
- Debats, D. L., Drost, J., og Hansen, P. (1995). Experiences of meaning in life: A combined qualitative and quantitative approach. *British Journal of Psychology*, 86(3), 359–376.
- Edgardh, K. (2007). Kraftig økning av Chlamydia trachomatis. *Läkartidningen*, 104(47).
- Elkind, D. (1994). *A sympathetic understanding of the child: Birth to sixteen*. Allyn and Bacon, Needham Heights, MA.
- Erikson, E. H. (1968). *Identity: youth and crisis*. Faber & Faber, London.
- Facebook (2010). Facebook | Statistikk. Hentet 2010-11-14 fra <http://www.facebook.com/press/info.php?statistics>.
- Finlay, L. og Gough, B. (2003). *Reflexivity: A practical guide for researchers in health and social sciences*. Wiley-Blackwell, Oxford.
- Forsberg, M. (2006). *Ungdomar och sexualitet: en forskningsöversikt år 2005*. Rapport, Statens folkhälsoinstitut. Hentet fra <http://www.fhi.se/PageFiles/3362/r200618Undomarochsex0605.pdf>.
- Frankl, V. E. (1963). *Man's Search for Meaning: An Introduction to Logotherapy*. Pocket Books, New York.
- Friedman, M. og Friedman, R. D. (2002). *Capitalism and freedom*. University of Chicago press.
- Fromm, E. (1965). *Flukten fra friheten*. Pax, Oslo.
- Fromm, E. (1993). *Å ha eller å være?* Aventura, Oslo.
- Frønes, I. (1984). Jevnaldermiljø, sosialisering og kvalifikasjon. I Beck, C. og Grue, L., (red.), *Å, Lykkelige ungdomstid?* Universitetsforlaget, Oslo.

- Frønes, I. (1994). *De likeverdige, om sosialisering og de jevnaldrendes betydning*. Universitetsforlaget, Oslo.
- Frost, L. (2003). Doing bodies differently? Gender, youth, appearance and damage. *Journal of Youth Studies*, 6(1), 53–70.
- Gazzaniga, M. S. (1998). *The Mind's Past*. University of California Press, Berkeley.
- Giddens, A. (1991). *Modernity and self-identity: self and society in the late modern age*. Polity Press, Cambridge.
- Greenberg, L. S. (2002). *Emotion-focused therapy: coaching clients to work through their feelings*. APA, Washington, DC.
- Habermas, J. (1991). *Borgerlig offentlighet: dens fremvekst og forfall : henimot en teori om det borgerlige samfunn*. Gyldendal, Oslo.
- Hegna, K. (2005). «Likestillingsprosjektets» barn. Rapport, NOVA. Hentet fra http://www.reassess.no/asset/1078/1/1078_1.pdf.
- Heidegger, M. (1962). *Being and Time*. Basil Blackwell, Oxford.
- Hergenhahn, B. R. (2005). *An introduction to the history of psychology*. Wadsworth Publication Company, Belmont, CA.
- James, O. (2007). *Affluenza: How to be successful and stay sane*. Vermillion, London.
- Jørgensen, C. R. (2009). *Identitet: psykologiske og kulturanalytiske perspektiver*. Reitzel, København.
- Kasser, T. (2002). *The high price of materialism*. MIT Press, Cambridge, Mass.
- Kaufman, S. R. (1994). *The Ageless Self: Sources of Meaning in Late Life*. University of Wisconsin Press, WI.
- Kierkegaard, S. (2000). *The Essential Kierkegaard*, (Hong, E. H. og Hong, H. V., red.). Princeton University Press, Princeton, N.J.

- King, L. A., Hicks, J. A., Krull, J. L., og Gaiso, A. K. D. (2006). Positive affect and the experience of meaning in life. *Journal of Personality and Social Psychology*, 90(1), 179–196.
- Krange, O. og Øia, T. (2005). *Den nye moderniteten: ungdom, individualisering, identitet og mening*. Cappelen akademiske forlag, Oslo.
- Kroger, J. (2007). *Identity development: adolescence through adulthood*. Sage, Thousand Oaks, CA.
- Lemke, J. L. (1998). Metamedia literacy: Transforming meanings and media. I Reinking, D., McKenna, M., Labbo, L., og Kieffer, R., (red.), *Handbook of Literacy and Technology: Transformations in a Post-typographic World*, s. 283–301. Routledge, Hillsdale, NJ.
- Mahler, M. S., Pine, F., og Bergman, A. (1988). *Barnets psykiske fødsel: symbiose og individualisering*. Gyldendal, Oslo.
- Mascaro, N. og Rosen, D. H. (2006). The role of existential meaning as a buffer against stress. *Journal of Humanistic Psychology*, 46(2), 168.
- Maslow, A. H. (1971). *The farther reaches of human nature*. Viking Press, New York.
- May, R. (1958). Contributions of Existential Psychotherapy. I Angel, E., Ellenberger, H. F., og May, R., (red.), *Existence: a new dimension in psychiatry and psychology*. Basic Books, New York.
- May, R. (1981). *Freedom and destiny*. W. W. Norton & Company, New York.
- May, R. (1995). *Myter og identitet: behovet for myter i vår tid*. Aventura, Oslo.
- McAdams, D. P. (1997). *The stories we live by: personal myths and the making of the self*. Guilford Press, New York.
- Myers, D. G. (2007). *Exploring social psychology*. McGraw-Hill, Boston.
- Mykletun, A., Knudsen, A. K., og Mathiesen, K. S. (2009). *Psykiske lidelser i Norge: Et folkehelseperspektiv*. Rapport, Folkehelseinstituttet.

- Newcomb, M. og Harlow, L. L. (1986). Life events and substance use among adolescents: Mediating effects of perceived loss of control and meaninglessness in life. *Journal of Personality and Social Psychology*, 51(3), 564–577.
- Putnam, R. D. (2001). *Bowling alone: the collapse and revival of american community*. Simon & Schuster, New York.
- Rifkin, J. (2000). *The age of access: the new culture of hypercapitalism, where all of life is a paid-for experience*. Tarcher/Putnam, New York.
- Rogan, T. (2004). Opptrappingsplanen: Fra psykiatri til lokalbasert psykisk helsearbeid. *Tidsskrift for psykisk helsearbeid*, 1, 6–12.
- Ryff, C. D. (1995). Psychological well-being in adult life. *Current directions in psychological science*, 4(4), 99–104.
- Santrock, J. W. (2002). *Life-span development*. McGraw-Hill, Boston.
- Santrock, J. W. (2008). *Adolescence*. McGraw-Hill, Boston.
- Schneider, K. J. (1998). Toward a science of the heart: Romanticism and the revival of psychology. *American Psychologist*, 53(3), 277–289.
- Schneider, K. J. (1999a). *The paradoxical self: Toward an understanding of our contradictory nature*. Humanity Books, New York.
- Schneider, K. J. (1999b). The revival of the romantic means a revival of psychology. *Journal of Humanistic Psychology*, 39(3), 13.
- Schneider, K. J. (2004). *Rediscovery of awe: Splendor, mystery, and the fluid center of life*. Paragon House, MN.
- Schneider, K. J. (2005). Biology and Awe: Psychology's Critical Juncture. *The Humanistic Psychologist*, 33(2), 167–173.
- Schneider, K. J., Bugental, J. F. T., og Pierson, J. F. (2001). *The Handbook of humanistic psychology: leading edges in theory, research, and practice*. Sage, Thousand Oaks, CA.

- Schneider, K. J., Galvin, J., og Serlin, I. (2009). Rollo May on Existential Psychotherapy. *Journal of Humanistic Psychology*, 49(4), 419.
- Schnell, T. (2010). Existential Indifference: Another Quality of Meaning in Life. *Journal of Humanistic Psychology*, 50(3), 351.
- Stern, D. N. (1998). *The interpersonal world of the infant: a view from psychoanalysis and developmental psychology*. Karnac, London.
- Strenger, C. (2005). *The designed self: psychoanalysis and contemporary identities*. Analytic Press, Hillsdale, N.J.
- Subrahmanyam, K., Smahel, D., og Greenfield, P. (2006). Connecting developmental constructions to the Internet: Identity presentation and sexual exploration in online teen chat rooms. *Developmental Psychology*, 42(3), 395.
- Thomas, A. (2007). *Youth online: Identity and literacy in the digital age*. Peter Lang Publishing, New York.
- Vik, L. J., Breidablik, H. J., Ekeland, T. J., Meland, E., og Eidsvåg, B. (2004). Kroppsdekorering, helse og identitetsutvikling. *Tidsskrift for den norske lægeforening*, 124(7), 960–962.
- von Tetzchner, S. (2001). *Utviklingspsykologi: barne- og ungdomsalderen*. Gyldendal akademisk, Oslo.
- White, R. og Wyn, J. (2004). *Youth and society: Exploring the social dynamics of youth experience*. Oxford University Press, Melbourne.
- Wong, P. T. og Fry, P. S. (1998). *The human quest for meaning: A handbook of psychological research and clinical applications*. Lawrence Erlbaum, Mahwah, NJ.
- Wyn, J. og White, R. (1997). *Rethinking youth*. Sage, London.
- Yalom, I. D. (1980). *Existential psychotherapy*. Basic, New York.