

**Serie
om følelser:**
Der er altid følelser på spil i
klasseværelset. I denne serie
beskriver Gymnasieforskning
nogle af dem.

Elevs selvopfattelse rummer følelser med fire s'er

Som underviser kan det være vanskeligt at spotte alle aspekter, der påvirker gymnasieelevers trivsel. For deres **selvopfattede** værdi afhænger både af, om de føler sig anerkendt i nære relationer, sociale fællesskaber, den faglige undervisning og i forhold til deres demokratiske rettigheder. Og hvert område kræver forskellige former for støtte.

Af **Annette Haugaard**

Unges selvopfattelse spiller en kolossal rolle for deres trivsel i gymnasiet. Den kan få dem til at deltage aktivt i timer, gruppearbejde, frikvarterer og skolens sociale liv, men den kan også isolere dem, gøre dem passive eller protesterende.

Selvopfattelse er det samlende begreb for de betydningsfulde følelser, der afgør, hvordan elever møder krav og udfordringer. Er den positiv, står de solidt med dybe rødder, kan vokse og lære. Er selvopfattelsen negativ, vajer de i vinden, visner eller ligefrem knækker.

Almindeligvis betragtes selvtillid og selvværd som en slags ydre og indre ingrediens i selvopfattelsen, men professor og leder af Center for Gymnasieforskning på Syddansk Universitet, Ane Qvortrup, udvider forståelsen med yderligere to aspekter, nemlig selvagtelse og self-efficacy. For via sin forskning i elevs trivsel i blandt andet gymnasiet kan Ane Qvortrup konstatere, at elever forhandler og former deres selvopfattelse på flere områder, der fletter sig sammen og indbyrdes påvirker hinanden.

"Jeg differentierer mellem fire s'er – selvtillid, selvværd, selvagtelse og self-efficacy – for at nuancere alle

de former for anerkendelse, som gymnasieelever kæmper for at få i en formativ periode af deres liv. Undervisere ved godt, at eksempelvis manglende venner kan påvirke de faglige præstationer, men manglende anerkendelse i sociale arbejdsfællesskaber og i politiske, demokratiske eller velfærdsretslige fællesskaber spiller også ind på selvopfattelsen og trivslen. I praksis kan det være svært at spotte, hvilke områder elever er ramt på, og det har ret stor betydning for, hvilken støtte der er brug for."

Den relationelle selvtillid

Det første aspekt af selvopfattelsen, som Ane Qvortrup fremhæver, låner hun fra filosofiprofessoren Axel Honneths såkaldte familiære sfære. Det kan oversættes til selvtillid, der høstes i gymnasieelevers indbyrdes venskaber og relationer, hvor de søger anerkendelse på et emotionelt plan.

"Selvtillid næres ved at have gode venner og føle, at klassekammeraterne synes godt om en. Det er vigtigt i uddannelsessammenhænge, fordi det giver lyst til at stå op om morgenen og gå i skole, bruge tid i skolen og engagere sig i skolearbejdet. Så den relationelle selvtillid har betydning for gymnasieelevers trivsel i bred forstand og for, at de fungerer i et studiemiljø," siger hun.

Når man som underviser møder elever med lav relationel selvtillid, opdager man det typisk ved, at de i høj grad holder sig for sig selv.

"Det er elever, som måske griber telefonen i frikvarteret og stirrer ned i skærmen for at se ud, som om de slet ikke har lyst til at være sammen med andre. I virkeligheden kan det være en forsvarsmekanisme for at skjule en lav relationel selvtillid," siger Ane Qvortrup og understreger, at det dog altid er individuelt, hvordan gymnasieelevers trivsel påvirkes af lav personlig selvtillid.

"For mange er det afgørende at have stærke og nære relationer på skolen, mens andre kan hvile i at være fagligt dygtige, og for dem betyder det mindre at have individuelle venskaber eller at opleve demokratisk og velfærdsretslig retfærdighed. Men jeg møder elever, som kæmper med lav selvtillid, der påvirker deres generelle trivsel. Til tider bliver sådanne elever misforstået i

klassen, fordi deres manglende selvtillid får dem til enten at blive meget væk fra skole eller forstyrre og larme i undervisningen for at få klassekammeraternes opmærksomhed. Som underviser er det helt afgørende at prøve at forstå de elever og i hvert fald ikke irrettesætte dem foran klassen, fordi deres selvtillid påvirkes yderligere negativt, hvis de kollektivt bliver udstillet på den måde."

Umiddelbart kunne arbejdet med selvtillid i relationer lyde som et personligt anliggende langt fra gymnasiets ansvar, men Ane Qvortrup mener også, at skoler og undervisere kan bidrage til den del af trivslen.

"Man kan eksempelvis lave faste makkerpar, så alle har en "buddy" i klassen, de måske skal give besked til om sygdom og fravær. Det skaber ikke i sig selv emotionelle venskaber, men giver en forpligtende relation og oplevelse af, at man menneskeligt er vigtig for nogen."

Det sociale selvværd

Det andet aspekt af selvføttelsen er ifølge Ane Qvortrup begrebet selvværdsættelse, som hun også låner fra Honneth. Selvværd opstår, når elever anerkendes for deres

"Hvis man ikke oplever sig accepteret i det sociale arbejdsfællesskab, tør man heller ikke byde ind fagligt, og det påvirker både ens præstationer, tiltro til egne evner og personlige selvtillid i negativ retning."

Ane Qvortrup

funktion eller deres kvalifikationer i sociale arbejdsammenhænge som eksempelvis gruppearbejde.

"Der er masser af arbejdsfællesskaber i gymnasiet, hvor elever søger anerkendelse for, om de kan bidrage med noget særegent via deres kvalifikationer og dem, de er. Det er vældigt udfordrende for nogle. Jeg hører eksempelvis unge sige, at de er nervøse for, om andre vil være i gruppe med dem, hvis de har lave karakterer, og på den måde kan

selvværd flette sig sammen med elevers faglige self-efficacy."

Som underviser kan man opdage lav selvværdsættelse, når elever for eksempel er afventende og overlader til andre at invitere dem ind i en gruppe eller til at lave opgave sammen. Lavt selvværd kan også medføre, at elever er passive i selve det fælles arbejde. Det kalder på støtte til at fjerne sårbarheden.

"Hvis man ikke oplever sig accepteret i det sociale arbejdsfællesskab, tør man

Undersøgelse: Selvføttelsen påvirker trivslen

Ane Qvortrups særlige interesse for danske elevers selvføttelse hænger sammen med, at hun siden marts 2020 hvert halve år har undersøgt folkeskoleelevers trivsel under og i kølvandet på corona-pandemiens nedlukning. Det viste, at især elevernes faglige trivsel – altså elevernes oplevelse af egne faglige evner, koncentrationsevne og problemløsnings-evne – og self-efficacy faldt igennem corona-tiden. Mange af de elever, der var hårdest ramt, er netop begyndt på en ungdomsuddannelse, og lige nu står Ane Qvortrup i spidsen for et nyt forskningsprojekt, der undersøger, hvordan de oplever starten på hf, stx, hhx, htx eller en erhvervsuddannelse.

I alt 9.416 unge fordelt på 100 ungdomsuddannelser over hele landet svarede i september 2023 på et spørgeskema om deres studiestart, og Ane Qvortrup og lektor Eva Lykkegaard er i øjeblikket i gang med de allerførste analyser af svarene.

"Vi kan se, at der er en klar sammenhæng mellem elevernes selvføttelse og deres emotionelle, sociale og faglige trivsel. Der er store variationer imellem de forskellige gymnasieuddannelser, men generelt ligger den faglige trivsel og self-efficacy'en på et lavt niveau hos mange, og det bekymrer mig. Det understreger, hvor vigtigt det er, at man som lærer er opmærksom på de forskellige aspekter, der udgør unges selvføttelse."

Ane Qvortrup og hendes kollega har foreløbigt statistisk identificeret fire grupper:

→ **Bundskraberne:** 2 procent af nye stx-elever og nye hf-elever, 5 procent af nye htx-elever og 1 procent af nye hhx-elever oplever både lav trivsel og lav self-efficacy.

→ **Dårligt kørende:** 17 procent af nye stx-elever, 26 procent af nye hf-elever, 12 procent af nye htx-elever og 13 procent af nye hhx-elever ligger middel på såvel emotionel som social og faglig trivsel, men dog højt på self-efficacy.

→ **Midt imellem:** 59 procent af nye stx-elever, 57 procent af nye hf-elever, 49 procent af nye htx-elever og 56% af nye hhx-elever ligger over middel på self-efficacy, emotionel trivsel og social trivsel samt middel på faglig trivsel.

→ **Højdespringerne:** 22 procent af nye stx-elever, 15 procent af nye hf-elever, 34 procent af nye htx-elever og 29 procent af nye hhx-elever ligger højt på emotionel trivsel, over middel på social trivsel samt middel på faglig trivsel og self-efficacy.

De vigtigste begreber i artiklen

- **Selvtillid**
Den skabes i venskaber og relationer, hvor man søger anerkendelse på et emotionelt plan. Man får selvtillid, når man føler, at vennerne synes om en.
- **Selvværd**
Det opstår, når elever anerkendes for deres funktion eller deres kvalifikationer i sociale arbejdsammenhænge som eksempelvis gruppearbejde.
- **Self-efficacy**
Handler om en persons forventning til at kunne udføre bestemte opgaver. Det næres af tidligere oplevelser, hvor det er lykkedes at løse opgaverne.
- **Selvagtelse**
Handler om, at man får anerkendelse ved at få opfyldt, hvad man opfatter som politiske eller demokratiske rettigheder.

heller ikke byde ind fagligt, og det påvirker både ens præstationer, tiltro til egne evner og personlige selvtillid i negativ retning. Gymnasiet kan støtte selvværdsættelsen ved at sammensætte grupper og fordele roller og funktioner, så eleverne ikke selv skal forhandle, hvem der for eksempel tager referat eller fremlægger. Det vil have den gavnlige effekt, at flere får succesoplevelser, der øger deres faglige tiltro til egne evner," siger Ane Qvortrup.

Self-efficacy og troen på egne evner

Det man vanligvis kalder faglig selvtillid, er omfattet af Ane Qvortrups tredje element i elevers selvføttelse nemlig self-efficacy. Begrebet er hentet fra psykologiprofessoren Albert Bandura og udtrykker en persons forventning til at kunne udføre bestemte opgaver. Bandura påviser, at self-efficacy er vigtigere end de reelle færdigheder, for selve troen på egne evner afgør, om man tør kaste sig ud i noget, og i sidste ende, om det kan lykkes.

"Det er vigtigt for elevers trivsel, at de har en tro på egne faglige evner. Har man lav self-efficacy, er man typisk stille i timerne, rækker ikke hånden op, har svært ved at komme i gang med opgaver, giver op ved modstand og fortæller sig selv, at det er, fordi man er sådan-en-der-ikke-kan. Har man omvendt høj self-efficacy, er man typisk toneangivende, aktiv i timerne, overkommer modstand ved at øve eller forberede sig mere, og det kan betyde, at man er mindre sårbar over for at mangle anerkendelse i relationer eller gruppearbejde," siger Ane Qvortrup.

Self-efficacy vokser ved, at undervisere giver eleverne succesoplevelser. Det kan eksempelvis ske ved at bruge tid på refleksioner i to-mands-grupper eller på individuelle

Selvøttelse

Ane Qvortrups fire aspekter af begrebet selvføttelse tager afsæt i Axel Honneths anerkendelsesteori. Han er tysk professor og socialfilosof og inspireret af især Jürgen Habermas, Immanuel Kant og Friedrich Hegel. Honneths teori om mennesket som et anerkendelsessøgende væsen udkom første gang på tysk i 1992 i 'Kampf um Anerkennung: Zur moralischen Grammatik sozialer Konflikte.' Begrebet self-efficacy stammer fra den canadisk-amerikanske psykolog og professor Albert Bandura, som har leveret flere indflydelsesrige bidrag til uddannelsesområdet, og som var en central figur i overgangen mellem behaviorisme og kognitiv psykologi i USA. I 1997 udgav han 'Self Efficacy: The Exercise of Control.'

øvelser, hvor eleverne løser opgaver, bruger digitale programmer eller via støtte fra læreren bliver bekræftet i, at de har de rigtige faglige svar og får en slags vidensforspring, før de i plenum skal tale om og diskutere et emne.

"På den måde opnår alle elever større tro på egne faglige evner og dermed en større faglig sikkerhed og tryghed, så de oplever at stå stærkere, når de skal bidrage i det store faglige fællesskab og over for læreren."

Selvagtelsens retfærdighed

Det fjerde og sidste aspekt i gymnasieelevers selvføttelse er begrebet selvagtelse, der ligeledes er hentet hos Honneth, og som ifølge Ane Qvortrup har fået større betydning i de senere år. Det handler om, at unge nu også søger anerkendelse i den såkaldt retslige sfære i forhold til det, de oplever som deres politiske eller demokratiske rettigheder. Det kan blandt andet komme til udtryk, når elever reagerer på, om de får plads på deres ønske-gymnasium.

"Selvagtelse påvirkes af, om elever oplever, at de får opfyldt rettigheder, de føler sig berettigede til. I starten af gymnasietiden kan det for eksempel præge selvføttelsen, hvis man ikke kom ind på sit prioriterede gymnasium. For nogle påvirker det trivslen negativt og fodrer en oplevelse af altid at være upriviligeret og sat bagerst i køen. Har man høj personlig selvagtelse, kan det medføre, at alle ens samtaler handler om det 'forkerte' gymnasium, hvorimod elever med lav personlig selvagtelse snarere er tilbøjelige til passivt at acceptere reguleringen eller måske pludselig i mødet med de kritiske røster føler sig utilstrækkelige, og at de måske burde være sure," siger Ane Qvortrup.

Hun har set et eksempel på en klasse, der faldt fra hinanden, fordi halvdelen af eleverne stoppede på grund af den lave selvagtelse i kølvandet på ikke at få opfyldt deres først prioriterede gymnasium. Men også en klasse, hvor det lykkedes at vende selvagtelsen i en positiv retning.

"Her arbejdede lærerne med at ændre dynamikken i klassen ved at italesætte, at rettigheder følges af pligter, så eleverne kom til at stå sammen om at løfte samfundets mangfoldighedsopgave ved at bidrage med deres forskelligheder i en højere sags tjeneste." ●

Ane Qvortrup er professor og leder af Center for Gymnasieforskning på Syddansk Universitet.

Læs mere på Gymnasieforskning.dk

- 📖 Ensom i en social verden: Mathias Lasgaard
- 📖 Imponerende fjernundervisning har faldgruber: Interview med Ane Qvortrup