



## **Prestasjonspress blant ungdom** *Med perspektiv på foreldre*

**HØYSKOLEN DIAKONOVA**

*VU Helsesøster 14*

**Kandidatnummer:** 652  
**Antall ord:** 2.999  
**Dato:** 29.04.2016  
**Veileder:** Anne Kjersti Myhre Steffenak

**Tillater du at artikkelen blir publisert i Brage?**

<http://www.diakonova.no/ny-forside/hoyskolen/for-studenter/skjemaer>

**JA, jeg tillater (sett kryss)**

**NEI, jeg tillater ikke**

# Sammendrag

## Introduksjon

Økning av symptomer på psykiske helseplager blant ungdom vekker bekymring og fremhever behov for å undersøke mulig sammenheng med opplevelse av prestasjonspress. Ungdom opplever høye forventninger og prestasjonspress fra sine omgivelser og foreldre kan ha en medvirkende rolle. Hensikten her er å undersøke om helsesøstre kan bidra til å forebygge ungdoms opplevelse av prestasjonspress fra foreldre.

## Metode

Det er gjennomført litteraturgjennomgang i fem databaser ved kombinasjon av ulike søkeord. Artikkelen beskriver relasjonen mellom ungdom og foreldre og forhold vedrørende prestasjonspress, forventninger fra foreldre og ungdoms psykiske helse.

## Resultat

Fire artikler møtte inklusjonskriteriene, hvorav to kohort-studier, en tverrsnittsundersøkelse og en systematisk oversikt. Litteraturgrunnlaget omhandler relasjon mellom barn/ungdom, foreldre, forventninger og prestasjonspress. Resultatene utdyper ikke prestasjonspress fra øvrige omgivelser. Det er usikkert om prestasjonspress kan føres direkte tilbake på foreldre. Resultatene viser at både ungdom og foreldre utsettes for prestasjonspress. Foreldres egne verdier, tilstedeværelse og formidling av forventninger fremheves som vesentlig for utvikling av ungdoms selvfølelse og mulighet for å styrke ungdoms motstandsdyktighet i møte med prestasjonspress.

## Konklusjon

Resultatene bekrefter behov for å utarbeide primærforebyggende tiltak rettet mot ungdom og foreldre for å begrense ungdoms opplevelse av prestasjonspress.

Søkeord: ungdom, foreldre, relasjon, prestasjon, forventning, tilpasning, press, stress, perfeksjonisme

# **Abstract**

## **Object**

Increase in mental health problems among adolescents indicates the need to investigate possible interference to perceived achievement pressure. Adolescents are exposed to high expectations and achievement pressure from their surroundings. Parental pressure might be of influence. The purpose of this study is to explore the possibility of preventing perceived parental pressure among adolescents.

## **Method**

This literature review contains studies from five databases. Searches were done by combining different key words. The studies describe adolescent-parent-relation and issues concerning achievement pressure, parental aspirations and adolescent mental health.

## **Results**

Four studies met the inclusion criteria, including two cohorts, one cross sectional study and one systematic literature review. The results explain relations between children/adults, parents, aspirations and achievement pressure. Other possible contextual mediators to perceived achievement pressure are not discussed. Whether achievement pressure can directly be pulled back at parents, is not certain. The results confirm that both adolescents and parents are exposed to achievement pressure. The impact of parental values, support and aspirations are highlighted as essential to strengthen self-efficacy and resilience to achievement pressure among adolescents.

## **Conclusion**

Results confirm the need to develop preventing measures including both adolescents and parents to limit perceived achievement pressure.

Søkeord: adolescents, parent, relation, achievement, aspirations, adjustment, stress, perfectionism

## Introduksjon

”Du kan bli hva du vil!” Ungdom hører stadig denne setningen fra foreldre og andre voksne. Usikkert er det om voksne er klar over at påstanden kan pålegge ungdom press og ansvar. Setningen reflekterer utfordringer ungdom står overfor i dagens samfunn og verdier som individualisering, prestasjoner, valgfrihet og lykke (Rødevand, 2015; Øiestad, 2011). Økning i symptomer på psykiske helseplager hos barn og ungdom vekker bekymring (Meld. St. 19 (2014-2015), s.30; NOVA 2015; Samdal et al., 2016). Barneombudet har rapportert at ungdom opplever mye stress (Barneombudet, 2013, s.26) og media retter stadig oppmerksomhet mot ungdom, prestasjonspress og psykisk helse (Aftenposten, 2016; Hommersand, 2016; NRK TV, 2016a; NRK TV, 2016b; TV2, 2016). Hvorvidt det forekommer mer prestasjonspress enn tidligere, kan ikke sies med sikkerhet. Prestasjonspresset henger trolig sammen med høye forventninger på flere arenaer (Rødevand, 2015). I denne litteraturgjennomgangen vektlegges foreldrerollens betydning for ungdoms opplevelse av prestasjonspress. Med helsesøsters ansvar for helsefremmende og sykdomsforebyggende arbeid (Helse- og omsorgstjenesteloven, 2011), er det av interesse å avklare om ungdoms opplevelse av prestasjonspress kan begrenses.

## Ungdom

Aktuelle rapporter viser at norsk ungdom generelt har gode relasjoner til sine foreldre, god helse, trives på skolen og mange tar høyere utdanning. Samtidig rapporterer jenter om mindre tilfredshet, mer subjektive helseplager og flere diagnostiseres med angst og depresjoner enn gutter. For de fleste er psykiske helseplager forbigående. Samlet rammer psykiske helseplager hovedsakelig ungdom med multiple tilpasningsvansker fremfor ungdom med høye ambisjoner (NOVA, 2015; Samdal et al., 2016). På verdensbasis opplever en av fem unge psykiske helseplager. Mengden symptomer er økende hos jenter, men det er uklart om dette også gjelder gutter (Bor, Dean & Hayatbakhsh, 2014). I det følgende brukes benevnelsen psykiske helseplager, med hensikt å inkludere både faglig og folkelig omtale av fenomenet.

Ungdomstiden er en sårbar periode grunnet stor utvikling av hjernen, biologiske, emosjonelle, sosiale og utdanningsmessige forandringer og utfordringer (Bandura, 2006, s.6). God selvfølelse innebærer å kjenne seg verdifull både ved mestring og feiling. Ungdom utvikler selvfølelse gjennom foreldres tilbakemeldinger og fra foreldre som akademiske og sosiale rollemodeller (Schunk & Meece, 2006, s.74; Øiestad, 2011).

## **Prestasjonspress**

Sosiale endringer de siste ti årene innen økonomi, verdier, livsstil, mediebruk, familiestruktur og akademiske faktorer kan være medvirkende til økning i symptomer på psykiske helseplager (Bor et al., 2014; Samdal et al., 2016; Sweeting, West, Young & Der, 2010). Høye forventninger og krav om akademiske prestasjoner medfører stress og bekymring for skoleelever i alle aldre (Klinger et al., 2015; Sweeting et al., 2010). I en prestasjonsorientert kultur verdsettes gode resultater og det å være best (Skaalvik & Federici, 2015). Ungdomsbedriften ”Generasjon Prestasjon” definerer prestasjonspress som ”...når du presterer til den grad at du ikke lenger gjør det for din egen del, men for å tilfredsstille andre sine krav...” (Avseth, 2015). I dagens vestlige samfunn kreves det at unge mennesker er synlige, hevder seg som individer og tar ansvar for eget liv (Øiestad, 2011). Friheten kan skape uforutsigbarhet og usikkerhet (Øia & Strandbu, 2007, s.22). Det stilles forventninger om å lykkes på samtlige arenaer som skole, fritidsaktiviteter, jobb, familie, utseende, venner og på sosiale medier (Rødevand, 2015). Rapporten ”Making Caring Common Project” (MCCP) (Weissbourd & Jones, 2014) viser at ungdom verdsetter lykke, hardt arbeid og prestasjoner høyere enn rettferdighet og omtanke. Ungdom opplever også at de gjør sine foreldre mer stolte gjennom lykke og gode prestasjoner, enn ved at de bryr seg om andre. Prestasjonspress og bestrebelser etter perfeksjonisme og lykke, medfører risiko for negativ innvirkning på akademiske prestasjoner samt fysisk og psykisk helse (Klinger et al., 2015; Weissbourd & Jones, 2014).

## **Foreldre**

Positivt foreldreskap i form av tilstedeværelse, oppmerksomhet, aksept, realistiske forventninger og familiestruktur, kan gi gode forutsetninger for ungdommens møte med

prestasjonspress (Madnani & Pradhan, 2015). Norsk lov definerer at foreldreansvaret innebærer ”forsvarlig oppdragelse og forsørging samt sørge for at barnet får utdanning etter evne og begavelser” (Barnelova, 1981, §30). For at ungdom skal utvikle selvstendighet og ansvar må det stilles krav til dem (Øiestad, 2011). Forventninger og ambisjoner er en forutsetning for utvikling av mestringsevner og selvfølelse (McCoy & Bowen, 2015). I Folkehelsemeldingen (Meld. St. 19, (2014-2015), s.30) fremheves foreldreskapets betydning for å fremme fysisk og psykisk helse. Utøvelse av foreldreskap påvirkes av foreldres egen selvfølelse (Bandura, 2006, s.7). Foreldres verdier og forventninger overføres bevisst og ubevisst på ungdom (Løkke, 2014, s.927). Foreldre og ungdom har ofte ulik oppfattelse av engasjement, ansvar, forventninger og tilstedeværelse i relasjonen seg i mellom (Paulson & Sputa, 1996) og det er ikke nødvendigvis samsvar mellom de verdier foreldre oppgir å verdsette og hva de ubevisst formidler som rollemodeller (Weissbourd & Jones, 2014). Utviklingen for den norske foreldremodellen viser at samtidens foreldre skal kombinere godt foreldreskap med karriere, kjæresteforhold, fysisk og sosial aktivitet, selvrealisering og deltakelse i barns fritidsaktiviteter (LaH NSF, 2015, s.32). I MCCP (Weissbourd & Jones, 2014) fremheves behovet for å bevisstgjøre foreldre ansvaret som rollemodeller med hensyn til å lytte, vise omsorg, anerkjenne og håndtere egne feil og følelser samt vektlegge at foreldre selv ikke trenger å være perfekte.

## **Helsesøster**

Helsesøsters ansvar innebærer å fremme fysisk og psykisk helse, samt utøve forebyggende psykososialt arbeide gjennom opplysningsvirksomhet, veiledning, helseundersøkelser og rådgivning (Folkehelseloven, 2011, §4; Forskrift om helsestasjons- og skolehelsetj., 2003, §2-2; Helse- og omsorgstjenesteloven, 2011, §3-3). Helsesøster fremheves som sentral aktør innen satsing på barn, unge og familier. Det etterlyses norske studier vedrørende virksomme helsefremmende og forebyggende strategier (NSF, 2013-2016, s.15). Elever etterlyser økt kompetanse vedrørende unges psykiske helse i skolehelsetjenesten (Barneombudet, 2013, s.26). Psykisk helse inkluderes som punkt i anbefalt program for helsestasjons- og skolehelsetjenesten, men utdypende forslag og tiltak nevnes ikke (Sosial- og helsedirektoratet, 2004). Ny veileder forventes ferdig i 2016 (Helsedirektoratet, 2016). Det finnes programmer for å fremme psykososialt miljø i skolen. Flere videregående skoler tilbyr ”Veiledning og Informasjon om Psykisk helse” (VIP), et program som også

inkluderer helsesøster (Helsedirektoratet, 2015). I rapporten ”Trygg, tydelig og tilgjengelig” (LaH NSF, 2015, s.31), foreslås det at helsesøster tidlig skal kartlegge og forstå barn, unge og foreldres behov samt bidra til å senke krav og forventninger foreldre har til seg selv. Kartlegging, identifisering, tidlig innsats og oppfølging nevnes, men primærforebyggende tiltak (Kvarme, 2009, s.28) rettet mot foreldre og ungdom beskrives ikke. Gjennom denne litteraturgjennomgangen er det ønskelig å utdype foreldres innvirkning på ungdoms opplevelse av prestasjonspress. Hensikten er å komme frem til hvordan helsesøstre kan bidra til å forebygge at ungdom opplever prestasjonspress fra sine foreldre.

## Metode

Søkestrategien i denne litteraturgjennomgangen innebærer søk i fem databaser ved ulike kombinasjoner av søkeord, se Tabell 1. Databasene er utvalgt med ønske om å finne originalartikler med forebyggende perspektiv innen psykologi og folkehelse, skandinaviske publikasjoner samt systematiske oversikter. Databasene Medline, PsychInfo, Cochrane og Svemed+ er søkt via Helsebiblioteket. Søk i Springerlink er gjort grunnet manglende funn av relevante systematiske oversikter. Første søk ble gjort i januar 2016 og gjentatt i april 2016. Fire artikler møtte inklusjonskriteriene, hvorav en systematisk oversikt. Søkeresultater presenteres i Tabell 2 og inkluderte artikler i Tabell 3.

Inkluderte artikler beskriver hvordan interaksjon mellom foreldre og barn påvirker forventninger. Aldersgruppen inkluderer 0-18 år for å fange opp potensielt tidlig påvirkning. Artikkelsøk er gjort på utgivelser innenfor de siste ti år, publisert på engelsk eller skandinaviske språk. Utvelgelsen er gjort uavhengig av sosioøkonomisk status. Artikler som kun beskriver ”ikke vestlig” ungdom er ekskludert, grunnet kulturelle variasjoner. Artikler som beskriver sivilstatus, spesifiserte diagnoser, funksjonsbegrensninger, livsstilsrelaterte forhold, sportsprestasjoner og kjønnsbaserte studier er ikke inkludert. Artikler ekskludert fra litteraturgjennomgangen er anvendt som bakgrunns litteratur og referanselister er gjennomgått for potensielt relevant materiale (Rienecker & Stray Jørgensen, 2013; Støren, 2013).

Litteraturgjennomgangen fordrer oversettelse av begreper fra engelsk til norsk. Det er forsøkt å benytte relevante, norske begreper som bevarer innhold fra primærkildene, med respekt for forfatterens arbeid. For å anerkjenne og verne om eksisterende data, er anvendte kilder og sitater referert. Det er forsøkt å innhente og presentere data som både støtter opp under hensikten med studien samt eventuelle motargumenter. Omtalte data baseres på allerede anonymisert informasjon, hvilket av den grunn ikke medfører konsekvenser for informantene (Sykepleiernes Samarbeid i Norden, 2003).



**Tabell 1** Søkeord

Søkeord	↔ OR ↔					
	Norsk		Engelsk			
1	Ungdom	Barn	Adolescen*	Youth	Child*	↓  A N D  ↓
2	Foreldre		Parent*			
3	Relasjon		Relation*			
4	Prestasjon*		Achievement	Performance		
5	Forventning		Aspirations	Expect*		
6	Tilpasning		Adjustment			
7	Press		Press*			
8	Stress		Stress			
9	Perfeksjonisme		Perfectionism			
10			Systematic literature review			

**Tabell 2** Databaser og søkehistorikk

Database	Søk nr	Søkeord/kombinasjoner	Antall treff	Leste Abstrakter	Inkludert i studie
Medline	1	1+2	65.297		
	2	1+2+3	23.061		
	3	1+2+3+4	1.325		
	4	1+2+3+4+5	97	12	2
PsycInfo	1	1+2	92.635		
	2	1+2+3+4	24.580		
	3	1+2+4+5	6.519		
	7	1+2+3+4+5+6+7+8+9	54	13	1
Cochrane	1	1+2	1.022		
	9	1+2+3+4+5+6+7+8	63	2	0
Springerlink*	1	1+2	25.328		
	2	1+2+4	10.317		
	6	1+2+4+5+8+10	229	8	1
SveMed+	1	1+2	1.505		
	2	1+2+4	22	2	0

\* Søk ytterligere avgrenset til "Social Sciences" + "article" + sortert på "relevance"

**Tabell 3** Resultater

<b>Utgivelsesår</b>	<b>Forfattere</b>	<b>Hensikt</b>	<b>Type studie</b>	<b>Deltakere</b>	<b>Resultater</b>
2006	Luthar, S.S & Shoum, K.A	Er det sammenheng mellom høy deltakelse i fritidsaktiviteter, prestasjonspress og psykiske helseplager hos ungdom i velstående samfunnslag?	Kohort	314	Høy deltakelse I fritidsaktiviteter viser ikke alene sammenheng med velstående ungdoms mistrivsel.
2014	Briley, D.A, Paige Harden, K. & Tucker-Drob, E.M.	Er det sammenheng mellom foreldres akademiske forventninger og barns akademiske atferd?	Kohort	1200	Fra 4 år observeres en gjensidig påvirkning mellom barns akademiske atferd og foreldres akademiske forventninger
2015	Randall, E.T., Bohnert, A.M. & Travers, L.V.	Er det sammenheng mellom perfeksjonistiske foreldre og velstående ungdoms tilpasning?	Tverrsnitt	88	Foreldres egenopplevde prestasjonspress, kan medføre prestasjonspress på deres barn og derved påvirke velstående ungdoms mistrivsel
2015	Masud, H., Thurasamy, R. & Ahmad, M.S.	Hvordan påvirker ulike foreldrestiler ungdoms akademiske prestasjoner	Systematisk oversikt	39	Autoritativ foreldrestil viser positiv innvirkning på barns akademiske prestasjoner, men må vurderes ut fra kulturelt perspektiv.

## **Resultater**

### **Ungdom**

I velstående samfunnslag vises sammenheng mellom perfektjonistiske foreldre og ungdoms opplevelse av press (Randall, Bohnert & Travers, 2015). Høy deltakelse i fritidsaktiviteter sees ikke i sammenheng med press fra foreldre og kan ha positiv effekt på velstående ungdoms trivsel og psykiske helse (Luthar & Shoum, 2006). Ungdom som mottar autoritativ foreldrestil opplever sine foreldre som støttende, omsorgsfulle og problemløsende (Masud, Thurasamy & Ahmad, 2015).

### **Prestasjonspress**

Gjensidig påvirkning mellom barns akademiske atferd og foreldres akademiske forventninger til sine barn observeres allerede fra fire års alder. Variasjoner i foreldres akademiske forventninger til sine barn tillegges likevel hovedsakelig forhold som sosioøkonomisk status, etnisitet, mors alder, barnehage, barnets kjønn, funksjonsnedsettelse, genetisk påvirkning, foreldres verdier og kultur (Briley, Harden & Tucker-Drob, 2014). Det kan være positivt, når foreldre formidler forventninger og høy standard dersom de viser aksept og verdsettelse av ungdommen. Samtidig kan det få destruktive konsekvenser når ungdom opplever manglende engasjement fra sine foreldre, eller de føler seg verdiløse fordi de ikke klarer å leve opp til foreldrenes standard. Ungdoms psykiske helse påvirkes negativt ved stor vektlegging av prestasjoner innad i familien, kritikk fra foreldre og mangel på voksen tilstedeværelse utenom skoletid (Luthar & Shoum, 2006).

### **Foreldre**

Foreldre i velstående samfunnslag kan oppleve prestasjonspress fra omgivelsene, hvilket kan forsterke perfektjonistiske tendenser og verdier. Perfektjonistiske foreldre strever trolig selv, hvilket kan påvirke foreldreskapet negativt (Randall et al., 2015). Foreldrestil,

foreldres engasjement og tilstedeværelse påvirker ungdoms akademiske prestasjoner. Foreldrestil med tilhørende verdier former barns psykiske, sosiale og følelsesmessige utvikling. Autoritativ foreldrestil fremheves som fordelaktig for barns utvikling, men avhenger av kultur, etnisitet og sosioøkonomisk status (Masud et al., 2015).

## **Helsesøster**

For å støtte barns vekst og utvikling, er det viktigere å forstå barns egne ønsker og behov fremfor hvilken foreldrestil som fremmer akademiske prestasjoner (Masud et al., 2015). Ved utvikling av tiltak som sikter mot forebygging av prestasjonspress i velstående samfunnslag, kan ungdoms psykiske helseplager indirekte begrenses gjennom å lære foreldre mestring av eget stress (Randall et al., 2015).

## **Diskusjon**

### **Resultatdiskusjon**

De norske ungdomsrapportene omtaler ikke opplevelse av prestasjonspress fra foreldre (NOVA,2015; Samdal et al., 2016), men derimot oppgir ungdom å ha en positiv relasjon til sine foreldre. Resultatene viser likevel sammenheng mellom ungdoms trivsel, opplevelse av prestasjonspress og hvordan de opplever sine foreldre (Randall et al., 2015; Schunk & Meece, 2006; Øiestad, 2011), hvilket trolig kan overføres til norsk ungdom. Internasjonale studier bekrefter at psykiske helseplager i størst grad rammer jenter også utenfor Norge (Bor et al., 2014). Velstående ungdom i Norge fremheves ikke som særlig utsatt, men ettersom resultater fra USA beskriver høy forekomst av prestasjonspress blant ungdom fra velstående samfunnslag (Luthar & Shoum, 2006; Randall et al., 2015), kan dette være en utsatt ungdomsgruppe også i Norge. Det fremstår fortsatt uklart hvorvidt økning i symptomer på psykiske helseplager blant ungdom kan relateres til åpenhet og større aksept for innrapportering av psykiske helseplager, hyppigere diagnostisering av forventede

reaksjoner i ungdomsalderen (Bandura, 2006), eller om samtidens ungdomsgenerasjon står overfor en reell økning i psykiske helseplager (Bor et al., 2014).

Behovet for å synliggjøre egne prestasjoner og lykke kan trolig relateres til verdimeslige samfunnsendringer (Sweeting et al., 2010) og fremhever utvikling i retning av en mer prestasjonsorientert kultur (Rødevand, 2015; Skaalvik & Federici, 2015). Dette antyder at dagens ungdomsgenerasjon generelt konfronteres med stort prestasjonspress. Den systematiske oversikten (Masud et al., 2015) har til hensikt å optimere ungdoms akademiske prestasjoner, hvilket sees i sammenheng med oppnåelse av prestasjoner for å tilfredsstille andre enn seg selv (Avseth, 2015). Oversikten konkluderer derimot at barns ønsker og behov er mer vesentlig enn foreldres krav og forventninger om akademiske prestasjoner. Tvillingstudien (Briley et al., 2014) beskriver forventninger relatert til akademiske prestasjoner. Hvorvidt den gjensidige påvirkningen mellom barn og foreldre er overførbart til andre områder hvor barn og ungdom opplever prestasjonspress er ukjent. Gjennomgåtte studier kan ikke slå fast at prestasjonspress direkte medfører psykiske helseplager, men Weissbourd & Jones (2014) antyder sammenheng mellom store forventninger om lykke og prestasjoner og psykiske helseplager. Forekomsten av prestasjonspress viser at det er behov for å ta ungdoms opplevelser på alvor, uansett om det eksisterer en reell økning i psykiske helseplager eller ikke.

Hvordan foreldres holdninger til prestasjoner og voksen tilstedeværelse utenom skoletid påvirker ungdoms psykiske helse (Luthar & Shoum, 2006), kan sees i sammenheng med utvikling av ungdoms selvfølelse (Øiestad, 2011). Kronisk kritikk fra foreldre har svært negativ effekt på ungdoms psykiske helse, uavhengig av sosioøkonomisk status (Luthar & Shoum, 2006). Dette kan forklare hvorfor forventninger fra foreldre kan ha både positiv og destruktiv effekt på ansvarsutvikling og psykisk helse (McCoy & Bowen, 2015). Det er vesentlig å ta i betraktning at ungdom og foreldre kan ha ulik oppfattelse av hverandres verdier, engasjement og forventninger (Paulson & Sputa, 1996; Weissbourd & Jones, 2014).

Ettersom foreldre ubevisst overfører verdier på ungdom (Løkke, 2014) kan foreldres egenopplevde prestasjonspress (Randall et al., 2015) være til hinder for å skape gode forutsetninger for ungdoms håndtering av prestasjonspress (Bandura, 2006; Madhani & Pradhan, 2015). Foreldres prestasjonspress er studert i velstående samfunnslag, men gjelder ikke alle foreldre i velstående samfunnslag og utelukker ikke at fenomenet også

kan forekomme i øvrige deler av befolkningen. Samtidig fastslås det at foreldres akademiske forventninger til barn og ungdom relateres til sosioøkonomisk status, kultur, etnisitet og fysiske forhold (Briley et al., 2014). Ettersom det stilles store forventninger til norske foreldre (LaH NSF, 2015), må beskrevne funn kunne sees relevante for norske forhold.

At perfeksjonistiske foreldre kan oppfattes som enten støttende og omsorgsfulle eller som pressende (Randall et al., 2015), kan trolig sees i sammenheng med trekk ved foreldrestil. Foreldrestil oppfattes som en måte å utøve foreldreskapet på. Beskrivelsen av autoritativ foreldrestil som hensiktsmessig for å oppnå akademiske prestasjoner (Masud et al., 2015), understøtter ikke direkte forebygging av opplevelse av prestasjonspress. De fleste studiene beskriver foreldreskapets betydning relatert til akademisk prestasjonspress, men foreldre har trolig en betydningsfull rolle også for å styrke ungdom i møte med prestasjonspress på andre områder. Hvorvidt ungdoms opplevelse av prestasjonspress kan føres direkte tilbake på foreldre kan ikke fastslås gjennom denne litteraturgjennomgangen. Derimot understøtter resultatene foreldres betydning som rollemodeller for å styrke ungdom selvfølelse, gjennom livsstil, tilstedeværelse og formidling av verdier.

Økt innrapportering av symptomer på psykiske helseplager blant norsk ungdom bekrefter behov for forebyggende tiltak (NOVA, 2015; Samdahl et al., 2016). Særlig oppmerksomhet bør rettes mot jenter (Bor et al., 2014) og eventuelt mot ungdom i velstående samfunnslag (Luthar & Shoum, 2006; Randall et al., 2015). Med utgangspunkt i at helsesøster møter alle barn, unge og familier og har ansvar for å fremme helse og forebygge sykdom (Helse- og omsorgstjenesteloven, 2011), oppfattes slikt forebyggende arbeid som implisitt i helsesøsterrollen.

Foreldres betydning for utvikling av selvfølelse (Bandura 2006; Øiestad, 2011) bekrefter viktigheten av å inkludere både foreldre og ungdom i eventuelle primærforebyggende tiltak. Gjensidig påvirkning mellom foreldre og barns akademiske forventninger og prestasjoner så tidlig som ved fire års alder (Briley et al., 2014), understøtter behovet for at helsesøster bør sikte mot allmenne, forebyggende tiltak allerede før ungdomsalder.

I møte med foreldre vil målsetningen verken være å pålegge en bestemt foreldrestil (Masud et al., 2015) eller opplæring i positivt foreldreskap (Madnani & Pradhan, 2015). Litteraturgjennomgangen viser behov for at foreldre opplyses om betydningen av

verdiformidling, tilstedeværelse og som rollemodeller overfor ungdom (Luthar & Shoum, 2006; Løkke, 2014; Paulson & Sputa, 1996). Det tyder også på behov for at foreldre må veiledes i å senke forventninger og perfektjonistiske krav til seg selv for å kunne fremstå som gode rollemodeller (LaH NSF, 2015; Weissbourd & Jones, 2014). Ungdom kan ha behov for i større grad å opplyses om forventede reaksjoner og endringer som hører til ungdomstiden (Bandura, 2006; Øiestad, 2011). Både ungdom og foreldre bør bevisstgjøres at det ikke nødvendigvis er samsvar mellom hvordan de opplever hverandre (Randall et al., 2015). De bør oppfordres til bedre kommunikasjon vedrørende behov, verdier og forventninger til seg selv og hverandre (Masud et al., 2015), også selv om de opplever å ha en god relasjon seg imellom (NOVA, 2015; Samdahl et al., 2016). For å bekrefte hvordan og om opplevelse av prestasjonspress kan forebygges, kreves omfattende og langvarige studier som involverer iverksetting og evaluering av konkrete tiltak overfor både ungdom og foreldre.

## **Metodediskusjon**

Litteraturgjennomgangen viser manglende skandinaviske studier vedrørende temaet, hvilket også bekreftes i refererte systematiske oversikter. Med hensyn til etniske, kulturelle og sosioøkonomiske forhold, er det usikkert om resultatene har direkte overføringsverdi til Norge. Studiene har ulik vinkling på aspekter ved relasjonen mellom ungdom, foreldre og prestasjonspress og anvender ulike begreper. Dette har utfordret sammenfatning og sammenlikning av resultater. Ved oversettelse til felles begreper, er det en risiko for mistolkning og tap av opprinnelig betydning. Studiene beskriver ikke direkte helsesøsters ansvar, hvilket medfører at diskusjonsdelen baseres på tolkning av data med relevans overført til helsesøsterrollen. Styrken ved litteraturgjennomgangen er at alle studiene fremhever foreldrerollens betydning for å støtte barn og ungdoms utvikling samt faktorer som påvirker foreldres forventninger til barn og ungdom. Det må likevel tas i betraktning at her omtales kun foreldrerollens betydning for opplevelse av prestasjonspress, og ikke prestasjonspress fra øvrige omgivelser. Opplevelse av prestasjonspress er et subjektivt parameter som gir vanskelig sammenliknbare data. Fremstilling av subjektive data kan prospektivt gjøres ved kvalitative studier rettet mot både ungdom og foreldre. Kohortstudier kan forsøksvis avklare bakgrunn for opplevelse av prestasjonspress. For

evaluering av effekt av primærforebyggende tiltak kan det gjennomføres randomisert kontrollert studie (Nortvedt, Jamtvedt, Graverholt, Nordheim & Reinart, 2012).

## **Konklusjon**

I denne litteraturgjennomgangen er det undersøkt hvilke faktorer som påvirker ungdoms opplevelse av prestasjonspress fra foreldre. Ungdom utsettes trolig for prestasjonspress fra ulike hold, men det kan ikke konkluderes hvorvidt ungdoms psykiske helseplager kan føres tilbake til prestasjonspress. Det kan verken konkluderes i hvilken grad foreldre utsetter ungdom for prestasjonspress eller hvordan opplevelse av prestasjonspress direkte kan forebygges. Litteraturgjennomgangen fremhever derimot foreldre som rollemodeller, foreldres tilstedeværelse og formidling av verdier som svært betydningsfullt for å styrke ungdoms forutsetninger i møte med prestasjonspress. Resultatene antyder behov for opplysning om hvordan foreldre og ungdom formidler sine verdier, og synliggjør behov for kommunikasjon mellom foreldre og ungdom vedrørende verdier og hvilke forventninger de har til hverandre. Dette er informasjon helsesøstre kan anvende i planlegging av fremtidig, primærforebyggende arbeid overfor foreldre og ungdom, for å begrense ungdoms opplevelse av prestasjonspress.



## Referanseliste

- Aftenposten (2016, 15. januar). Foreldrene mine forventer at jeg får 5 og 6 i alle fag. Jente (16). *Aftenposten*. Hentet 18.01.2016 fra: <http://www.aftenposten.no/meninger/sid/Foreldrene-mine-forventer-at-jeg-far-5-og-6-i-alle-fag-8319228.html>
- Avseth, H. (2015, 21. mai). Fra prestasjon til depresjon. *NRK ytring*. Hentet 14.01.2016 fra: <http://www.nrk.no/ytring/fra-prestasjon-til-depresjon-1.12369440>
- Bandura, A. (2006). Adolescent Development from an Agentic Perspective. I Pajares, F. & Urdan T. (Red), *Self-Efficacy Beliefs of Adolescents* (s.1-43). Connecticut: Information Age Publishing
- Barnelova. (1981). *Lov om barn og foreldre (barnelova)*. Hentet 18.04.2016 fra: <https://lovdata.no/dokument/NL/lov/1981-04-08-7?q=barneloven>
- Barneombudet. (2013). *Barneombudets fagrapport 2013. Helse på barns premisser*. Barneombudet
- Bor, W., Dean, A.J., Najman, J. & Hayatbakhsh, R. (2014). Are child and adolescent mental health problems increasing in the 21<sup>st</sup> century? A systematic review. *Australian & New Zealand Journal of Psychiatry*, 48(7) 606-616. DOI: 10.1177/0004867414533834
- Briley, D.A., Harden, K.P. & Tucker-Drob, E.M. (2014). Child Characteristics and Parental Educational Expectations: Evidence for Transmission With Transaction. *Developmental Psychology*, 50(12) 2614-2632. DOI: 10.1037/a0038094
- Folkehelseloven. (2011). *Lov om folkehelsearbeid (folkehelseloven)*. Hentet 23.04.2016 fra: <https://lovdata.no/dokument/NL/lov/2011-06-24-29>
- Forskrift om helsestasjons- og skolehelsetj. (2003). *Forskrift om kommunens helsefremmende og forebyggende arbeid I helsestasjons- og skolehelsetjenesten*. Hentet 23.04.2016 fra: <https://lovdata.no/dokument/SF/forskrift/2003-04-03-450>
- Helsedirektoratet. (2015). *Å skape et godt miljø på skolen*. Hentet 03.04.16 fra <https://helsedirektoratet.no/folkehelse/psykisk-helse-og-rus/psykisk-helse-i-skolen/a-skape-et-godt-miljo-pa-skolen>
- Helsedirektoratet. (2016, 04. april). *Nasjonal faglig retningslinje for helsestasjons- og skolehelsetjenesten*. Hentet 19.04.2016 fra: <https://helsedirektoratet.no/nasjonal-faglig-retningslinje-for-helsestasjon-og-skolehelsetjenesten>
- Helse- og omsorgstjenesteloven. (2011). *Lov om kommunale helse- og omsorgstjenesteloven m.m. (helse- og omsorgstjenesteloven)*. Hentet 23.04.2016 fra: <https://lovdata.no/dokument/NL/lov/2011-06-24-30?q=kommunale%20helse-%20og%20omsorgstjenester>

- Hommersand, K. (2016, 21. april). Vi skal være godt trent, ha en godt betalt jobb og et dusin bestevenner. Må man være god for å være norsk? *Aftenposten*. Hentet 23.04.2016 fra: [http://www.aftenposten.no/meninger/sid/Vi-skal-vare-godt-trent\\_-ha-en-godt-betalt-jobb-og-et-dusin-bestevenner-Ma-man-vare-god-for-a-vare-norsk-8430091.html](http://www.aftenposten.no/meninger/sid/Vi-skal-vare-godt-trent_-ha-en-godt-betalt-jobb-og-et-dusin-bestevenner-Ma-man-vare-god-for-a-vare-norsk-8430091.html)
- Klinger, D.A, Freeman, J.G., Bilz, L., Liiv, K., Ramelow, D., Sebok, S.S., Samdal, Ol, Dür, W. & Rasmussen, M. (2015). Cross-national trends in perceived school pressure by gender and age from 1994 to 2010. *European Journal of Public Health*, 25(2) 51-56. DOI: 10.1093/eurpub/ckv027
- Kvarme, L. G. (2009). Forebyggende og helsefremmende arbeid. I K. Glavin, S. Helseth & L.G. Kvarme (Red.), *Fra Tanke Til Handling: Metoder og arbeidsmåter I helsesøstertjenesten*. Oslo: Akribes
- Landsgruppen av helsesøstre NSF. (2015). *Trygg, tydelig og tilgjengelig. Rapport om helsestasjons- og skolehelsetjenesten*. Landsgruppen av Helsesøstre NSF. Hentet 28.02.2016 fra: [https://sykepleien.no/sites/sykepleien.no/files/rapport\\_ny\\_trykk.pdf](https://sykepleien.no/sites/sykepleien.no/files/rapport_ny_trykk.pdf)
- Luthar S.S. & Shoum, K.A. (2006). Extracurricular Involvement Among Affluent Youth: A Scapegoat for “Ubiquitous Achievement Pressures”? *Developmental Psychology*, 42(3) 583-597. DOI: 10.1037/0012-1649.42.3.583
- Løkke, P.A. (2014). Barnet som forsvant. *Tidsskrift for norsk psykologiforening*, 51(11) 922-928
- Madnani, K. & Pradhan, M. (2015). Parenting as a resource factor for academic stress. *Indian Journal of Health and Wellbeing*, 6(6) 568-574.
- Masud, H., Thurasamy, R. & Ahmad, M.S. (2015). Parenting styles and academic achievement of young adolescents: A systematic literature review. *Quality and Quantity*, 49(6) 2411-2433 DOI: 10.1007/s11135-014-0120-x
- McCoy, H. & Bowen, E.A. (2015). Hope in the Social Environment: Factors Affecting Future Aspirations and School Self-Efficacy for Youth in Urban Environments. *Child and Adolescent Social Work Journal*, 32(2) 131-141 DOI: 10.1007/s10560-014-0343-7
- Meld. St. 19 (2014-2015). (2015). *Folkehelsemeldingen. Mestring og muligheter*. Hentet 18.01.2016 fra: <https://www.regjeringen.no/contentassets/7fe0d990020b4e0fb61f35e1e05c84fe/nopdfs/stm201420150019000dddpdfs.pdf>
- Nortvedt, M.W., Jamtvedt, G., Graverholt, B., Nordheim, L.V. & Reinar, L.M. (2012). *Jobb Kunnskapsbasert: En arbeidsbok*. Oslo: Akribes
- NOVA. (2015). *Ungdata: Nasjonale resultater 2014*. (NOVA Rapport 7/15) Oslo: NOVA
- NRK TV. (2016a, 04. april). *Jeg mot meg. Episode 1:8 [TV, dokumentarserie]*. Hentet 20.04.2016 fra: <https://tv.nrk.no/serie/jeg-mot-meg/KMTE20002114/sesong-1/episode-1>

- NRK TV. (2016b, 14. april). *Debatten: Ungdom og psykisk helse*. [TV, debattprogram]. Hentet 27.04.2016 fra: <https://tv.nrk.no/serie/debatten/NNFA51041416/14-04-2016>
- NSF (2013-2016). *Politisk plattform for folkehelse*. Norsk Sykepleierforbund. Hentet 23.04.2016 fra: <https://www.nsf.no/Content/1383752/Politisk%20plattform%20folkehelse.pdf>
- Paulson, S.E. & Sputa, C.L. (1996). Patterns of parenting during adolescence: Perceptions of adolescents and parents. *Adolescence*, 31(122) 369-381
- Randall, E.T, Bohnert, A.M. & Travers, L.V. (2015). Understanding affluent adolescent adjustment: The interplay of parental perfectionism, perceived parental pressure, and organized activity involvement. *Journal of Adolescence* (41) 56-66. DOI: 10.1016/j.adolescence.2015.03.005
- Rienecker L. & Stray Jørgensen, P. (2013). *Den Gode Oppgaven: Håndbok i oppgaveskriving på universitet og høyskole* (2.utg). Bergen: Fagbokforlaget
- Rødevand, L. (2015, 12. august). Foreldre, nå må dere prioritere. *Psykologisk.no*. Hentet 28.12.15 fra: <http://psykologisk.no/2015/08/foreldre-na-ma-dere-prioritere/>
- Samdal, O., Mathisen, F.K.S., Thorsheim, T., Diseth, Å.R., Fismen, A-S., Larsen, T., Wold, B. & Årdal, E. (2016). Helse og trivsel blant barn og unge. HEMIL-Rapport 1/2016. Hentet 19.03.16 fra <http://filer.uib.no/psyfa/HEMIL-senteret/HEVAS/HEMIL-rapport2016.pdf>
- Schunk, D.H. & Meece, J.L. (2006). Self-efficacy development in adolescence. I Pajares, F. & Urdan T. (Red), *Self-Efficacy Beliefs of Adolescents* (s.71-96). Connecticut: Information Age Publishing
- Skaalvik,E.M. & Federici, R.A. (2015). Prestasjonspresset i skolen. *Bedre Skole*, (3) 11-15
- Sosial- og helsedirektoratet. (2004). *Kommunens helsefremmende og forebyggende arbeid i helsestasjons- og skolehelsetjenesten. Veileder til forskrift av 3.april 2003 nr 450*. (Sosial- og helsedirektoratet, IS-1154). Hentet 17.02.2016 fra: <https://helsedirektoratet.no/Lists/Publikasjoner/Attachments/388/veileder-til-forskrift-kommunens-helsefremmende-og-forebyggende-arbeid-i-helsestasjons--og-skolehelsetj-.pdf>
- Støren, I. (2013). *Bare Søk! Praktisk veiledning i å skrive litteraturstudier*. Oslo: Cappelen Damm Akademisk
- Sweeting, H., West, P., Young, R. & Der, G. (2010). Can we explain increases in young people's psychological distress over time? *Social Science & Medicine*, 71(19) 1819-1830. DOI: 10.1016/j.socscimed.2010.08.012
- Sykepleiernes Samarbeid i Norden. (2003). *Etiske retningslinjer for sykepleieforskning I Norden*. (Sykepleiernes Samarbeid i Norden (SSN)). Hentet 23.04.2016 fra: [https://dsr.dk/sites/default/files/479/ssns\\_etiske\\_retningslinjer\\_0.pdf](https://dsr.dk/sites/default/files/479/ssns_etiske_retningslinjer_0.pdf)

TV2. (2016, 13. januar). *Sykt Perfekt (1) – program 1 [TV, dokumentarserie]*. Hentet 20.04.2016 fra: [https://sumo.tv2.no/programmer/underholdning/sykt-perfekt/?referrer=adwords\\_dynamisksøk&gclid=CIrB34y2pMwCFSezcgodHqcLfw](https://sumo.tv2.no/programmer/underholdning/sykt-perfekt/?referrer=adwords_dynamisksøk&gclid=CIrB34y2pMwCFSezcgodHqcLfw)

Weissbourd, R. & Jones, S. with Anderson, T.R., Kahn, J. & Russell, M. (2014). *THE CHILDREN WE MEAN TO RAISE: The Real Messages Adults Are Sending About Values* (Making Caring Common Project, Harvard Graduate School of Education). Hentet 18.01.2016 fra: <http://mcc.gse.harvard.edu/files/gse-mcc/files/mcc-research-report.pdf?m=1448057487>

Øia, T. & Strandbu, Å. (2007). Rammer for nye ungdomsliv. I Strandbu, Å. & Øia, T. (Red.). *Ung i Norge: Skole, fritid og ungdomskultur* (s. 9-27). Oslo: Cappelen Akademiske Forlag

Øiestad, G. (2011). *Selvfølelsen hos barn og unge*. Oslo: Gyldendal