

Fem takes om generation Z

av Alice Landerholm, Simon Wallin, Ivana Westberg, Filip Seiman och Elin Sarenmalm
(Moderata Ungdomsförbundets arbetsgrupp för analys av vår ungdomsgeneration)

Innehållsförteckning

Sammanfattning	3
Vår ungdomsgenerations politiska spektrum	4
Moderaterna är fortfarande vilse i dagens politiska miljö.....	4
Att tjejer och killar röstar olika är del av en global trend	5
Pojkarna blev problemet	6
Intersektionalismen	7
Vår ungdomsgenerations tjejer	9
Feminism	9
The girls	10
Ungdomlighet, en källa till ångest?	12
Vem är den “moderata girlien”?	12
Avslutande ord	13
Vår ungdomsgenerations trygghetsknarkande	15
Varför leken är viktig	15
“Coddling”	15
Trygghetssökandet	17
Konsekvenser	18
Vår ungdomsgenerations psykiska mående	20
Hur ser siffrorna om psykisk ohälsa ut?	20
En rimlig reglering av sociala medier	20
Samtalet om psykisk ohälsa måste förändras	22
Reformering av barn och ungdomspsykiatri	23
Slutsater	24
Vår ungdomsgenerations längtan efter en tydlig skola	25
Den gamla skolan hade stora hälsofördelar	25
Verktyg att hantera livet	26
Större fokus på skolan i utsatta områden	27
Referenser	28

Sammanfattning

1. Moderaterna har inte helt hittat sin plats i dagens politiska landskap. De politiska spektrumet har förändrats, väljarna definierar sig i högre grad till höger och vänster baserat på kulturella och intersektionella frågor snarare än ekonomiska. I denna terräng är exempelvis Sverigedemokraternas position tydligare, vilket gör att många unga killar drar sig till dem. För att föregå risken att förlora väljare både åt höger och vänster när så kallade "kulturkrigsfrågor" kommer upp på agendan rekommenderar vi partiet att idéutveckla och hitta tydliga moderata positioner även i dessa frågor.
2. Senare analyserar dagens generation av unga kvinnor och undersöker "soft-girl"-fenomenet som en motreaktion mot tidigare generationers tydliga arbetsfokus. Denna rörelse ifrågasätter traditionella feministiska ideal genom att förespråka valfrihet, men riskerar att återinföra begränsande könsroller. Moderaterna behöver utveckla en modern feministisk berättelse som förenar frihet med självständighet, och betonar vikten av kvinnors arbete för samhällets välbefinnande. Valfrihetens begränsningar framhävs, och behovet av att reformera arbetslinjen för att inkludera och stärka unga kvinnor lyfts fram.
3. Debatten om balans mellan styrning och föräldrans ansvar fortsätter. Den mänskliga förmågan att lära genom lek är avgörande för utvecklingen av sociala och kognitiva färdigheter, vilket har varit en nyckelfaktor för vår arts framgång. Lek främjar samarbete, förståelse av sociala regler, och hantering av motgångar. Men dagens överbeskyddande föräldraskap och minskad fri lek, ofta ersatt av planerade aktiviteter och skärmtid, hotar denna viktiga utvecklingsprocess. Konsekvensen är en generation som söker trygghet framför risktagande, vilket kan leda till mindre innovation, ökad polarisering, och ett försämrat samhällsengagemang.
4. Ökad psykisk ohälsa rapporteras bland unga och kan till viss del vara en positiv indikation på ökad medvetenhet och förbättrad förmåga att söka hjälp. Samtidigt finns det en risk att psykisk ohälsa har blivit så normaliserat att det leder till överdiagnostisering och en kulturell förväntan att identifiera sig med psykiska problem, även vid milda symtom. Detta understryker behovet av att noggrant definiera vad som utgör verklig psykisk ohälsa och att se den i relation till den normala mänskliga upplevelsen.
5. Det svenska utbildningssystemet står idag inför utmaningar som inte bara påverkar elevernas akademiska prestationer, utan också deras framtidstro och psykiska välbefinnande. I en tid där kunskapsluckor, bristande förberedelser och en progressiv pedagogisk filosofi dominerar klassrummen, blir frågan om hur vi bäst förbereder våra elever för framtidens krav alltmer akut. Den traditionella kunskapssynen, med sin betoning på objektiv kunskap, strukturerat lärande och höga krav, erbjuder en väg framåt som kan ge eleverna både bättre psykiskt välbefinnande och bättre verktyg att möta den verklighet som vuxenlivet sedan innebär.

Vår ungdomsgenerations politiska spektrum

av Simon Wallin (Förbundsstyrelsen)

Moderaterna är fortfarande vilse i dagens politiska miljö

Den traditionella höger-vänsterskalan som länge dominerat det politiska spektret har under de senaste decennierna genomgått en transformation. Traditionellt har skalan vilat på ekonomisk grund: låg individuell ekonomisk frihet kontra hög individuell ekonomisk frihet. Idag har denna aspekten dock tappat allt mer relevans. I väljarnas ögon är det fullt möjligt att vara ett högerparti samtidigt som man driver politik för tullar, höjda bidrag och större näringspolitisk klåfingrighet. Det är samtidigt möjligt att vara ett vänsterparti som avskaffar värnskattn. Det är detta politiska spektret som vår generation är uppväxt med och förhåller sig till.

1990-talet var inte snällt mot den globala vänstern. Årtiondet började med att Sovjet föll och det en gång för alla var bevisat att socialismen som ekonomisk politik inte fungerade på stor skala. I Storbritannien gjorde det traditionella vänsterpartiet stora interna renoveringar, tog några steg åt höger och skapade 'New Labour'. I Sverige hade Socialdemokraternas politik kommit ikapp dem med 90-talskrisen. Vänstern tappade till och med de hängivnaste av anhängare som Astrid Lindgren, och högern tog makten. När vänstern och högern bedrev mer eller mindre samma politik på det ekonomiska planet blev det nödvändigt att hitta sätt att differentiera sig på. Under senare halvan av 1900-talet hade en immateriell marxism utvecklats som passade behovet perfekt. Istället för klass började identitet bli frågan. Migration, HBTQ-frågor, jämställdhet, Islamism, abort och klimat - dagens kulturkrigsfrågor är egentligen varken höger- eller vänsterfrågor i traditionella mått mätt men vänstern har i stor grad lyckats att göra dem till deras.

I Sverige blev det Sverigedemokraterna som på senare år kapitaliserade på detta. Sverigedemokraterna kom in i riksdagen redan 2010 men det var först 2014 de på riktigt sköt till höjden och blev Sveriges tredje största parti. Något som resulterade i att det traditionella högerblocket tappade makten i Sverige. Sverigedemokraterna blev högerpartiet som inte hade någonting gemensamt med högerpartierna endast för att de fungerade som en motreaktion på vänstern. Högern hade nu omdefinierats till motsatsen av vänstern. Höger var du om du stod utanför vänsterns intersektionella samhällsanalys. Det är efter den här nya höger-vänsterskalan som unga män och kvinnor då definierar sig efter och också den skalan som Moderaterna måste förhålla sig till i sin politik och det gör vi inte.

Moderaterna är ett tydligt högerparti ekonomiskt. Det finns en tydlig liten tunnel av accepterade åsikter att ha inom partiet. Du kan inte komma som Moderat och säga att vi ska höja skatterna för att finansiera nya bidrag till arbetslösa för då är du per definition inte Moderat. Det sitter i vår essens. På den gamla höger-vänster-skalan så passade vi in perfekt - det var vi som var högern. Enligt den nya definitionen däremot, den definitionen som vår generation känner till och relaterar till så saknar Moderaterna trovärdighet, då vi inte har någon officiell hållning. Vi har blivit partiet som inte bottenar i flera av frågorna som är på agendan och därmed att förvandlas in till ett nytt Centerparti.

Att tjejer och killar röstar olika är del av en global trend

Hur män och kvinnors röstvanor skiljer sig har länge varit ett diskuterat ämne. I analysen "Ökande gap mellan kvinnors och mäns partisympatier" går analytiker på SCB över skillnaden i kvinnors och mäns röstmönster under varje val sedan 1973. De slår fast att skillnaden i de senaste valen ökat dramatiskt (SCB, 2021). Den överliggande trenden är att män idag röstar mer höger medan kvinnor röstar vänster. Detta är en analys som Moderaterna har särskilt tagit till sig efter valet 2022, något som blev tydligt i den eftervalsanalysen som gjordes och de interna rapporter som den mynnade ut i, varav en hade enskilt fokus på att vinna kvinnliga väljare.

Skillnaden i röstvanor är dock inte bara en könsfråga utan även en generationsfråga då skillnaden blir ännu mer påtaglig när man även sorterar efter ålder. Enligt SVT:s vallokalsundersökning 2022 så är Moderaterna största parti både i åldersgruppen 18 – 21 år och 22 – 30 år på 26 procent respektive 24 procent (SVT, 2022). Isolerar man unga män och unga kvinnor för sig så får man dock ett helt annat resultat. Enligt SVT/Verians decembermätning 2023 så plockar Sverigedemokraterna första platsen bland unga män (18 – 29 år) på 28 procent följt av Moderaterna på 21 procent, bland unga kvinnor (18 – 29 år) så är Socialdemokraterna största parti på 37 procent följt av Vänsterpartiet på 17 procent (Ichu, 2024). Bland unga kvinnor (18 – 29 år) så var stödet för oppositionen 70 procent medan stödet för regeringen var 58 procent bland unga män (18 – 29 år) (Ichu, 2024).

Trenden gällande röstvanor för unga män och unga kvinnor är inte något unikt för Sverige utan verkar vara en företeelse som sträcker sig brett i världen. John Burn-Murdoch skriver i Financial Times artikeln "A new global gender divide is emerging" hur skillnaderna växer globalt. Burn-Murdoch hävdar att skillnaderna är så pass påtagliga att han kallar Generation Z för två generationer (Burn-Murdoch, 2024).

Burn-Murdoch lyfter fyra liberala demokratier som exempel, Sydkorea, USA, UK, och Tyskland. Skillnaderna i länderna har ökat från att vara nästan 0 procent till upp mot 50 procent i Sydkorea och runt 20 procent som minst i Tyskland och UK. Det som är tydligt är att det finns ett stort skifte som sker runt 2010-talet och framåt där utvecklingen sker åt båda håll samtidigt. Unga kvinnor blir mer liberala samtidigt som män blir mer konservativa (Burn-Murdoch, 2024).

Om trenden är global och inte exklusiv till någonting som sker eller har skett i just svensk politik så är det naivt att tro att Moderaterna ensamt kommer kunna vända en sådan trend. Istället måste vi lära oss vad orsakerna till denna utveckling är, vilka värderingar och vilken kultur som ligger bakom den, och hur vi kan anpassa vår politik för att få den att passa in i vår generations förutsättningar.

Pojkarna blev problemet

Ungefär samtidigt som brytpunkten som gjorde de ideologiska könsskillnaderna tydligt så hände det mycket i kvinnokampen. 2014 var ett starkt år för kvinnorörelsen. Charlotte Alter beskriver i Time Magazine 2014 som "... the Best Year for Women Since the Dawn of Time" på grund av många olika anledningar från lätta ämnen som representation i media genom filmen Frost till tyngre ämnen som uppmärksammande av våldtäktskultur (Alter, 2014).

Alla höll dock inte med om att rörelsen var en positiv sak. Åren runt 2014 gav också grogrund till den moderna typen av anti-feminism. Termen Social Justice Warrior (SJW) eller krigare för social rättvisa myntades för att beskriva radikala intersektionella feminister som gjordes till åtlöje på sociala medier. På den tiden primärt YouTube.

Intresse över tid

Google Trends

● SJW



Över hela världen. 2004-01-01–2024-06-12. Webbsökning.

Den nya typen av feminism som växte fram i åren efter 2014 hade glömt bort lärdomarna som hade gjorts i kampen för homosexuellas rättigheter. Nämligen att för att få någonting gjort så måste man även få med sig personer som inte är direkt drabbade på din sida. I stället för att måla upp offer och förövare så försökte man ena och samla. Men 2014 så splittrades feminismen i vissa radikalare delar som i stället för att försöka ena män och kvinnor hade som mål att måla upp kvinnor som offer, och män som förövare.

För den extrema vänsterfeministen så blev män problemet. Ett problem som aldrig kunde bli en del av lösningen. Du kunde vara allierad i kvinnokampen och stå upp för kvinnors rättigheter men i slutändan så var du en man. Pojkar lärde sig att det var dem som var problemet, pojkar i låga åldrar som aldrig hade gjort något ont mot något eller någon. Pojkar

som senare växte upp frustrerade och tog till sociala medier för att bli radikaliserade anti-feminister. Samtidigt som de unga tjejerna använde YouTube till att kolla på Clara Henry som lärde dem om feminismen och deras rättigheter så kollade de unga pojkarna på "Radical Feminist destroyed with facts and logic compilation".

Intersektionalismen

När feminismen blev intersektionell var det inte längre nog att diskutera jämställdhet och kvinnors rättigheter, nu skulle alla marginaliserade grupper i samhället gå enade under samma flagga. Kvinnorörelsen blev en rörelse som tacklade etnicitet, sexuell läggning, ursprung, kultur, flyktingar, klimat, miljö, och mycket mer. Det gick inte längre att vara en sak utan den andra. Vänsterns intersektionella feminism hade säkerställt att allt klumpas samman i ett. Var du klimatskeptiker? Då var du antagligen också kvinnohatare? Vill du bygga gruvor i Sapmi? Då var du antagligen också homofob. Den intersektionella vänsterfeminismen hade blivit ett paket som det inte gick att plocka russin ur.

Effekten blev att den tydliga könade kopplingen som feminismen hade fått också nu gick ut på andra frågor som egentligen inte hade något med kvinnorörelsen att göra. Var man kvinna då för att vara intersektionell då skulle man även del i kampen för miljön, HBTQ-rättigheter, invandring och stå bakom ursprungsbefolkningens rättigheter. De män som å andra sidan redan hade blivit radikaliserade till anti-feminismen fick nu också en helt ny spelplan att vara anti på. Männen blev anti-hbtq, anti-migration, anti-klimat allt för att motverka den kvinnorörelse gjort till sin kamp.

Moderaterna står här på en väldigt bra grund där vi är höger men i grunden också har en sund intersektionell kvinnosyn. Problemet för vår generation är att vi ofta inte tar ut svängarna tillräckligt mycket åt något håll för att bli tagna seriöst av varken den starka vänstern hos unga kvinnor, som istället går till S, V, eller MP, eller den starka högern hos unga män, som istället går till SD. Vi behöver gå fram med en politik som går starkare åt båda hållen för att kunna fånga alla väljare då från höger till vänster.

Om Moderaterna tar fram en stark ny jämställdhetspolitik som gör oss till det mest trovärdiga partiet för kvinnofrågor kommer vi kunna locka kvinnliga väljare till Moderaterna. Men hur töntigt det än låter så kan det också få effekten att killar lämnar oss för Sverigedemokraterna, inte för att de motsätter sig kvinnofrågorna, utan för att deras frågor inte lyfts parallellt med det. Moderaterna måste bli hårdare i jämställdhetsfrågan, inte bara hos kvinnor utan även för män.

Denna analys går att göra även för andra aktuella frågor såsom migrationen och integrationen. Moderaterna kan locka väljare från Sverigedemokraterna och unga män genom att vara hårda i migration och kriminalitetsfrågan. Men det kan komma med effekten att driva bort vänsterlutande kvinnliga väljare. Om Moderaterna däremot kan leverera hård politik mot migration och kriminalitet, samtidigt som vi utmärker oss som det mest positiva partiet för personer med utländsk bakgrund och förorten så kommer vi kunna dra väljare från båda hållen.

I skuggan av denna splittring är Moderaterna ofta sist på bollen. Istället för att driva politik för alla så driver vi politik för ingen. I stället för att ha förslag som går hårt och kraftfullt på

många håll så att många blir nöjda så går vi fram med förslag som ingen är nöjd med som gör oss till ett mellanmjölksparti. För att föregå risken att förlora väljare både åt höger och vänster när så kallade "kulturkrigsfrågor" kommer upp på agendan rekommenderar vi partiet att idéutveckla i allt vad dessa frågor är. Gör grundjobbet med att utveckla tydliga moderata positioner även i dessa frågor så behöver vi inte hamna på efterkälken från varken Socialdemokraterna eller Sverigedemokraterna.

Vår ungdomsgenerations tjejer

av Ivana Westberg (Göteborg)

Det här avsnittet analyseras vår generation tjejer och kvinnor. Det verkar som att vår generation, kanske kvinnor framförallt, inte vill växa upp. Beteendena följer därefter. Soft-girls kan anses vara en motreaktion mot den tidigare generationens kvinnors hårda arbete. Moderaterna behöver uppfattas som osjälviska samt utveckla en egen modern feministisk berättelse. Avslutningsvis behövs parollen *alla behövs*.

Feminism

Fjärde vågens feminism

En feministisk våg definieras som en begränsad tidsperiod där den feministiska ideologin i högre grad påverkar politiken. (Karlén, 2020) Den första feministiska vågen pågick mellan 1848-1920, den andra från 1963-1980-talet. Den tredje vågen på 1990-talet. (Pruitt, 2022)

Huruvida fjärde feminismens våg pågår än är omstritt. Rörelsen fick fart under sent 00-tal och har, till skillnad från tidigare feministiska rörelser, använt internet som medel för att sprida budskap och skapa en internationell rörelse. #Metoo är det mest tydliga exemplet av hur den fjärde vågens feminism använde internet. Enbart på Twitter, numera X, användes hashtaggen mer än 19 miljoner gånger. (2024: *What Are the Four Waves of Feminism? And What Comes Next?* - University of Wollongong – UOW, u.å.)

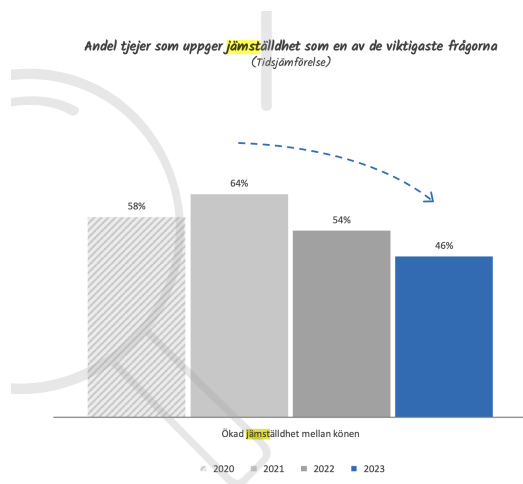
“2014-feminism”

Feminismens år, enligt beskrivningar från The Guardian, Times och Huffington Post, utspelade sig under 2014. Vissa hävdar att kvinnor aldrig haft ett så bra år sedan tidernas begynnelse.

2014-feminismens rörelse gjorde det ocool att inte vara högljudd feminist. Att benämna sig feminist en självklarhet för alla med ett politiskt medvetande. Kvinnors rättigheter var en global angelägenhet. Malala, Emma Watson och Beyonce var it-girls och kvinno-symbolen prydde örhängen och tatuerades.

Dagens inställning till feminism

2021 var jämställdhet en av de viktigaste politiska frågor för 64% av de tillfrågade tjejerna, enligt Ungdomsbarometern. Jämförelsevis sjönk siffran 2023 till 46%. Jämte detta beskriver sig 7 procentenheter färre tjejer sig som feminist, i jämförelse med 2019. (Jonsson, 2024)



The girls

Soft girls, girl math, lazy girl job, corporate girlie, girl dinner, pick me girls, that girl, clean girl, hot girl walk, pilates girl, feral girl, hot girl summer, VSCO girls, girls girl, delulu-girls.

Är “girl” en flykt från “woman”?

Ovan finns ett axplock av alla de olika tjej-trender som florerar på sociala medier. “*Women lose power as they age*”, menar den feministiska ikonen Gloria Steinem. Wasserman menar att fasthållandet av termen *girl* kan vara ett sista försök att behålla den makt man har innan den försvinner (Wasserman, 2016). Steget från *tjej* till *kvinn*a är mindre kopplat till ålder och mer kopplat till normativa livshändelser som gör en till kvinna. Att gifta sig innebär en förändring från *girl* till *wife*, att skaffa barn en förändring till *mother*. Frågan blir då, kan man inte få vara bara en kvinna? Att varken vara tjej eller några andra epitet?

Idealiseringen och fetichiseringen kring ungdomlighet gör det svårare att anamma kvinnlighet. Jennings exemplifierar med termen *woman dinner* i jämförelse med trenden *girl dinner* (Jennings, 2023). *Woman dinner* känns sorligt och ensamt. Frysmat framför en re-run av *Sex and the City*, att drömma sig tillbaka till den tid då man bara var en *girl* i världen. Att vara en *girl* är roligare och mer spännande, ungdomligt och med högre sex-appeal.

Boy används på liknande nedlåtande sätt gentemot *män*. För män är den traditionella mansrollen av att ta hand om familjen av stor vikt, vilket ger en vilja att växa upp. Rent biologiskt är det självklart inte märkligt att det finns en strävan om ungdomlighet, men det sociala är allt mer intressant att studera.

Den sociala aspekten av könsroller som används i språk och sedermera trender. Detta särskilt i relation till att den här generationen verkar ha en ovilja att växa upp, kanske särskilt kvinnor. Se avsnitt nedan gällande ungdomlighet som en källa till ångest.

“Soft-girls” och relationen till feminism

Den *girl-trend* som fått mest mediatid är *soft girls*, som många ratar och andra ser upp till. *Soft girls* går emot allt det vår föräldrageneration ville uppnå och det den feministiska kampen kämpat för, och väljer en annan väg. Istället för att vara en millennial *girl-boss* som startar eget företag och värderar hårt arbete strävar en *soft girl* efter det *lilla livet*.

Alla trender, inklusive 2014-feminismen, får motreaktioner. I detta fall blev den kvinnliga motreaktionen mot menskonst istället en surdeg som myser på köksbänken, redo för nästa brödbak i det lilla, mjuka livet (Klingberg, 2024).

Kan man vara feminist och samtidigt medvetet sätta sig i en beroendeställning till en man? Enligt *soft girls*, och dess äldre motsvarighet *tradwife* (*traditional wife*), är svaret, skrämmande nog, *ja*. För handlar inte feminism om rätten att välja sitt eget liv? Att antingen arbeta på kontor 40 timmar i veckan, eller baka veckans fjärde surdegslimpa? Det handlar helt enkelt om *choice feminism*.

Choice feminism, valfeminism på svenska, växte fram på grund av kritik gentemot den feministiska rörelsen. Ferguson menar att kritiken handlade om tre huvudsakliga områden nämligen att feminism är för radikal, exkluderande och dömande. (Ferguson, 2010) Svaret på detta blev *choice feminism* som accepterar alla kvinnor oavsett vilka val de gör och vare sig dessa val stärker patriarkala strukturer. Ferguson menar även att tredje vågens feminism banade väg för denna tolkning av feminism som innebär att varje val blir feministiskt, förutsatt att det finns ett politiskt medvetande som kan motivera valet.

Soft-girls behöver däremot inte enbart vara en motreaktion mot 2014-feminismen som sådan. Fenomenet är även ett totalt förkastande om idén att vara en *girl-boss*. Termer som *girl-boss* och *She-E-O* växte i popularitet under sent 2000-tal samt 2010-tal. Influenser kom från samtidens underhållning som idolerade arbetet, framförallt hårt arbete. *The Devil Wears Prada* och *Legally Blonde* symboliserar detta väldigt väl. (Nast, 2023) I en svensk kontext var företagen Isabella Löwengrip en central person för *girl-bossandet*.

Victoria Greve beskriver hur även hennes generation, millenierna, stod inför samma situation som dagens generation. "När jag blev vuxen i början av 2010-talet sades det att vi millennials var den första generationen som skulle få det sämre ställt än våra föräldrar. Fast jobb kunde vi glömma. Det som återstod var att omfamna *the grind*" (Greve, 2022) Dagens *soft girls* gör precis tvärtom, som en motreaktion på *girlbossandet*.

Utöver *soft-girl* estetiken ryms även en samhällskritik mot kapitalism. På grund av kapitalism överarbetar kvinnor, menar dessa nyligen omvända *soft-girls*. Arbetslinjen kritiserar givetvis även från vänsterhåll, med *soft-girls* som medel. Lovisa Rydh, aktiv i SSU, menar att "Att allt fler unga kvinnor vill bli "soft girl", det vill säga att skippa lönearbete och hellre ta det lugnt, ägna sig åt det lilla livet och självutveckling, har upprört många. Men trenden bör ses som en reaktion mot det rådande idealet som den allt tuffare arbetslinjen dikterar." (Rydh, 2024)

Kanske är problemet tilliten till samhället? Föräldrar litar inte på att barnen lär sig något i skolan eller att det finns arbetsro. Man litar kanske inte ens på att de ska ta sig hem tryggt. Genom en ökad urbanisering som gett en högre konkurrens på arbetsmarknaden. Sverige har länge utmärkt sig för att vara individualistiskt, och den individualismen ökar, enligt Röda Korset. (Röda Korset, u.å.) Med den ökade konkurrensen på arbetsmarknaden följer föräldrars vilja att deras barn ska lyckas. Det blir i sin tur en utmaning för det offentliga, som skolar medelmåttor. Tilliten minskar då allt mer och *soft girls* väljer att bli *trad wives* som lägger all sin tid på sina barn, istället för att arbeta. Vidare finns det bland vissa *tradwives* även en skepsis mot de kunskaper det offentliga lär ut. Istället för att barn ska lära sig

matematik eller litteratur menar dessa att barn, framförallt flickor, i huvudsak ska lära sig hur man tar hand om sig själv och sin familj.

Arbetslinjens tjejer

Det finns däremot hopp för arbetslinjen. Vi kallar dem KPMG-tjejer. *Corporate girlies* tar för sig och är morgondagens bolagsstyrelser, utan kvotering. De vill ha lika tävlingsvillkor och uppmärksammar samtidigt att *corporate* är riggat i manlig fördel.

De har tagit sin kandidat från valfri handelshögskola. Arbetat extra under studietiden för att ha råd med inredning och kläder. De som inte flyr arbete och ansträngning, snarare romantiserar det. En five-to-nine innan kontorstider då det ska tränas innan jobbet, rätt outfit ska väljas och kaffe ska bryggas. Och en five-to-nine efteråt med matlagning, hudvårdsrutin och tid för självreflektion. *Corporate girlies* är arbetslinjens förkämpar.

Arbetslinjens tjejer sitter inte bara i storstädernas kontorsbyggnader. De finns i hästtjejerna som går upp i gryningen för att mocka i stallet, eller gymtjejerna som går upp lika tidigt för att träna. De finns bland skiftledarna på McDonalds, som extraknacker på Ica efter passen. Arbetslinjens tjejer finns, men de vet inte nödvändigtvis att Moderaterna är det mest arbetsvänliga partiet.

Ungdomlighet, en källa till ångest?

Ungdomsbarometern redovisar 2023 att nästan varannan ung ser dystert på sin framtid. 55% tror att de kommer få det sämre än tidigare generationer. Rikard Molander går så långt att han kallar Generation Z för "Generation Hopplös" då andelen som ser livet som meningslöst har ökat. En förklaring till detta kan vara att man känner att man inte får misslyckas i det moderna samhället. (Andersson, 2023) Här behöver den moderata idén om *alla behövs*. Om tjejen i mellanstadiet inte lyckas på matteprovet är det inte kört för alltid, för i Moderaternas Sverige behövs *alla*.

Förväntningar och nostalgi

Att vara en girl bör inte reduceras till en trend på sociala medier, något som sker i skymundan från politiken och dess SOU:er. Poängen är djupare än så. Att vara en *girl* är ett förhållningssätt gentemot att vara en kvinna. Idealiseringen av ungdomlighet ger en motståndskraft mot att växa upp, och i förlängningen att ta ansvar för andra. Kanske påverkar det demografin, arbetsmarknaden och utbildningsväsendet?

Vem är den "moderata girlien"?

Faktum består att färre tjejer väljer Moderaterna.

Ur ett strategiskt marknadsföringsperspektiv, alltså, hur vi säljer in vår politik, behöver vi ta det postmoderna förhållningssättet i beaktande. Den postmoderna marknadsföringen präglas av estetiska värden snarare än teknisk innovation (Cova. B, 1996). I vårt fall, politikutveckling. Estetiken trumfar funktionalitet för den postmoderna konsumenten. Yogakläder och kosttillskott marknadsförs genom clean girls, medan smink utvecklats för en

utekväll marknadsförs genom feral girls. Genuinitet värdesätts då marknadsförarens livsstil måste överensstämma med produkten.

Det är inte längre produkten och funktionen, *politiken*, som ska säljas in med de främsta argumenten eller logiken. Det är snarare *livsstilen* som ska säljas in. Om väljaren accepterar att *bli* eller *vara* en moderat. Frågan blir därmed, hur är man som moderat, och kan man vara moderat och en "girl" samtidigt? Vilka typer av "girls" accepteras och vilka förkastas? Hur motverkar vi patriarkala strukturer när kvinnor väljer att bli beroende av män?

Kvinnor belönas med dopamin när de agerar socialt och i gruppens bästa intresse, medan män inte gör detta i samma utsträckning. Alltså, kvinnor är rent biologisk mer osjälviska (Staff, 2017). Om den moderata imagen är att en moderat är självisk så kommer kvinnor naturligt att i högre grad inte vilja rösta moderat. Genom postmodern marknadsföring behöver man som moderat *bli* osjälvisk, agera i andras bästa intresse framför en själv, se till fler än ens egna grupp i samhället. Vi behöver helt enkelt ha en berättelse som ser till varje människa. Till *hela* folket.

Paradoxen soft girls

Soft girls kan vara ett önskat resultat av liberalkonservatism. Det är valet, och friheten att få välja hur man vill leva sitt liv, i kombination med de traditionella konservativa värdena. Vi kan inte förkasta soft girls när själva fenomenet är vår egen, omedvetna, skapelse.

Utan de politiska jämställdhetsreformer som under 1900-talet fick ut kvinnor på arbetsmarknaden hade Sverige legat 20 år efter i ekonomisk utveckling. Sverige och Norden är rikt på grund av kvinnor i arbete (*Ny OECD-Rapport: Så Mycket Ökar Tillväxten Om Kvinnor Jobbar Mer*, u.å.). Det är alltså av stor vikt att dessa *soft girls* inte fastnar i arbetslöshet, både för individerna själva men även samhällsekonomiskt. Likaså är integrationen av utrikes födda kvinnor som står utanför arbetsmarknaden avgörande för att inte cementera utanförskap i kommande generationer.

Avslutande ord

Om vi ska säkra välfärd och framtida samhällsviktiga investeringar kan inte kvinnor *välja* att inte arbeta, oavsett en liberal feministisk ideologisk inriktning. *Choice-feminism* kan inte vara den moderata feminismen när det leder till att arbetslinjen inskränks. Det behövs en moderat feministisk berättelse som innebär att *soft girls* och den äldre motsvarigheten *tradwifes* ser värdet i arbete och självständighet. Först då kan patriarkala strukturer brytas. Ur ett integrationsperspektiv är detta av särskilt stor vikt för att bryta utanförskapet.

Det största problemet med *choice feminism* är att valfriheten har ett slut. När en kvinna, absurt nog i feminismens namn, sätter sig i en beroendeställning tar valen och därmed friheten slut.

Vanessa Scaringi beskriver det såhär: "The sudden end of the "Girlboss" and the transition into this aesthetic marks an interesting societal trend into rigid definitions of femininity and limiting roles for women. The seemingly harmless elements of soft girl culture blend a little too easily into old-fashioned manifestations of gender. Taken to the extreme, soft girl

practices have resulted in an increase of stay-at-home girlfriends and traditional wives (or, as coined by the Internet, “tradwives”). Both concepts are reminiscent of the subservient roles that women have fought so long to break.” (Scaringi, 2024)

Det behövs fler reformer för att få dessa *soft girls* att arbeta. Att göra det mer lönsamt att arbeta är en av dem, men unga kvinnor värderar även trygghet i arbetet och en god arbetsmiljö väldigt högt. (*Unga Och Valfärdsjobben*, u.å.) Vi behöver alltså göra det till en paradgren för Moderaterna.

Kommunikationen behöver betona den självständighet och det sammanhang som bara kan uppnås genom egen försörjning. Det som uppfattas som själviskhet i moderat politik behöver också motas bort i kommunikationen. *Alla behövs*, behövs igen. Det handlar helt enkelt om rättvisa, där alla behövs för bidra till det gemensamma och till en bättre värld, inte bara för den personliga självuppfyllelsen.

Vi ser att varje människa behövs.

Vår ungdomsgenerations trygghetsknarkande

av Filip Seiman (Skåne)

Varför leken är viktig

De flesta har nog någon gång sett ett litet barn försöka lära sig gå. Först är det en kamp bara att resa sig upp på två ben. Det drattas på ändan, om och om igen, men likväl fortsätter ändå det lilla livet att åter resa sig upp, känna av balansen, flytta på foten, känna på underlaget efter eventuella ojämnheter, försiktigt byta tyngdpunkt till det andra benet, och vips har barnet tagit sina första steg. Härifrån dröjer det inte länge förrän barnet inte bara stapplar fram, utan rusar omkring med en förbluffande fart. På samma sätt fungerar barns språkinläring. Använder mamma och pappa andra ljud än vad jag gör för att kommunicera med varandra? Jag ska också lära mig dem! Via upprepning, och en hel del misslyckade försök, lär sig bebisen till slut – precis som med gången – att få fram ljud som mer och mer börjar likna ord. Som uttrycket går: upprepning är kunskapens moder.

På så vis fungerar den mänskliga inläringen, vår mest värdefulla egenskap. Det är den som har gjort oss framgångsrika som art. Tack vare vår unika förmåga att uttrycka och lära in information kan dagens människor bekvämt vila på alla tidigare generationers upptäckter, så länge de förts vidare i skrift eller tal. Hjulet behöver alltså inte uppfinnas på nytt. Den allra största delen av den mänskliga inläringen sker under uppväxten. Femåringens nästan färdigvuxna hjärna – vid den åldern har hjärnan redan uppnått 90 % av sin slutliga storlek – är, trots sin storlek, långt ifrån färdig.

Med allt ovan konstaterat bör frågan ställas hur förutsättningar för inläring bäst skapas. Vi vill ju att barnen ska lära sig så mycket kunskap och så många förmågor som möjligt. Haidt har ett tydligt svar på frågan: Lek. "Play is the work of childhood" fastställer han i *The Anxious Generation*. Lek, menar Haidt, är något som nästan instinktivt uppstår mellan barn. Den som är förälder till ett barn kan testa att lämna honom eller henne på valfri plats där det finns andra barn i ungefär samma ålder. Barnen kommer börja leka med varandra, oavsett om de känner varandra sedan tidigare eller om det är första gången de träffas. Omedvetet lär de sig att identifiera olika kroppsspråk, minspel och röstlägen och att förstå deras innebörd. Sociala statushierarkier uppstår som om det vore naturligt. Erfarenheterna från leken ger barnen insikter om värdet av samarbete. Om vi båda vill bygga ett väldigt högt torn av legobitar, så framstår det som klokt att du och jag lägger ihop våra bitar i stället för att bygga varsitt mycket lägre torn. Genom att tävla mot varandra i lagsporter får barn två för demokratin helt centrala lärdomar: att kunna förhålla sig till de regler gruppen gemensamt kommit överens om även när de missgynnar en själv, och att acceptera att man inte bara kan vinna utan också förlora.

“Coddling”

Under senare år, särskilt på 2010-talet, har kulturen runt barnuppfostran förändrats. Docenten i statskunskap Gina Gustavsson beskriver i en ledarkolumn i Dagens Nyheter (DN 15/6-24) hur barn skjutsas allt längre upp i åldrarna, att lekar som kan vara farliga förbjuds och att deras helger fylls med planerade aktiviteter som kringskar det tillgängliga utrymmet

för den så viktiga fria leken. Liknande tendenser har beskrivits i den allmänna debatten under flera års tid. Den tidigare nämnde Jonathan Haidt – som Gustavsson refererar till i sin kolumn – kom innan *The Anxious Generation* ut med boken *The Coddling of the American Mind* (2015) tillsammans med Greg Lukianoff. I den beskrivs fenomenet utförligt utifrån ett amerikanskt perspektiv som, trots att det – liksom det som beskrivs i *The Anxious Generation* – inte kan översättas direkt till svenska förhållanden, ändå är intressant för den här analysen.

De flesta som stått i publiken till en match i knattfotboll kan nog erinra sig en överentusiastisk förälder – ofta manlig – som vrålat lite för högt mot domare, motståndarlaget eller rentav sitt eget barn. Att motverka den typen av situationer är ett syfte som idrottsrörelsen tagit på allvar. Följaktligen står följande står att läsa på Svenska fotbollsförbundets hemsida, i ett avsnitt som behandlar fotboll för barn mellan sex och tolv års ålder:

“I barnfotbollen räknas inte tabeller i de serier, cuper och sammandrag som spelas. Det ger spelare och ledare bättre förutsättningar till att fokusera på glädje, ansträngning och lärande vid fotbollsmatcher där den långsiktiga utvecklingen är viktigare än det kortsiktiga resultatet.”

Det här är naturligtvis bara ett enskilt exempel. Men det stödjer Gustavssons och Haidts tes, och ligger i linje med det faktaunderlag som presenteras i de båda nämnda titlarna av Haidt. Antagandet kan med relativ säkerhet göras att dagens föräldrageneration är mer överbeskyddande av sina barn än tidigare generationer. Varför det är så är intressant, men den viktiga frågan är vad konsekvenserna av det blir. Om man utgår från den tidigare beskrivningen av hur människor lär sig sociala färdigheter stöter dagens unga snabbt på problem. Människors hjärnor är mer plastiska tidigt i livet. Fenomenet beskrivs på följande sätt i *InBrief: The Science of Early Childhood Development*, en rapport från Center on the Developing Child vid Harvards universitet:

“The brain’s capacity for change decreases with age. The brain is most flexible, or “plastic,” early in life to accommodate a wide range of environments and interactions, but as the maturing brain becomes more specialized to assume more complex functions, it is less capable of reorganizing and adapting to new or unexpected challenges.”

Att människor genom erfarenhet lärt sig att vinna och förlora med värdighet är viktigt i ett demokratiskt samhälle. När Svenska fotbollförbundet, och flera aktörer inom idrottsvärlden med dem, håller barn från att tävla med varandra, riskerar det att utgöra en sådan form av skadligt överbeskyddande som Haidt kallar *coddling*. Eftersom hjärnans förmåga att ta till sig nya lärdomar minskar i takt med att den åldras är det viktigt att de lärdomar man vill ge till ett barn ges i tidig ålder. Av det skälet är Svenska fotbollförbundets och andra aktörers agerande problematiskt.

Fler exempel ges i Gustavssons text och av Haidt. Barn får skjuts till skolan i högre utsträckning idag, och tid för fri lek utan vuxnas överinseende kringskärs. Kanske är denna utveckling en konsekvens av den ökade otryggheten. Det kan också bero på att barn de senaste 15 åren fått tillgång till skärmar på ett sätt som de inte haft tidigare. Oavsett varför, så har barnens tid för lek, och därmed för utveckling av hjärnan – särskilt sociala och

motoriska färdigheter – minskat. Detta riskerar medföra en rad konsekvenser vilka vi kan se tecken på idag.

Trygghetssökandet

Ungdomsbarometerns rapport *Generationsrapporten 2024* identifierar en beteendeförändring hos Generation Z i förhållande till tidigare generationer. 40-talisterna ledde den sexuella revolutionen och en rad olika sociala rörelser. Generation X och millennials blev ännu mer utpräglade individualister än tidigare, satsade på sig själva och karriären. Hos dagens unga vuxna märks en tydlig tendens mot att materiella tryggheter och familjeband värderas högre än hos tidigare generationer. Följande citat är hämtat ur *Generationsrapporten 2024*:

“Gen Z spenderar mer tid hemmavid, står närmre sina föräldrar än tidigare generationer och prioriterar generellt skola, jobb och kompisar framför att festa och träffa nya människor. Gen Z är en trygghetssökande generation.”

Förklaringen till detta fenomen går inte att utreda fullständigt i den här rapporten. Men det är likväl möjligt att utifrån den tillgängliga datan dra vissa slutsatser av vad som skulle kunna vara orsaker, och vad det kan tänkas få för ytterligare följder.

Ungdomsbarometern skriver själva i rapporten att en tänkbar orsak är det spända omvärldsläget. Finanskrisen 2008, krigen i Ukraina och Mellanöstern och den spända situationen i Ostasien, Coronapandemin, det ökande gängvåldet och andra liknande fenomen kan mycket väl ha fått människor att se på framtiden mer negativt, och därmed få dem att fokusera på sådant som finns i deras omedelbara närhet – skola, jobb, familj och vänner – än “större” företeelser som politiskt engagemang, sociala frågor och liknande. Som motargument till den förklaringsmodellen kan anföras flera saker. 40-talisterna växte visserligen upp under en enorm ekonomisk tillväxt som syntes över hela västvärlden, men de befann sig samtidigt under ett mer eller mindre konstant hot om kärnvapenkrig. Stora källor till omvärldsoro fanns med andra ord även för generationen som ledde den sexuella revolutionen och 68-rörelsen.

Medan omvärldsläget antagligen har en viss inverkan går det inte att bortse från tidigare förklarade teser om *coddling* och minskande tid för lek – både på grund av tillgång till skärmar och på grund av Generation X:s allt mer överbeskyddande föräldraskap. Som tidigare beskrivits måste barn få möjlighet att utvecklas genom att de utsätts för prövningar som initialt kan framstå som svåra. Det är inte roligt att förlora en fotbollsmatch med 5-0, och det gör ont och börjar kanske blöda om man ramlar från klätterställningen. Men ur dessa händelser kommer lärdomar som ger barnen verktyg för att hantera motgångar och risker i framtiden. En möjlig förklaring till det trygghetssökande beteendet står sannolikt att finna i detta. Ett eventuellt samband mellan färre livserfarenheter och högre aversion till risk bör inte underskattas.

Konsekvenser

För att lyckas uppnå en materiellt tillfredsställande tillvaro där mat på bordet och tak över huvudet aldrig kommer vara ett problem behövs inte särskilt mycket ansträngning i dagens Sverige. Naturligtvis finns det människor som lever under tuffa ekonomiska förhållanden, och deras berättelser måste tas på allvar, men det kan enkelt konstateras att svält inte har hotat vårt land sedan 1860-talet. Ur ett längre perspektiv befinner vi oss i en period av extremt högt välstånd som aldrig tidigare skådats i den mänskliga civilisationens historia. Eftersom det inte är svårt idag på samma sätt som det var förr att försäkra sig om en dräglig tillvaro utan armod, kan det tänkas att drivkrafterna för ansträngning blivit svagare. För att kompensera för detta hade en tänkbar väg framåt vara att öka den möjliga utdelningen på ansträngning. I Sverige har vi gjort tvärtom. De höga skatterna på arbete – särskilt för höginkomsttagare – gör att reward-sidan i en risk-reward-bedömning blir lägre än vad som är optimalt. Varför ta en stor risk om jag inte kan få ut så mycket av det?

Att människor vågar ta risker – ekonomiska som sociala – är viktigt för samhällsekonomin. Det leder till att fler vågar gå den utbildning de vill i stället för att göra det som förväntas av föräldrarna. Det ökar benägenheten att testa nya idéer och produkter på marknaden. Alla privata företag i Sverige har någon gång sett dagens ljus tack vare människor som vågat riskera något, grundat i tron på sin idé. I vissa fall har det gått snett – Dotcom-bubblan är ett sådant exempel – men på det stora hela, över tid, har modet att våga starta något nytt gjort Sverige till ett av världens rikaste länder.

Daniel Ek och Sebastian Siemiatkowski är båda åttiotalister. De växte upp i en tid då barn fortfarande cyklade till skolan själva. De kunde lämna bostaden, och på mammas fråga om var de skulle gå, svara "Ut!" utan att mamma tio sekunder senare hade möjligheten att följa dem i realtid på Hitta min iPhone. Dagens barn växer upp i en annan värld. Möjligheten att genom olika livserfarenheter utveckla den självsäkerhet som krävs för att våga ta risker har minskat. En sådan verklighet får konsekvenser. Den som aldrig fått klättra upp i ett träd som barn kommer antagligen inte heller bestiga Mount Everest som vuxen. Kan vi verkligen räkna med att få ett nytt svenskt under, i valfri bransch, om våra barn inte får, och därmed inte vågar, testa nya saker ibland?

Donald Trump gick som till val på sin slogan *make America great again*. Nigel Farage drev kampanj för Brexit med slagordet *take back control*. Svenska socialdemokrater – tillsammans med sverigedemokrater – uttrycker en ständig längtan till folkhemmets Sverige. Och vissa rapportskrivare i Moderata ungdomsförbundet kan säkert ibland känna att det nog var lite bättre under Alliansens storhetstid, när Moderaterna hade 30 procent av rösterna. Nostalgin är en längtan till något som varit och som flytt. Men den är ofta bedräglig. Bra politik byggs genom att analysera verkligheten, inte en idealiserad bild av den verklighet som varit.

Likväl fortsätter nostalgin att vara en stark politisk kraft, som även påverkar de unga. I våras sjöng tyska ungdomar *Ausländer raus* på en fest i ett klipp som spreds världen över, ett budskap med tydlig koppling till högerextrema rörelser som *Alternative für Deutschland*. I Frankrike gör sig gymnasieelever redo för att gå och rösta på Jordan Bardellas *Rassemblement National*. Och i Sverige vinner Sverigedemokraterna skolvalet. Dessa tre är alla politiska rörelser med en nostalgisk syn på världen av igår som sitt existensberättigande.

Ett citat ur Gina Gustavsson tidigare nämnda text i Dagens Nyheter ger en möjlig förklaring till denna rörelse:

“Det överbeskyddade barnet hamnar i konstant försvarsställning i relation till omvärlden. Då blir impulsen att klänga sig fast vid sitt eget lag, snarare än att tänka själv. Och den vars ego hela tiden kräver lajks, som inte tål kritik och som inte övat på att kompromissa i leken kommer ha svårt att hantera demokratiska förluster.”

Sammanfattningsvis kan konstateras att barns minskade tillgång till fri lek – på grund av skärmar såväl som en överbeskyddande föräldrageneration – berövar dem möjligheten till att tillskansa sig grundläggande kunskaper och färdigheter som krävs i ett samhälle. Detta får till följd att de mer och mer söker sig till materiell trygghet nära den egna personen, och i viss mån sannolikt dras åt ett nostalgiskt håll som kan utnyttjas av politiska krafter. Vidare leder detta fenomen till ett sämre debattklimat med ökad polarisering, vilket i längden kan vara skadligt för demokratin. Dessutom finns sannolikt skador på ekonomin genom att bristen på lek leder till en generation av unga vuxna som inte vågar ta risker.

Vår ungdomsgenerations psykiska mående

av Alice Landerholm (Södermanland)

Allt fler rapporterar att de mår dåligt. Denna ökning av upplevda psykiska hälsoproblem tillskrivs ofta en rad olika förklaringar som välkommandet av smartphones, sociala medier, nivå på kravställning på barn, minskad fysisk aktivitet och hur "jobbigt" det är att vara nybliven vuxen idag jämfört med tidigare. Jonathan Haidt är en amerikansk socialpsykolog och Christian Ruck är doktor i psykiatri vid Karolinska. De är två som sedan trendens början arbetat med att förklara varför allt fler upplever sig lida av psykisk ohälsa. Det här kapitlet jämför Haidts och Rucks slutsatser, analyserar upplevd psykisk ohälsa i relation till självmordstal, synen på stress och ångest samt föreslår en rad åtgärder och frågeställningar för oss som parti att ta ställning i.

Hur ser siffrorna om psykisk ohälsa ut?

Över hälften av unga uppger att de lider av ångslan, ångest eller oro. Värst är det bland unga tjejer med svensk bakgrund, där hela 76 procent uppger psykiska symptom (MUCF, 2023). För varje år söker fler och fler vård hos Barn- och ungdomspsykiatri (BUP).

Det växande antalet måste dock inte vara fullt så alarmerande. Det tyder på att kunskap om psykisk ohälsa ökat och att fler unga har en förmåga att identifiera psykisk ohälsa och sen söka hjälp för den. Det är i sådana fall något positivt som innebär att det innan fanns ett mörkertal av unga som inte fick hjälp med sin ohälsa, men som nu får det. Siffror som stärker den slutsatsen är statistiken om självmord, som visar att färre och färre tar självmord inom nästan alla åldersgrupper.

I åldersgruppen 16-24 år har de som uppger att de har psykiska besvär som ångest och oro ökat från 9% på 1980-talet till över 30 procent under 2010-talet. Trots detta är självmordsfrekvensen i samma åldersgrupp nästintill densamma idag som för 20 år sedan (Folkhälsomyndigheten, 2023). Den enda åldersgruppen i befolkningen vars självmordsfrekvens tydligt ökar är bland unga vuxna 20-29 år.

Användningen av antidepressiva läkemedel har fördubblats i Sverige från 2006 till 2019. År 2019 använde över 1 miljon svenskar antidepressiva läkemedel. Dessutom visar data från Försäkringskassan att psykiska sjukdomar nu står för över 40 procent av alla pågående sjukskrivningar i Sverige. År 2020 var cirka 70 000 personer sjukskrivna på grund av psykisk ohälsa, en ökning från cirka 30 000 år 2010. Dessutom uppger 20 procent av de yrkesverksamma i Sverige att de upplever arbetsrelaterad stress som en betydande faktor för psykisk ohälsa. Antalet anmälda arbetssjukdomar på grund av stress har mer än fördubblats från 2008 till 2018 (Arbetsmiljöverket).

En rimlig reglering av sociala medier

I den omtalade boken "The Anxious Generation" argumenterar socialpsykologen Jonathan Haidt för att ökningen av psykisk ohälsa bland ungdomar, särskilt tonårsflickor, sammanfaller med den ökande användningen av sociala medier (Haidt 2018). Han pekar på studier som visar att sociala medier bidrar till ökad ångest, depression och självmordsbenägenhet. Haidt

menar att plattformar som Instagram och Snapchat skapar en ständig jämförelse med andra, vilket kan leda till känslor av otillräcklighet och ångest. Dessa plattformar kan även fungera som ekokammare för negativt beteende och mobbning, vilket förvärrar ungdomars mentala hälsa (Haidt & Twenge 2019).

Christian Rück erbjuder i "Olyckliga paradiset" en bredare analys av orsakerna till ökande psykisk ohälsa (Rück, 2020). Inte bara förklarar han ökningen av upplevd psykisk ohälsa genom det förändrade samtalet och ökad medvetenhet utan också genom den nästintill oförändrade självmordsstatistiken. Han argumenterar för att den reella ökningen som skett inte enbart kan tillskrivas sociala medier, utan också samhällsstrukturer, ökade arbetskrav och minskad fysisk aktivitet. Rück menar att den moderna livsstilen medför stressfaktorer som påverkar människors psykiska välbefinnande. Rück framhåller också att det finns en tendens att överdiagnostisera och medicinera tillstånd som borde behandlas med terapi eller livsstilsförändringar (Rück, 2021).

Överkonsumtion av smartphones påverkar ungas kognitiva och psykologiska utveckling negativt. Tiden unga spenderar på skärmar idag är ungefär densamma som unga gjorde på 90-talet men vilken typ av skärmar har förändrats (Rück, 2020). Innan kollade man främst på TV och ofta i ett socialt sammanhang, sen gick det över till individuell datoranvändning och sedan 2013 har det främst varit smartphones (Haidt, 2018). Den nya skärmtiden präglas av skrollande vilket kan leda till minskad uppmärksamhet, nedsatt koncentrationsförmåga och försämrade förmåga att bearbeta och behålla information. Den ständiga tillgången till omedelbar underhållning och snabbt byte av stimuli på skärmar kan också påverka hjärnans belöningssystem, vilket kan leda till beroendeliknande beteenden (American Academy of Pediatrics, 2016).

Förutom de direkta konsekvenser av den nya typen av skärmbeteende så ersätter det dessutom traditionella aktiviteter såsom idrott, sociala möten med vänner och deltagande andra klassiska fritidsaktiviteter. Idrott har många positiva effekter på unga människor, både fysiskt och psykiskt. Regelbunden fysisk aktivitet förbättrar kondition, styrka och motoriska färdigheter, samt minskar risken för övervikt och sjukdomar som diabetes och hjärtsjukdomar (Folkhälsomyndigheten, 2020). Psykiskt bidrar idrott till stressreducering genom endorfinfrisättning, ökad självkänsla och förbättrad sömnkvalitet (Svenska Institutet, 2019). Socialt lär sig unga viktiga färdigheter som lagarbete, samarbete och respekt, samtidigt som de bygger sociala nätverk (Riksidrottsförbundet, 2021). Idrotten främjar även akademisk prestation genom förbättrad koncentration och disciplin, samt utveckling av tidsplanering och ansvarskänsla (Skolverket, 2018).

Samtidigt är realiteten sådan att skärmar är en permanent del av vår tillvaro. Istället för att försöka förbjuda denna nya teknik som är del av vår vardag bör debatten handla om hur vi använder sociala medier och smartphones för att undvika dess nackdelar. Vi befinner oss djupt inne i digitaliseringens era, oavsett vad vi tycker om det. Forskarna är dessutom inte helt eniga om vilka effekter skärmtid och sociala medier faktiskt har. Trots Heights påståenden visar andra studier att digitala medier ger fantastiska möjligheter till socialt umgänge, nöje, utforskande och lärande. Unga som i den fysiska världen lider av socialt utanförskap har på internet en värld av människor som är som de, delar samma upplevelser eller intresserar sig av samma saker. När vi aktivt använder sociala medier och interagerar

med andra, kan det leda till starkare relationer och förbättrad mental hälsa (Pew Research Center, 2018)

Teknologins framfart har givit unga människor möjligheter som tidigare generationer bara kunnat drömma om. Med ett universum av information, utbildning och kreativitet bokstavligen vid fingertopparna, är dagens ungdomar väl rustade att navigera och forma framtiden. Barn spelar pedagogiska spel på surfplattor och utvecklar sina språkkunskaper och problemlösningsförmågor. Att förbjuda skärmar för barn och unga skulle också kunna få allvarliga konsekvenser för ett lands konkurrenskraft och framtida utveckling. Genom att använda dessa verktyg lär sig barn och unga viktiga digitala färdigheter, allt från kodning till informationssökning till global kommunikation, som är avgörande i en allt mer teknikdriven värld. Dessa färdigheter är inte bara viktiga för individens utveckling utan också för ett lands förmåga att konkurrera globalt. Så länge andra länders framtida generationer tidigt lär sig av och om tekniken måste Sverige också göra det.

Partier har redan gått ut och krävt att TikTok ska förbjudas och att algoritmer ska tas fram för långsamt skrollande. Det finns två omdiskuterade förslag som inte är särskilt kontroversiella efter de slutsatser som dras av forskare, psykologer och psykiatrin: inför telefonförbud i skolor och sätt en åldersgräns på sociala medier. Dessa åtgärder kommer att kunna motsätta sig utifrån de effekter mobiltelefonen har på barn. Vad Moderaterna behöver ta ställning till är var gränsen ska gå, där vi behöver vara rimlighetens parti.

Samtalet om psykisk ohälsa måste förändras

Begreppet psykisk ohälsa innefattar idag allt psykiskt lidande, från svåra psykiska sjukdomar som kräver vård till vanliga jobbiga situationer vi befinner oss i livet. Precis som i all vård finns det under- och överutnyttjande av tjänsten att söka hjälp. Människor kan inte väl nog bedöma var gränsen går i det psykiska lidandet. När det sker en ökning av de som söker sig till BUP förlänger det köer och betyder att de som verkligen är sjuka inte alltid får hjälp i tid. Paradoxen i hur samhället pratar om och betar sig i relation till psykisk ohälsa är hur vi ser till att de som är sjuka söker hjälp och att de som är friska men upplever temporära påfrestningar inte gör det. Fler behöver se lidande i måttliga mängder som acceptabelt. Livet är ibland underbart och ibland präglad av svårigheter, det är ett faktum alla måste förhålla sig till. Att försöka undvika och skydda oss själva från stress kommer snarare leda till en dålig förmåga att kunna hantera de många situationer som helt naturligt väcker stress i oss. Istället för att undvika stress bör människor fundera på vilka aktiviteter de bäst återhämtar sig och förbereder sig med.

Tage Erlander talade i slutet av sin statsministerperiod om "de stigande förväntningarnas missnöje". När vi får det bättre så förväntas också mer, och oavsett hur bra det går finns det ett missnöje att det inte görs tillräckligt mycket eller går fort nog. Varannan ungdom ser negativt på framtiden (Ungdomsbarometern, 2022). Andelen ökar vilket tyder på att mer välstånd snarare leder till att vi får högre förväntningar och blir mer bortskämda. Om relationen stämmer hade vi inte varit nöjda eller mått bättre med ytterligare välstånd och utveckling. Det är mänskligt att alltid sträva efter mer.

Psykisk ohälsa har också på ett nytt sätt blivit ett centralt samtalsämne, både i media och i privata samtal. Det är en utveckling som på många sätt är positiv, stigmat kring psykisk

ohälsa minskar och fler vågar söka hjälp. Samtidigt väcks frågan om detta ökade fokus kan ha lett till att psykisk ohälsa blivit en norm, något som människor nästan förväntas identifiera sig med. Kan det vara så att det vi ser är en kulturell konstruktion, där det har blivit så vanligt och accepterat att prata om psykisk ohälsa att människor känner sig ha det, även om deras symtom är milda?

Kulturen spelar en avgörande roll i hur vi uppfattar vår psykiska hälsa, och i en kultur där det är vanligt och accepterat att tala om psykisk ohälsa kan det vara lätt att överdriva eller misstolka sina egna känslor och beteenden. Psykisk ohälsa riskerar därmed att bli en del av den kollektiva identiteten, något som människor förväntas ha erfarenhet av för att delta i det sociala samtalet. Detta ökar risken för överdiagnostisering, där vanliga känslor av stress, sorg eller oro felaktigt tolkas som symptom på en allvarlig psykisk störning. I en sådan miljö kan det bli lätt för individer, särskilt unga, att identifiera sig med psykisk ohälsa som en normativ upplevelse, snarare än att se det som ett undantag som bör åtgärdas. Samtidigt som vi uppmuntrar öppenhet och minskar stigmat kring psykisk ohälsa, är det viktigt att balansera medvetenhet och stöd med ett kritiskt förhållningssätt till vad som faktiskt utgör en psykisk sjukdom och vad som kan vara en normal del av den mänskliga upplevelsen. Kunskaperna om psykisk ohälsa behöver alltså öka, så fler klarar av att identifiera när de faktiskt mår så dåligt att de behöver söka vård.

Reformering av barn och ungdomspsykiatri

Barn- och ungdomspsykiatri (BUP) i Sverige står inför omfattande problem som primärt rör långa väntetider och ineffektiv organisering av vården. Barn kan tvingas vänta i flera år på ett första besök, och därefter påbörjas ofta långa utredningar och interna köer som ytterligare fördröjer behandlingen. De här problemen orsakar onödigt lidande och är särskilt skadliga för barn, eftersom ett år i deras liv är en betydande period där mycket kan förändras.

En lösning på dessa problem finns redan och praktiseras framgångsrikt på vissa mottagningar i Stockholm, bland annat i Järva och Handen, där man fokuserar på omedelbar och kontinuerlig vård. Vid första besöket träffar barnet och familjen en specialistläkare och en psykolog tillsammans, vilket möjliggör en omedelbar bedömning och beslut om vidare åtgärder. Detta team följer sedan barnet genom hela vårdprocessen, vilket inte bara minskar väntetider utan också skapar en trygghet för familjen och effektiviserar behandlingen. Genom att omorganisera arbetet på detta sätt har de lyckats eliminera köerna.

Den nuvarande modellen inom BUP, där patienter ofta hamnar i interna köer och vårdpersonalen till stor del är frånkopplade från direkt patientarbete, är ineffektiv och föråldrad. Regeringens förslag om en förstärkt vårdgaranti på 30 dagar är ett steg i rätt riktning, men löser inte de underliggande organisatoriska problemen som förlänger processen efter det första mötet.

För att förbättra situationen på nationell nivå behöver Sveriges regioner och BUP-mottagningar lära av de framgångsrika exempel som redan finns. En omstrukturering av arbetssättet, där fler patienter träffas dagligen och chefer också deltar i det kliniska arbetet, skulle kunna eliminera köerna och säkerställa att barn och unga får den vård de behöver och

har rätt till. Detta skulle vara en avgörande förändring för att säkerställa en mer rättvis och effektiv barnpsykiatri i Sverige.

Slutsater

Ökad psykisk ohälsa rapporteras bland unga och kan till viss del vara en positiv indikation på ökad medvetenhet och förbättrad förmåga att söka hjälp. Samtidigt finns det en risk att psykisk ohälsa har blivit internaliserat på ett sätt som leder till överdiagnostisering och en kulturell förväntan att identifiera sig med psykiska problem, även vid milda symtom. Detta understryker behovet av att noggrant definiera vad som utgör verklig psykisk ohälsa och att se den i relation till den normala mänskliga upplevelsen.

- Regeringen bör prioritera en reform av Barn- och ungdomspsykiatrin (BUP) genom att införa effektiva arbetsmodeller som minskar väntetider och säkerställer snabbare behandlingar.
- Vidare bör det genomföras utbildningskampanjer som hjälper unga att bättre förstå skillnaden mellan tillfälliga känslomässiga utmaningar och allvarlig psykisk ohälsa.
- Måttliga regleringar av skärmtid och sociala medier, som telefonförbud i skolor och åldersgränser, bör också övervägas för att motverka negativa effekter på mental hälsa.
- Dessutom bör regeringen stödja initiativ som uppmuntrar till fysisk aktivitet och hälsosamma livsstilsval, samt främja en balanserad syn på stress som en naturlig del av livet som kan hanteras med rätt strategier och stöd.

Vår ungdomsgenerations längtan efter en tydlig skola

av Elin Sarenmalm (Skaraborg)

I detta kapitel resoneras om vad som kan ändras i dagens utbildningssystem för att förbättra eleverns hälsa samt hur skolan kan ge verktyg för att klara livets framtida utmaningar.

Många elever upplever en skadlig stress i skolan. Som tas upp i kapitlet *Vår ungdomsgenerations psykiska hälsa* så är den självrapporterade ohälsan stor men den enda grupp där självmorden ökar är unga vuxna mellan 20-29 år. Det tyder på att allt fler upplever att det är tufft att komma ut i verkligheten och inse att man inte har verktyg att förverkliga det liv man vill ha. Skolan behöver alltså ändras så den bidrar till mindre skadlig stress i skolan men detta på ett sätt som också stärker ungas förmåga att ta sig an vuxenlivet.

Den gamla skolan hade stora hälsofördelar

Allt var inte bättre förr. Flera delar av den gamla skolan är dock bra att dra lärdom av. Skolan var förr mer strukturerad och lärarledd, vilket skapade en ordning och trygghet för eleverna. Lärarna förmedlade kunskap på ett systematiskt sätt, och varje elev förväntades nå upp till de ställda kraven. De här klassrummen skapade en stabil grund för eleverna, där de genom hårt arbete och noggrant studerande kunde bygga upp en djup förståelse för ämnen som matematik, naturvetenskap och litteratur. En fastställd läroplan fanns att följa, vilket för eleverna skapade en trygg, förutsägbar och organiserad lärandemiljö. Idag ser det inte längre ut så. Dagens klassrum präglas av betydande otydlighet, osäkra elever och otillräckliga förberedelser inför framtiden.

Detta kan i stor grad förklaras av den förändrade kunskapssynen. Den progressiva kunskapssynen, som idag i hög grad lever kvar, bygger på idéer från postmodernism och subjektivism. Postmodernism är ett komplext och brett begrepp som bland annat utmanar traditionella uppfattningar om förnuft och vetenskap. En mildare version av postmodernism ifrågasätter modernismens stabilitet, medan en mer kritisk version ser vetenskap som ett verktyg för makt och kontroll, snarare än en källa till objektiv sanning. Detta leder till att kunskap ses som subjektiv, där varje individ skapar sin egen uppfattning om vad som är sant.

Den traditionella kunskapssynen, å andra sidan, betonar objektiv kunskap som är universell och lika för alla. Denna syn utgår från att det finns en verklighet som existerar oberoende av våra individuella uppfattningar och att vi genom vetenskap och rationellt tänkande kan upptäcka sanningar om denna verklighet. Den traditionella kunskapssynen grundar sig på idén att det finns objektiva sanningar om världen och att vi, med hjälp av förnuft och vetenskapliga metoder, kan nå dessa sanningar.

Att diskutera kunskapssyn är relevant i och med att den leder till olika typer av pedagogik som sedan har långtgående konsekvenser för hur elever förbereds för framtiden. Den progressiva synen främjar en individuell och flexibel läroprocess, men kan också leda till en relativisering av kunskap och sanning. Det här kan skapa osäkerhet och förvirring hos

eleverna, som kan få svårt att navigera i en värld där de förväntas ha konkreta och verifierbara färdigheter och kunskaper.

För att elever ska kunna möta framtidens utmaningar krävs det att de är väl förberedda, både akademiskt och praktiskt. En traditionell kunskapssyn, som betonar objektiv och verifierbar kunskap, kan ge eleverna de verktyg de behöver för att lyckas. Det handlar inte bara om att memorera fakta, utan om att utveckla kritiskt tänkande, problemlösningförmåga och en förståelse för hur världen fungerar baserat på vetenskapliga principer.

Verktyg att hantera livet

När elever idag får höra att de kan bli vad de vill och lotsas genom en hel utbildning utan att faktiskt få med sig de kunskaper de behöver betydande så vilseleds de. Det skapar en klyfta mellan förväntningar och verklighet som sedan kommer att vara tuff att inse. För att minska den klyftan måste skolan bli bättre på att ge eleverna så väl kunskap som karaktär. Det görs genom högre krav, bättre undervisning och mer ansträngning.

Att ställa krav är att bry sig. När vi ställer högre förväntningar och ger eleverna tydliga mål att sträva mot, hjälper vi dem att utveckla de färdigheter och den disciplin som krävs för att lyckas i livet. I en värld som ständigt förändras och där konkurrensen är hård, är det väldigt viktigt att eleverna är väl förberedda. När de vet vad som förväntas av dem och förstår vikten av att möta dessa förväntningar, blir de mer benägna att ta ansvar. Ansvarstagande elever blir därefter ansvarstagande vuxna, vilket i sin tur kommer gynna både individen och samhället.

Skolan ska vara nyckeln till livet och ens framtid. Inte en faktor till dålig stress. Men, all stress är inte dålig stress. Det kan faktiskt vara en positiv kraft i skolan. Bra stress, även känd som eustress, fungerar som en motivationsfaktor och hjälper eleverna att uppnå sina mål. Exempelvis att ta itu med ett viktigt projekt. När elever upplever stress på grund av flera uppgifter och tidsfrister lär de sig att hantera sin tid effektivt. Detta utvecklar deras förmåga att prioritera, planera och organisera, som alla är viktiga färdigheter både i skolan och i livet utanför skolan. Att lära sig att hantera dessa krav bygger en stark känsla av ansvar och självdisciplin. Att uppleva och hantera stress i skolmiljön förbereder eleverna för framtida utmaningar i arbetslivet och personliga livet. De lär sig att motstå press och att prestera under höga krav, vilket är ovärderligt i en alltmer konkurrensutsatt värld. Men för att få en balans mellan stress och prestera bra är det en fördel ifall skolan bidrar till att lära ut tips för att minska stress i vardagen. Exempelvis genom att lära eleverna hur man skapar rutiner, hanterar tid, prioriterar och planerar, samtidigt som vikten av fysisk aktivitet är central.

Elever klarar av att ha mycket att göra. Det som kan leda till skadlig stress och ångest är att inte förstå vad och hur man ska göra. För att klara av att både få elever att nå högre kunskapsresultat och undvika ohälsa krävs att undervisningen är både tydlig och strukturerad. Läxor behöver vara mer av konsumerande och repetitiv art, där frågan om vad eller hur alltid är lätt, än dagens inlämningsuppgifter som främst går ut på att producera exempelvis inlämningsuppgifter, där det ofta blir främst elever med kunniga föräldrar som enkelt får svar på vad och hur.

Större fokus på skolan i utsatta områden

I diskussionen om ett tryggare samhällssystem spelar skolan en central roll. Skolan är inte bara en plats för akademisk inläring utan också en institution där värderingar, sociala normer och färdigheter förmedlas, vilka är avgörande för samhällets stabilitet och trygghet.

Skolan är ju trots allt en av de första platserna där barn möter andra sociala normer och värderingar än de från hemmet. Genom att lära ut saker som medborgarkunskap, etik och samhällslära bidrar skolan till att forma elevernas förståelse för rätt och fel, vilket i sin tur skapar en gemensam grund för ett tryggt samhälle. Detta är avgörande för att barn ska växa upp till ansvarstagande och medvetna medborgare. Ett av skolans viktigaste uppdrag är att erbjuda lika möjligheter för alla barn, oavsett sin socioekonomiska bakgrund. Genom att ge alla barn samma tillgång till utbildning och resurser kan skolan bidra till att minska sociala skillnader och främja social sammanhållning. Oavsett vart du kommer ifrån, ska du kunna få samma möjlighet att lyckas i både livet och skolan som vem som helst.

För att skolan ska kunna spela sin viktiga roll i att skapa ett tryggare samhällssystem, måste vi erkänna och adressera de problem som dagens samhälle medför. Ökad socioekonomisk ojämlikhet, bristande resurser och segregation är utmaningar som många skolor står inför.

I en studie från Svenskt Näringsliv påpekas det att elever i utsatta områden presterar 94 poäng sämre än elever i icke-utsatta områden. En annan studie från forskning.se visar att skolor i utsatta områden kan ha mindre kvalificerade lärare, men det är främst ökad segregation som påverkar elevernas prestationer. Alldeles för många skolor saknar tillräcklig finansiering för att anställa tillräckligt med kvalificerade lärare, uppdatera läromedel och teknik, och erbjuda extra stöd till elever som behöver det. Enligt Skolverket har resurstilldelningen en direkt inverkan på skolornas förmåga att erbjuda en högkvalitativ utbildning, vilket i sin tur påverkar elevernas prestationer och framtidsutsikter

Kvaliteten på utbildningen varierar så kraftigt mellan olika skolor och kommuner. Resursbrist, stora klassrum och otillräckligt utbildade lärare kan leda till att elever inte får den utbildning de behöver för att lyckas. Men framförallt så märker man extremt tydligt en allmänt minskande tillit till samhällsinstitutioner som påverkar helhetssynen på skolan. Om föräldrar och elever inte tror att skolan kan erbjuda en meningsfull och kvalitativ utbildning, minskar engagemanget och motivationen för att försöka. Detta gör det ännu klarare att vi behöver ta en starkare ställning till att införa centralt rättade prov. Det är inte rättvist att eleverna får olika förutsättningar för utbildning och rättning.

För att skolan ska kunna bidra till ett tryggare samhällssystem är det därför nödvändigt att adressera dessa utmaningar. Genom att satsa på jämlik resursfördelning, se till en jämlik utbildning för alla och arbeta för att minska skolsegregationen. Då kan vi skapa en mer rättvis och inkluderande utbildningsmiljö. Detta kommer inte bara att förbättra elevers akademiska prestationer, utan också deras framtida möjligheter och bidra till ett mer sammanhållet och stabilt samhälle.

Referenser

1. Alter, C. (2014, December 23). 2014: The Best Year for Women Since the Dawn of Time. TIME. Hämtad från <https://time.com/3639944/feminism-2014-womens-rights-ray-rice-bill-cosby/>
2. Burn-Murdoch, J. (2024, January 26). A new global gender divide is emerging. Financial Times. Hämtad från <https://www.ft.com/content/29fd9b5c-2f35-41bf-9d4c-994db4e12998?segmentid=dcee0941-6e02-a9de-5643-b340f3ef2e3a>
3. Ichu, F. (2024, January 3). Unga män och unga kvinnor röstar allt mer olika. SVT Nyheter. Hämtad från <https://www.svt.se/nyheter/inrikes/unga-man-och-unga-kvinnor-rostar-allt-mer-olika>
4. SCB. (2021, Oktober 17). Ökande gap mellan kvinnors och mäns partisympatier. Statistiska Centralbyrån. Hämtad från <https://www.scb.se/hitta-statistik/artiklar/2021/okande-gap-mellan-kvinnors-och-mans-partisympatier/>
5. SVT. (2022, September 11). VALU: Väljargrupper - SVT Nyheter. Hämtad från <https://www.svt.se/datajournalistik/valu2022/valjargrupper/>
6. Karlén, J. (2020). Är den fjärde vågen av feminism här?
7. Pruitt, S. (2022, March 2). What Are the Four Waves of Feminism? HISTORY; A&E Television Networks. Hämtad från <https://www.history.com/news/feminism-four-waves>
8. University of Wollongong. (2024). What are the four waves of feminism? And what comes next? Hämtad från <https://www.uow.edu.au/media/2024/what-are-the-four-waves-of-feminism-and-what-comesnext.php>
9. Jonsson, S. (2024, February 1). Generationsrapporten 2024. Ungdomsbarometern. Hämtad från <https://www.ungdomsbarometern.se/rapportslapp-generationsrapporten-2024/>
10. Klingberg, E. (2024, March 15). ”Huskvinnan’ får mig att känna tickande obehag”. Svenska Dagbladet. Hämtad från <https://www.svd.se/a/5BP9BO/huskvinnan-far-mig-att-kanna-tickande-obeleg>
11. Wasserman, R. (2016, May 18). What Does It Mean When We Call Women Girls? Literary Hub. Hämtad från <https://lithub.com/what-does-it-mean-when-we-call-women-girls/>
12. Ferguson, M. L. (2010). Choice Feminism and the Fear of Politics. Perspectives on Politics, 8(1), 247–253.
13. Nast, C. (2023, October 10). Welcome to the Soft-Girl Revolution: How Young Women Are Rejecting Girlboss Culture for a Life of Leisure. Glamour. Hämtad från <https://www.glamour.com/story/welcome-to-the-soft-girl-revolution>
14. Greve, V. (2022, August 7). ”Det är töntigt – men jag är en girlboss”. Svenska Dagbladet. Hämtad från <https://www.svd.se/a/9Ka9a5/victoria-greve-laser-sheryl-sandbergs-lean-in>

15. Rydh, L. (2024, April 18). DEBATT: Soft girls-trenden en konsekvens av arbetslinjen. Göteborgs-Posten. Hämtad från <https://www.gp.se/debatt/soft-girls-trenden-en-konsekvens-av-arbetslinjen.72434a75-b54a-434a-a3db-1c7cffca0c42>
16. Röda korset. (2024). Svenskarna upplever en minskad medmänsklighet och hårdare samtalston. Via.tt.se. Hämtad 11 juni, 2024, från <https://via.tt.se/pressmeddelande/3267069/svenskarna-upplever-en-minskad-medmansklighet-och-hardare-samtalston?publisherId=3235745>
17. Andersson, A.-K. N. (2023, September 24). Säg hej till generation "Hopplös" på jobbet. Göteborgs-Posten. Hämtad från <https://www.gp.se/ekonomi/sa-val-stammer-myterna-om-generation-z-pa-jobbmarknaden.6f77adc2-6f95-4c29-8aa0-d3511f009680>
18. Cova, B. (1996). The postmodern explained to managers: Implications for marketing. *Business Horizons*, 39(6), 15–23. [https://doi.org/10.1016/s0007-6813\(96\)90032-4](https://doi.org/10.1016/s0007-6813(96)90032-4)
19. Staff, V. (2017, October 11). Det är bekräftat: kvinnor är högre stående varelser än män. Vice. Hämtad från <https://www.vice.com/sv/article/ne7gdb/det-ar-bekraftat-kvinnor-ar-hogrestaaende-varelser-an-man?callback=in&code=N2U2NTE3NTATYTVJMI0ZM2I1LWE3NJKTYWQWYZFKM2IWMJM3&state=db018b42e93046288af50fb32f82676a>
20. OECD. (2024). Ny OECD-rapport: Så mycket ökar tillväxten om kvinnor jobbar mer. Norden.org. Hämtad 13 juni, 2024, från <https://www.norden.org/sv/news/ny-oecd-rapport-sa-mycket-okar-tillvaxten-om-kvinnor-jobbar-mer>
21. Scaringi, V. (2024, February 28). The False Escapism of Soft Girls and Tradwives. TIME. Hämtad från <https://time.com/6835737/soft-girls-tradwives-mental-health-essay/>
22. Sveriges Kommuner och Regioner. (2024). Unga och välfärdsjobben. Hämtad 13 juni, 2024, från <https://skr.se/download/18.6cec43d185a5d735108963e/1674652879679/Unga>
23. Gustafsson, G. (2023). Det är inte bara skärmarna som hotar barnen – tillåts inte längre uppleva världen. Dagens Nyheter. Hämtad från <https://www.dn.se/ledare/gina-gustavsson-det-ar-inte-bara-skarmarna-som-hotar-barnen-tillats-inte-langre-uppleva-varlden/>
24. Harvard University. (2007). The Science of Early Childhood Development. InBrief Series. Hämtad från <https://harvardcenter.wpenginepowered.com/wp-content/uploads/2007/03/InBrief-The-Science-of-Early-Childhood-Development2.pdf>
25. Haidt, J. (2018). The Anxious Generation. The Atlantic.
26. Haidt, J., & Twenge, J. (2019). Social Media and Mental Health - Myths and Realities. Psychology Today.
27. Rück, C. (2020). Olyckliga paradiset. Natur & Kultur.
28. Rück, C. (2021). Psykisk ohälsa och livsstilsfaktorer. Dagens Nyheter.

29. Folkhälsomyndigheten. (2020). Regelbunden fysisk aktivitet och dess hälsofördelar. Hämtad från <https://www.folkhalsomyndigheten.se/publicerat-material/publikationsarkiv/r/regelbunden-fysisk-aktivitet-och-dess-halsofordelar/>
30. Svenska Institutet. (2019). Idrott och psykiskt välmående: En översikt. Hämtad från <https://si.se/publicerat-material/idrott-och-psykiskt-valmaende-en-oversikt/>
31. Riksidrottsförbundet. (2021). Idrottens sociala effekter på ungdomar. Hämtad från <https://www.rf.se/publicerat-material/idrottens-sociala-effekter-pa-ungdomar/>
32. Skolverket. (2018). Fysisk aktivitet och akademisk prestation. Hämtad från <https://www.skolverket.se/publicerat-material/fysisk-aktivitet-och-akademisk-prestation/>
33. American Academy of Pediatrics. (2016). Media and young minds. *Pediatrics*, 138(5), e20162591. <https://doi.org/10.1542/peds.2016-2591>
34. Kilger, M. (2023). Från folkrörelse till elitfabrik – ungas sportande i förändring. Stockholms Universitet. Hämtad från <https://www.su.se/forskning/i-fokus/från-folkrörelse-till-elitfabrik-ungas-sportande-i-förändring-1.646130>
35. Folkhälsomyndigheten. (2023, Maj). Ökad stress och minskad trivsel i skolan bland barn och unga. Hämtad från <https://www.folkhalsomyndigheten.se/nyheter-och-press/nyhetsarkiv/2023/maj/okad-stress-och-minskad-trivsel-i-skolan-bland-barn-och-unga/>
36. Svenskt Näringsliv. (2023, August 31). Så gjorde hennes skola succé i ett utanförskapsområde. Hämtad från https://www.svensktnaringsliv.se/sakomraden/utbildning/sa-gjorde-hennes-skola-succe-i-ett-utanforscapsomrade_1202197.html
37. Forskning.se. (2023, April 13). Segregation större problem än brist på erfarna lärare. Hämtad från <https://www.forskning.se/2023/04/13/segregation-storre-problem-an-brist-pa-erfarna-larare/>
40. Kognitiva Teamet Rehab. (2024). Vad är stress? Hämtad från <https://kognitiveteametrehab.se/vad-ar-stress/>