



UPPSALA  
UNIVERSITET

UPPSALA UNIVERSITET  
Teologiska institutionen  
Religionsbetendevetenskap C, Kandidatuppsats, 15hp  
Höstterminen, 2018  
Handledare: Cecilia Melder  
Betygssättande lärare: Önver Cetrez

**”Alla är så lyckliga och jag är glad  
för deras skull.**

**Men jag dör långsamt inombords”**

– En religionspsykologisk textanalys av ungdomars  
existentiella uttryck på BRIS öppna forum

Shamal Ghalandari  
19861226-9574  
Shamal\_g86@hotmail.com

# Abstract

During my time spent as a practitioner teacher I experienced that students lack of interest for the studies of religion. Nonetheless, students tend to have questions regarding their identity and existential health, questions that, arguably, could be discussed in the scholar of religion. I wished to see if one could increase the interest in religious studies by understanding the students's health issues and their ideas of existential health. The psychology of religion aims to answer and reflect upon questions regarding health and the well-being of humans. The aim of current study was to explore how adolescents describe their identity in relationship to existential questions. The following research questions were posed:

How do young people express aspects that relate to existential health and identity on the BRIS homepage chat forum?

How can these descriptions be interpreted based on Melder's theory of existential health and Erikson's theory of self-development?

Can the above analysis contribute to increasing the conditions for pupils' perceived relevance and interest in the teaching of religion in high school?

The method used to answer these was qualitatively targeted content analysis. The qualitative data was generated from the adolescents different expressions, coded with Open Code 4.03. Data were gathered from a Swedish children's rights organization, BRIS (Barnens rätt i samhället) chat forum and included posts from adolescents between 12 and 18 years old. The material is posted over 2 months, September-October, 2018. The phenomenon was investigated with the help of Erik H Erikson and Cecilia Melder's theories. Erikson's theory is used based on his theories on the development of young people and its stages. By applying Melder's theory I was able to search for aspects and parts of the material that could be understood and explained by some or more of the eight existential aspects that, according to the theory, affect the overall self-valued health a person experiences. The result of this study shows that with the help of Erikson's theory, we can receive knowledge on how young people develop. With Melder's theory we can show the eight existential aspects of the material to reach a deeper understanding of the health of young people. In conclusion, the study also contributes to a further comprehension in how religious studies can be conducive when trying to understand existential health and ideas of identity among adolescents.

*Keywords:* adolescents, existential health, mental health, identity, Erikson, Melder, psychology of religion, WHO

<b>Innehållsförteckning</b> ”Alla är så lyckliga och jag är glad för deras skull. Men jag dör långsamt inombords” .....	1
1. Inledning .....	4
1.1. Syfte och mål .....	5
1.2. Frågeställningar .....	5
1.3. Avgränsning .....	5
1.4. Bakgrund .....	5
1.4.2. BRIS öppna forum .....	6
1.5.1 Centrala begrepp .....	7
1.5.2 Hälsa .....	7
1.5.3 Livskvalitet .....	7
1.5.4 Existentiell hälsa .....	8
1.5.5 Identitet .....	8
1.5.6 Adolescens .....	9
1.5.7 Begreppet andlighet kontra religion .....	9
2. Forskningsgenomgång och Teori .....	10
2.1. Forskningsgenomgång .....	10
Presentation av teori .....	11
2.1.1. Eriksons utvecklingsteori .....	11
2.1.2. Melders teori om existentiell hälsa .....	14
2.2. Arbetshypotes och arbetsmodell .....	17
3. Material och metod .....	20
3.1. Material och urval .....	20
3.2. Metod, kvalitativ innehållsanalys .....	21
3.3. Validitet .....	21
3.4. Etiska avgränsningar .....	21
4. Resultat .....	23
4.1. Resultat .....	23
5. Analys .....	32
5.1. Analys .....	32
5.2. Slutsatser .....	34
6. Diskussion .....	36
6.1. Teoretisk reflektion .....	36
6.2. Metod reflektion .....	37
6.3. Empirisk reflektion .....	38
6.4. Avslutande reflektioner .....	38
7. Sammanfattning .....	39
Litteraturförteckning .....	40

# 1. Inledning

Sverige anses vara ett av världens mest välmående länder, trots det rapporterar Sveriges Kommuner och Landsting (SKL), Socialstyrelsen och Statens Folkhälsoinstitut (FHI) att det finns tecken på att hälsoutvecklingen i Sverige blir sämre, speciellt den psykiska ohälsan bland unga och i synnerhet bland unga kvinnor (SKL, 2018, Socialstyrelsen, 2016 & FHI, 2018). Rapporten ”*Liv och hälsa – ung i Mellansverige*” söker spegla de ungas livsvillkor, levnadsvanor och självupplevda hälsa och finner en negativ hälsotrend hos elever (Söderqvist, 2014). Folkhälsomyndigheten undersökningar om *Skolbarns hälsovanor*, där barn och unga får svara på frågor kring besvär med sömn, huvudvärk, nedstämdhet, ont i magen, ont i ryggen, irritation och nervositet samt yrsel visar att nästan 60 procent av flickorna i 15 års ålder uppger att de haft minst två av ovanstående besvär mer än en gång i veckan under de senaste 6 månaderna (FHI, 2016).

Det är i skolan som ungdomar tillbringar den största delen av sin tid. Där finns deras barndomsvänner, skolkamrater och vuxna förebilder. Vissa är dock ensamma, vare sig de vill det eller inte. Ungdomar befinner sig i en fysiskt påfrestande utvecklingsperiod. Även deras psykiska hälsa och deras sociala tillvaro är under denna tid under ständig förändring. Det är nu de ska försöka bygga upp en stark självkänsla, något som inte är självklart för alla. Frågor som blivande lärare och lärare ställer sig är: Hur står det till med ungdomars psykiska hälsa och livskvalitet i Sverige och är psykisk ohälsa en riskfaktor som begränsar framtida studier och yrkesmöjligheter?

I boken *Religion som resurs* presenteras studier om elevers möten med religion i skolan. Där framkommer att skolan är arenan där unga kommer i kontakt med religion och religiösa frågor, trots att det är det ämne som eleverna finner minst intressant (Brömssen, 2012). Det framkommer även att identitet är nära kopplat till religion (Lundberg, 2012).

Begreppet livskvalitet är omstritt och begreppet kan inom medicinsk etik omfatta till exempel, systematiska jämförelser mellan hur olika metoder för att bota sjukdomar kan påverka patienters livskvalitet (Nationalencyklopedin, 2018). Det kan även omfatta hälsoekonomi, det vill säga att samhällsresurser fördelas effektivast utifrån perspektivet satsade kronor. Det är ur ett samhällsekonomiskt perspektiv lönsamt att ungdomar mår bra och orkar genomföra sin skolgång. Cecilia Melder, teologidoktor i religionspsykologi, konkluderar att positiva aspekter av existentiell hälsa är förknippat med god självskattad hälsa och fysisk samt psykosocial livskvalitet. Melder understryker att det finns möjligheter att genom att använda ett existentiellt hälsoperspektiv kan psykisk ohälsa förebyggas. I linje med detta har forskning avseende existentiell hälsa i relation till hälsa och sjukdom ökat kraftigt de senaste 25 åren (Melder, 2014, s. 37).

Det existentiella välbefinnandet kan även kopplas till Erik Houmberger Eriksons psykosociala teorier om jagutveckling och mer specifikt till hans tankar om ungdomsperiodens utveckling till en individ med självsäker och självklar identitet (Erikson, 2004).

Som blivande gymnasielärare är det inte bara viktigt att elever presterar under lektionerna utan min roll måste också inbegripa förståelse för mina elevers livssituation. Jag tror att denna uppsats kan bidra till förståelse för detta samt ge tankar om hur religionsundervisningen bör utformas för att motivera eleverna till studier, men även reflektion om existentiell hälsa. Jag har valt att analysera vad ungdomar skriver på organisationen Barnens Rätt i Samhället [BRIS] öppna forum för att söka information om ungdomars egna tankar om existentiell hälsa och identitet. Det finns ett behov av att belysa ungdomars tankar om religion och existentiella teman. Detta kan i sin tur ge idéer till lärare om hur religionsundervisning kan bedrivas för att ge ungdomarna motivation att med nyfikenhet och intresse ta sig an ämnet. Men också att väcka reflektion hos ungdomarna över existentiell hälsa ur ett psykosocialt perspektiv.

### 1.1. Syfte och mål

Syftet var att studera hur ungdomar beskriver sin identitet i relation till existentiella frågor genom att studera deras inlägg på BRIS hemsidas öppna forum. Målet med föreliggande uppsats var att beskriva hur frågor kring identitet och existentiella uttryck kan tolkas för att skapa idéer om hur religionsundervisningen på gymnasiet kan utformas för att väcka intresse för ämnet bland eleverna.

### 1.2. Frågeställningar

Utifrån syftet har följande frågeställningar formulerats:

- Hur uttrycker ungdomar aspekter som relaterar till existentiell hälsa och identitet på BRIS hemsidas chattforum?
- Hur kan dessa beskrivningar tolkas utifrån Melders teori om existentiell hälsa och Eriksons teori om jagutveckling?
- Kan ovan analys bidra till att öka förutsättningarna för elevers upplevda relevans av och intresse för religionsundervisningen på gymnasiet?

### 1.3. Avgränsning

Avgränsningen av ungdomars uttryck av existentiell hälsa har begränsats till att omfatta de aspekter som ungdomar 12–18 år beskriver på BRIS öppna forum under perioden 7 september–29 oktober 2018. Resultatet tolkas utifrån Eriksons teorier om jagutveckling samt Melders teori om existentiell hälsa. En ytterligare avgränsning som gjorts är att inte explicit inkludera genus och kulturella perspektiv, då dessa perspektiv inte ryms inom ramen för denna uppsats.

### 1.4. Bakgrund

Religionspsykologi ägnar sig åt frågor som rör hälsa, välbefinnande och meningsskapande processer såsom vad som är mening med livet och vad som individen anser ger mening. Ämnet har individen i centrum och studerar

omgivningens påverkan på individen. Ett grundläggande antagande är att det råder en interaktion mellan individens psykiska välbefinnande och omgivningen (Melder, 2011, s. 85).

Min förförståelse inom ämnet är att jag under verksamhetsförlagd utbildning uppfattat att elever anser att religionsundervisningen är svår och att intresset för ämnet är svagt. Vidare har jag sett tecken på att vissa elever lider av psykisk ohälsa vilket resulterat i låg motivation för skolarbetet, låg självkänsla och till och med känslor av att inte orka leva. I föreliggande uppsats hanterar jag denna förförståelse genom ett aktivt och medvetet förhållningssätt, det vill säga vid datainsamling samt i analysarbetet har jag reflekterat över mina tidigare samt andra forskares erfarenheter inom området. Jag är dock väl medveten om att det är en omöjlighet att göra en helt neutral och objektiv tolkning. Därför handlar det om att jag förstår min egen förförståelse och min teoretiska referensram för att kunna utvinna ny kunskap utifrån det empiriska materialet (Malterud, 2009).

#### 1.4.2. BRIS öppna forum

BRIS startades 1971 efter ett uppmärksammat misshandelsfall som ledde till att en 3-årig flicka dog (BRIS, 2017). Efter händelsen startades en telefonlinje där barn och vuxna kunde ringa in och anmäla misstanke om barn som for illa. Sedan 1980 har barn kunnat ringa till Barnens hjälptelefon anonymt som sedan 1989 är rikstäckande och kostnadsfri. Barnens hjälptelefon kallas idag BRIS 11611. BRIS hjälpchatt startades 2007/2008 och där arbetar 600 frivilliga med att besvara telefonsamtal, e-post och chatt-meddelanden. Organisationen har cirka 70 professionellt anställda (BRIS, 2017). De internetbaserade stödkontakterna finns tillgängliga för barn upp till 18 år medan föräldrar och andra vuxna har separata kanaler. BRIS är öppet för alla barn och ungdomar men kräver att de har inloggningsuppgifter för vissa funktioner.

Målet med BRIS är att stödja och stärka barns rättigheter samt förbättra deras levnadsvillkor. Organisationen bistår med råd och stöd samt syftar till att underlätta dialogen mellan barn/ungdomar och vuxna. Under 2017 ökade antalet kontakter till BRIS med 5 procent och BRIS hade det året 28 415 samtal varav 90 procent initierades av barn. Totalt besvarade organisationen över 40 000 samtal år 2017. Samtalsämnen som var mest återkommande handlade om psykisk ohälsa och ungdomars strävan efter att utveckla självbild, identitet och söka tillhörighet (BRIS, 2017). Forumet är öppet för alla att läsa och tillåter individer upp till 18 år att skriva och dela med sig av sina erfarenheter, funderingar och känslor. Forumet är anonymt och individen kan välja att enbart läsa eller ge tips och stöd till andra som skrivit i forumet. Forumet är indelat i olika kategorier och det krävs att du är inloggad för att kunna skriva i forumet. Då forumet är välkänt och välbesökt av barn och ungdomar bistår det med rik och varierad information. Att i föreliggande uppsats använda forumet för att samla in data om ungdomars existentiella frågor är en spännande utgångspunkt för min analys. Öppna forum på internet faller utanför lag (2003:460) om etikprövning av forskning som avser människor. BRIS integritetspolicy finns väl synlig på deras hemsida och tar upp aspekter kring lagring av inlägg samt personuppgifter enligt General Data Protection Regulation (GDPR) som trädde kraft den 25 maj 2018 (BRIS). Dessutom kan inte BRIS, på grund av arbetsbelastningen, bistå studenter med information kring uppsatser på kandidatnivå utan endast magisternivå. Detta innebär att författare till

kandidatuppsatser inte kan ansöka om tillstånd för att använda inlägg gjorda på BRIS chatt.

Det är viktigt att ha i åtanke att det är möjligt att ungdomar inte reflekterar över att inläggen på BRIS är offentliga.

### 1.5.1 Centrala begrepp

I uppsatsen används flera centrala begrepp, nedan följer en diskussion och definition av hur dessa begrepp tolkas i detta arbete.

#### 1.5.2 Hälsa

Hälsa definieras utifrån World Health Organisation [WHO] samt Melders (2014) begreppsanalys av hälsa.

Enligt WHO inbegriper begreppet hälsa både fysiskt, psykiskt och socialt välbefinnande. Hälsa anses vara en fundamental rättighet för varje enskild individ oavsett ras, religion, politisk tillhörighet, ekonomisk eller social situation (WHO, 2006).

Melders definition av hälsa är den sammantagna värderingen av individens självskattade välbefinnande utifrån fysiska, psykiska, sociala och existentiella dimensioner. Hon menar att god hälsa uppstår när det sammantagna välbefinnandet och tillståndet är tillräckligt bra för att vara en förutsättning och resurs för mänskligt liv (Melder, 2014).

I 2 kap. 25–28 § av Skollagen (SFS 2010:800) konstateras att alla elever har rätt till så kallad elevhälsa. Denna ska omfatta medicinska men även psykosociala och specialpedagogiska insatser. Elevhälsan ska främst vara förebyggande och hälsofrämjande. Elevernas utveckling mot utbildningens mål ska stödjas. För medicinska och psykosociala insatser ska det finnas tillgång till skolläkare, skolsköterska, psykolog och kurator. Vidare ska det finnas tillgång till personal med sådan kompetens att elevernas behov av specialpedagogiska insatser kan tillgodoses (SFS 2010).

#### 1.5.3 Livskvalitet

Det finns ingen allmänt vedertagen definition av begreppet livskvalitet, men Statens offentliga utredningar (SBU) konstaterar att det finns fyra parallella tolkningar av begreppet. Dessa är livskvalitet som handlingsfrihet, lycka, meningsfullhet och välbefinnande. Med handlingsfrihet avses i vilken mån människor har resurser att styra sina liv efter egna värderingar och önskemål medan välbefinnande avser levnadsstandard och materiella resurser. Meningsfullhet är nära förknippat med psykisk hälsa, det vill säga att människan har möjlighet att leva i enlighet med sin natur, medan lycka kan delas in i två dimensioner: välbefinnande och livstillfredsställelse (SOU, 2015:56).

WHO definierar livskvalitet som individer/gruppers uppfattning om sin behovstillfredsställelse och möjligheter att uppnå lycka och tillfredsställelse (WHO, 2006).

#### 1.5.4 Existentiell hälsa

Genom tiderna har filosofer, konstnärer, psykologer och teologer formulerat grundläggande existentiella frågor. I propositionen *En förnyad folkhälsopolitik* ges riktlinjer för hur offentliga och privata sjukvårdsaktörer ska bedriva folkhälsa i Sverige. Utgångspunkten är att människan har kroppsliga, själsliga och andliga behov och folkhälsoarbetet bör därför bygga på sambandet mellan hälsans villkor och individens förutsättningar. Människans behov av integritet och valfrihet ligger till grund för arbetet. Kommuner och landsting har en nyckelroll att förbättra och utveckla metoder inom folkhälsoarbetet för att nå angelägna målgrupper såsom barn och ungdomar (Prop. 2007/08:110, s. 6f.).

I Sverige har människors andliga och existentiella behov kommit att uppmärksammas. Melder konkluderar att svenskar avstår allt mer från religiösa sammankomster men forskning visar att människor med hög grad av existentiell hälsa, grundad i till exempel religion, politisk övertygelse eller andlighet, har en bättre hälsa i vid bemärkelse. Det finns vetenskapliga belägg för att personer med hög grad av religiositet har bättre förutsättningar för att må bra. Det centrala är att individen känner mening i livet eller hopp om framtiden (Melder, 2011, s. 24).

WHO har identifierat åtta olika aspekter som bidrar till existentiell hälsa. Dessa är: andlig kontakt, andlig styrka, mening och syfte med livet, harmoni och inre frid, helhet och integration, hoppfullhet och optimism, tro som resurs samt upplevelser av förundran (WHO, 2002). Med syfte att kunna mäta individers hälsorelaterade livskvalitéer inklusive den existentiella hälsodimensionen har WHO utvecklat ett självskattningsinstrument, WHO Quality of Life- Spirituality, Religiosity and Personal Beliefs Field-Test Instrument [WHOQOL-SRPB]. Instrumentet består av flervalfrågor där individen väljer ett svarsalternativ mellan 1 (inte alls) till 5 (extremt mycket). Instrumentet har utvecklats och testats under 2000-talet vid 18 centra i världen. Den slutgiltiga versionen består av 32 frågor som mäter existentiell livskvalitet. Dessa 32 frågor ingår i WHOQOL-SRPB självskattningsformulär med ytterligare 100 frågor (WHO, 2002). WHOQOL-100 (WHO Quality of Life 100), som mäter hälsa relaterat till psykisk, social, medicinsk och ekologisk hälsa (WHO, 2002). SRPB är en förkortning på ”Spirituality, Religiosity and Personal Beliefs”, vilket översätts till ”andlig, religiositet och personlig tro”. Detta instrument används även för att mäta hälsa samt hälsorelaterad livskvalitet som är grundat i ideologiskt, politiskt samt religiöst oberoende (Melder, 2014).

Tillsammans avser instrumenten att mäta livskvalitet utifrån följande definition:

These questions respond to the definition of Quality of Life as individuals' perceptions of their position in life in the context of the culture and value systems in which they live and in relation to their goals, expectations, standards and concerns. (WHO, 2002, s. 2)

#### 1.5.5 Identitet

Begreppet identitet syftar till de egenskaper som är utmärkande för en individs personlighet och som avser vem hen är och vad som hen upplever som meningsfullt. Viktiga källor till identitet är etnicitet, klass, kön, nationalitet samt sexuell läggning (Giddens & Sutton, 2014).



### 1.5.6 Adolescens

Adolescensen avser tiden från barndom till vuxenålder och representerar åldersgruppen 16–20 år. Ordet pubertet avser utvecklingen relaterat till fysisk och biologisk könsmognad medan ordet adolescens avser utvecklingen relaterat till psykisk och social utveckling. Ungdomstiden och hela den perioden kallas för tonårstiden. Under adolescensen utvecklar individen större förmåga att kunna resonera logiskt och ta ställning i moraliska, politiska samt ideologiska frågor. Studier visar att tonåringar tenderar att överta föräldrarnas värderingar, synsätt och attityder (Egidius, u.å).

### 1.5.7 Begreppet andlighet kontra religion

Den övergripande skillnaden mellan andlighet och religion är, enligt Geels och Wikström (2017), att andlighet är privata och upplevda former av religiositet medan religionen står för en institutionaliserad samt ritualiserade aspekt. Vissa forskare väljer att betona det heliga medan andra väljer att betona sökandet efter mening och samhörighet. Ytterligare andra menar att det är människans längtan efter något bortom verkligheten (transcendens) som bör studeras. Geels & Wikström, (2017) har valt att presentera en begreppsdefinition från en grupp amerikanska forskare under ledning av professor Hill:

[Spiritualitet inbegriper] de känslor, tankar, erfarenheter och beteenden som uppkommer ur ett sökande efter det heliga. Begreppet ”söka” hänvisar till försök att identifiera, artikulera, upprätthålla eller förvandla. Det ”heliga” hänvisar till ett gudomligt väsen, ett gudomligt objekt, eller den Yttersta Verkligheten eller den Yttersta Sanningen såsom uppfattad av individen. (Hill m.fl., 2000, s. 66 enligt Geels & Wikström, 2017, s.66 ).

Forskare menar att sökandet efter det heliga är socialt definierat, vilket även religion är. Andra aspekter som definierar religion är sökandet efter det så kallade *icke heliga* till exempel hälsa, identitet, tillhörighet samt stöd från identifierbar grupp (Geels & Wikström, 2017). Det senare har stor betydelse under tonårstiden och är därför relevanta aspekter i föreliggande uppsats.

## 2. Forskningsgenomgång och Teori

### 2.1. Forskningsgenomgång

Forskningsgenomgången har bestått av sökningar i Uppsala universitets databaser. Publikationer har sökts via DISA, DiVA och LIBRIS. Författaren har även använt sig av sökningar via ATLA Religious Database och PsycINFO. Följande engelska och svenska sökord har använts: *mental health*, *mental health + adolescent*, *adolescents existential health*, *existential + youth religion + spirituality*, *youth + religion*, *WHOQOL-SRPB*, *WHO*, *youth + society*, *utvecklingspsykologi*, *Cecilia Melder*, och *Erik Erikson*. Granskade sökresultat är *peer reviewed*, det vill säga vetenskapligt granskade.

Inledningsvis kan konstateras att forskare över tid studerat existentiella aspekter utifrån olika perspektiv såsom kulturella, psykologiska och identitetsskapande processer. Svårigheterna med att använda begreppen religion och andlighet består framförallt av att konsensus saknas om hur begreppen ska definieras (Hood Jr, Hill, & Spilka, 2009, s. 21). Nedan följer en sammanfattning av genomförd forskningsgenomgång.

En studie utgick från djupintervjuer med 12 svenska ungdomar mellan 16–19 år. Tre frågor stod i centrum, nämligen hur ungdomarna beskriver sig själva, sina existentiella frågor och kontakter med vuxna. De förstnämnda frågorna syftade till att belysa identitetsutvecklingsprocessen medan den sista syftade att belysa faktorer som kan påverka denna process. Forskarna konkluderade att balans och kontroll av egna behov och önskemål gentemot andra var en central fråga och att existentiella frågor mestadels handlade om den personliga framtiden. Ungdomarna beskrev nödvändigheten av kontakt med vuxna för att skapa kunskaper och erfarenheter. Men de beskrev även att kontakt med andra vuxna utanför familjen var sällsynta. Forskarnas slutsats var att identitetsbildning under senare delen av ungdomsåren består av integrationsproblem där vuxna spelar en specifik och viktig roll (Adamson, Hartman, & Lyxell, 1999).

En annan studie beskriver att religion och andlighet är sammanvävda i många kulturer. Studien använde data från 55 unga vuxna med allvarliga psykiska sjukdomar som sökt hjälp via krishanteringstjänster. Syftet var att undersöka hur utsatta ungdomar i psykologisk kris beskriver religion och andlighet och hur detta relaterar till deras erfarenheter, förståelse och hantering av egen psykisk ohälsa. Fyra teman återkom under intervjuerna med ungdomarna, nämligen positiv hantering av religion och andlighet, negativ hantering av religion och andlighet, förhållandet till Gud och konsekvenser av religion och andlighet för psykisk ohälsa. Forskarna konstaterar att religion och andlighet är ett komplext ämne och det krävs träning av psykiatriska vårdgivare för att understödja existentiell hälsa hos unga vuxna (Oxhandler, Narendorf, & Moffatt, 2018).

I en studie av Valerie DeMarinis (2017) försöker forskaren förstå den psykosociala funktionen av ritualisering och ritualer som återfinns i samhällen. DeMarinis (2017) använder begreppet existentiell ritualisering för att beskriva meningsskapande handlingar och meningsuttryck som visar hur individen

upplever att livet är och hur det bör vara. Även om individer genom erfarenheter försöker finna en existentiell mening kan detta ta olika uttryckssätt men det gemensamma är utvecklingspsykologiska och psykosociala behov av existentiellt meningsskapande (DeMarinis, 2017, s. 441). Framförallt är det viktigt att förstå huruvida de existentiella rituella aktiviteterna korrelerar med psykologiska behov hos individer i olika kulturell kontext (DeMarinis, 2017, s. 442).

En annan artikel undersöker om den empiriska forskningen av Eriksons utvecklingsteorier kan användas terapeutiskt. Forskarna tolkar Eriksons teorier om livscykelstadiet, det vill säga om generativitet, identitet, integritet kan ge terapeuten en förståelse för var individen befinner sig utifrån ett psykosocialt utvecklingssammanhang. Genom att identifiera vilket stadium som individen befinner sig i kan terapeuten rikta in sin terapi mot rätt stadium (Marcia & Josselson, 2013).

Wallgren (2016) konstaterar att flera forskare utgår från antagandet att om elevernas existentiella hälsa är bra kommer detta att påverka skolarbetet i positiv riktning. Utifrån denna hypotes har elever som deltog i en ännu inte publicerad forskningsstudie fått samtala om existentiella frågor under en åttaveckors period. Som hjälp under samtalen hade eleverna samtals-kort som innehöll åtta områden inom existentiell hälsa. Eleverna fick reflektera och samtala om frågor som gällde känsla av sammanhang, existentiell styrka och kraft, mening med livet, känsla av helhet, harmoni och inre jämvikt, tillit som livskraft och upplevelse av förundran och förhoppning. Flera elever berättade att samtalen hjälpt dem att fatta svåra beslut i livet (Wallgren, 2016).

Religionens betydelse hos unga bekräftar att de religiösa organisationerna spelar en marginell roll i vardagslivet hos majoriteten av unga och viktiga värden i livssyn och för ett gott liv är snarare det personliga valet, självförverkligandet samt självförtroendet. Resultatet visar att unga lägger betoningen på subjektiva värden och individuell autonomi djupt förankrat i relationer med vänner och familj (ref. i Lövheim, 2012, s. 102–103).

Sammanfattningsvis visar denna forskningsgenomgång att det saknas studier om hur ungdomar, utan inflytande från forskare eller andra auktoriteter, med egna ord och tankar, beskriver sin existentiella hälsa. Detta perspektiv behövs för att lärare ska kunna nå förståelse för ohälsa bland ungdomar, vilket i förlängningen sannolikt påverkar ungdomarnas skolprestationer. Datainsamlingen i föreliggande uppsats möjliggör detta perspektiv och ger även en fördjupad förståelse om fenomenet genom användningen av två teoretiska utgångspunkter.

## Presentation av teori

Nedan följer en genomgång av de viktigaste teoretiska utgångspunkterna av betydelse för denna uppsats analys.

### 2.1.1. Eriksons utvecklingsteori

Psykoanalytikern Erik Homburger Erikson (1902–1994) anses vara en av de främsta förnyarna inom det psykosociala forskningsområdet. Erikson ger en specifik prägel på området genom att inkludera och ge uppmärksamhet åt de religiösa och etiska frågeställningarna (Wulff, 1993). Hans teori om jagutvecklingen inkluderar människans hela livscykel, vilket han kallar

epigenesen. Termen är inlånad från embryologin och hänvisar till att individens psykologiska utveckling följer med det kroppsliga organsystemets tillväxt som vi kan se hos ett foster (Erikson, 2004, s. 41–42). Embryologin är enbart intresserad av den prenatala utvecklingen men Erikson har inkluderat den epigenetiska teorin om jagutvecklingen hos människan genom hela livscykel (Erikson, 1993).

Epigenesen är en av grundstenarna i Erikssons teoribildning och beskrivs med termer som återfinns inom embryologin. Människans psykosociala utveckling liknas vid mänskliga organ som behöver utvecklas inom en specifik tidsrymd och utan störningsmoment samt etableras inom denna tidsrymd för att kunna utvecklas som en fungerande enhet när den nått mognad (Wulff, 1993). Eriksons psykosociala utvecklingsteori ser människans utveckling som en passage mellan olika stadier som har särskilda mål, bekymmer, prestationer och faror (Woolfolk & Karlberg, 2015, s. 18). Vidare menar Erikson att individen i varje stadie möter en utvecklingskris, det vill säga en konflikt mellan ett positivt eller ett skadligt utfall. Utfallet av hur individen löser konflikten kommer att ha bestående effekt på personens självbild samt dennes syn på samhället. Erikson kallar utfallet för identitet kontra identitetsförvirring (Erikson, 1970, s. 79–82)

Trots att vissa forskare inte förespråkar den freudianska stadiindelningen kan den ändå tänkas bidra till förståelsen av ungas psykosociala utveckling. Utifrån Eriksons teori karakteriseras varje förutbestämt stadium av människans psykosociala utveckling av en specifik *utvecklingsuppgift* eller en *psykologisk kris*, vilken måste lösas inom en specifik tidsrymd för att individen ska kunna gå vidare till nästa utvecklingsfas. Endast genom att passera de olika utvecklingsstadierna kan mänsklig mognad uppnås och individen förses med en specifik och fundamental jag-kvalitet (Wulff, 1993, s. 185). Epigenesens princip fungerar även som en påminnelse för människokroppen och dess hierarkiska organisation utgör en viktig del av den mänskliga existensen. En viktig faktor som psykologin måste bejaka för att kunna se helheten.

Erikson (Wulff, 1993, s. 185) inkluderar även två andra organisatoriska processer i sin teoribildning: hur personliga erfarenheter organiseras psykologiskt samt hur människans ömsesidiga beroendeförhållanden till andra människor organiseras i kulturella avseenden. De somatiska, psykologiska och sociala/kulturella processerna måste tas i beaktande för att hänsyn ska kunna tas till det mänskliga livets skeenden. När en process aktiveras leder det per automatik till att de andra aktualiseras. Dessa tre komponenter har likheter med Sigmunds Freuds teorier, till exempel Eriksons stadier för barndom och pregenitala stadier som har sin utgångspunkt i specifika kroppsliga erfarenheter. Men Eriksons teorier om jag-faktorer och socialt betingande faktorer beskrivs mer ingående i varje fas. Enligt Erikson har jaget inte enbart funktionen att reducera önskad stimulans från inre libidinösa önskningar eller från yttre krav från verklighetens omgivning utan ska även skydda personlighetens enhet och underlätta aktiv bemästrande av yttrevärlden (Wulff, 1993).

Eftersom föreliggande uppsats avser att studera ungdomar mellan 12–18 år är det viktigt att specifikt beskriva det utvecklingsstadium som Erikson kallar för ungdomsåren, där identitet kontra identitetsförvirring är centrala begrepp. I tidigare stadier har individens utveckling skett i form av utbyten av leenden mellan spädbarn och föräldrar. Detta når sin kritiska vändpunkt vid puberteten, då kommer barnet till en utveckling som Erikson kallar för identitet (Erikson, 2004, s. 78–79). Erikson menar att (Erikson & Rapaport, 1959, s. 102) termen identitet

består av fyra konnotationer och dessa kommer även att vara min operationalisering:

1. en medveten känsla av att vara en enskild och unik individ;
2. en känsla av "inre enhet och kontinuitet" över tid;
3. helheten som erhålls genom jagets tysta, syntetiserande funktioner samt
4. en känsla av djup samhörighet ("inre solidaritet") med en grupps självdefinition och ideal, vilken i sin tur bekräftar personens egna identitet.

Eftersom ungdomsåren kännetecknas av kroppslig förändring och genital mognad kommer individen att ifrågasätta den enhet och kontinuitet som har funnits tidigare i livet. Detta är ett steg mot en vuxenroll (Erikson & Rapaport, 1959). Den framväxande gestaltningen som långsamt etableras under identitetsbildningens process innebär inte per automatik en sammanhängande uppsättning av funktionella roller som erkänns av andra. Den består även av den konstitutionella utrustningen och dess libidinösa behov, fungerande försvarsmekanismer och sublimeringar (Wulff, 1993). För att bygga upp en varaktig känsla av inre enhet men även för att, till exempel, bestämma sin framtida yrkesroll hjälper ungdomstidens moratorium till genom att ge ungdomar utrymme att experimentera och rollspela (Wulff, 1993). Perioden kännetecknas av identitetsökande. Frågor som "Vem är jag?" kan i bästa fall finna en positiv lösning där erfarenheter från tidigare faser slås ihop och ger en komplett helhetsbild. Detta ger en stabil grund inför den kommande vuxna identiteten (Erikson & Rapaport, 1959). Ett annat möjligt utfall är att individen får en osäker självbild, både inför sig själv och andra. Detta kan leda till att individen får svårt att komma andra människor nära, vilket i sin tur kan leda till identitetsförvirring/identitetssplittring och revolt eller depression (Hood Jr, Hill, & Spilka, 2009, s. 135–137).

Identitetskris blir den motsatta effekten av identitet och det negativa resultatet av att identiteten inte utvecklas i fas. Ett exempel på vad som kan inträffa vid en identitetskris är att individen, för att få en tillfällig lösning på sin identitetskris, identifierar sig med en populär hjälte, vilket i sin tur kan leda till total identitetsförlust (Erikson & Rapaport, 1959, s. 89–91). Vid en identitetskris kan ett annat alternativ vara att identifiera sig med en grupp som har en skarp gräns mellan medlemmar och icke medlemmar genom ytliga och stereotypa klichéer (Erikson, 1970). Detta etablerande av gruppbildningen lindrar känslan av identitetsförvirring men fungerar även som ett sätt för medlemmarna att uppvisa trohet och solidaritet till gruppen (Wulff, 1993). Skulle de olika samhällsbilderna inte leda till engagemang med den konventionella vuxenvärldens värdeskalor kan de komma att förkastas helt och hållet. Det kan leda till att de engagerande ungdomarna hamnar i en identitetssplittring till en nu-centrerad dyrkan av upplevelsevärlden och till fantasier om en jag-lös mystisk förening (Erikson, 1970, s. 111).

Eriksons menar att barndomens dygder består av hopp, vilja, målmedvetenhet och kompetens. Ungdomen karakteriseras av trohetens dygd som han kallar för *fidelity* och som övergår till kärlek, omsorg och vishet i vuxnas centrala dygder (Erikson, 1970, s. 99–100). Trohet är "en förmåga att upprätthålla fritt valda lojaliteter trots värdesystemens oundvikliga motsägelser" (Erikson, 1970, s. 108). Troheten kan även fungera genom att hämta näring från kamraters acceptering och bekräftelse, vilket i sin tur kan understödjas av en ideologi eller en världsbild (Wulff, 1993). Det som ungdomar framförallt behöver är att få bekräftelse från vuxna samt jämnåriga (Erikson, 1970). Erikson menar att de

första och sista utvecklingsstadierna i livet har egokvaliteter och centrala värden som främst skyddats av de religiösa traditionerna, medan de flesta av de mellanliggande stadierna fylls av värden som vilja, målmedvetenhet, kompetens, trohet, kärlek och omsorg samt dess religiösa konnotationer (Erikson, 1970, s. 100–110).

Inom religionspsykologi har Erikson haft inverkan på två forskningstraditioner. En av traditionerna består av studier från till exempel John Wesley om kända religiösa personligheter samt studier som omfattar religiösa rörelser eller epoker. Den andra traditionen består av studier som beskriver det genomsnittliga levnadsförloppet och tillämpningen av Eriksons livscykel-teori inom religiösa kontexter (Wulff, 1993).

### 2.1.2. Melders teori om existentiell hälsa

Teologiedoktor i religionspsykologi Cecilia Melders (2011, s. 19) forskningsfrågor handlar om hur den existentiella dimensionen av hälsa relaterar till individers självskattade hälsa och välbefinnande samt människors möjlighet att skapa och vidmakthålla ett fungerande meningsskapande system.

Genom semistrukturerade intervjuer och genom självskattningsformulär WHOQOL-SRPB som mäter existentiell hälsa och livskvalitet konkluderar Melder (2011) att existentiell hälsa har ett samband med ekologisk, psykologisk, social samt mental hälsa. Alla dessa aspekter relaterar till varandra men basen är den existentiella hälsan. Förutsättningar för att en individ ska uppnå välbefinnande är att känna hopp, harmoni och helhet. Individen bör även uppleva meningsfullhet, känna förundran, ha andlig kontakt samt en personlig tro samtidigt som individen upplever en delaktighet i en gemenskap (WHO, 2002). Melder (2011) undersökte människors förmåga att skapa och bibehålla funktionella system som påverkar uppskattad hälsa (Melder, 2011, s. 32, 72). I och med att den existentiella dimensionen är överordnad i hennes resultat har Melder utvecklat en modell för existentiell hälsa. Denna modell utgår från WHOQOL-SRPB enkätformulär.

Melder beskriver det existentiella perspektivet på följande sätt:

När WHO i mätinstrumentet beskriver frågorna om det existentiella perspektivet gör det med en öppenhet inför att det finns stora skillnader i hur man förhåller sig till dessa frågor. WHO beskriver att det kan handla om olika typer av personlig övertygelse, som kan komma från olika kulturer eller religioner, den kan vara andlig, t.ex. grundad i tron på en högre andlig kraft/makt eller på naturens helande kraft. Den kan även grunda sig i personliga övertygelser som inte inkluderar någon högre makt utöver den fysiska, materiella världen – man kanske tror på vetenskapen eller på vissa etiska principer (WHO, 2002). Detta innebär att ens persons tro kan vara en uppfattning som grundar sig i en eller flera filosofiska, ideologiska, religiösa vetenskapliga, politiska eller andra inställningar. Det viktiga är inte vad den grundar sig i utan vad det gör för den enskilde individen – om det till exempel ger personen en känsla av hopp inför framtiden och mening i livet (Melder, 2014, s. 43).

Enligt Melder (2011) utgår den existentiella dimensionen från en praktik eller trossystem till en personlig tro på något. Detta betyder att existentiell livsåskådning syftar till den yttre världen som medvetna tolkningar och den inre som existentiella behov. Tillsammans interagerar dessa och utgör

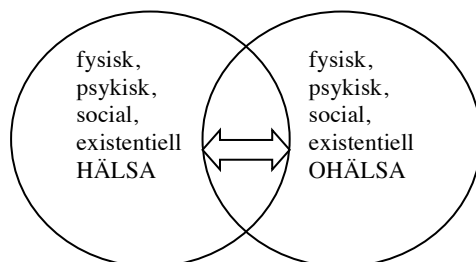
individens meningsskapande strukturer (Melder, 2011, s. 213). Den existentiella hälsodimensionen definieras utifrån Melders teori på följande sätt.

De sammantagna processerna av grundläggande tankar, handlingar, och känslor när människan förhåller sig till livets olika situationer i relation till sig själv, sin omgivning och grundläggande uppfattningar. (Melder, 2014, s. 39).

WHO:s undersökning visar samband mellan aspekter av existentiell hälsa och hälsa (Melder, 2014, s. 43). De åtta dimensionerna bildar tillsammans en helhet som bör beaktas vid skattningar av existentiell hälsa. Melder konkluderar (Melder, 2014, s. 43) att den existentiella dimensionen av hälsa kan fungera som en friskfaktor och en skyddsfaktor i våra liv. Det som krävs är ”att det är ett integrerat samspel och en samstämmighet mellan det vi tänker (kognitionen), det vi känner (affektioner) och det vi gör (handlingen)” (Melder, 2014, s. 43–44).

Melder redovisar åtta aspekter av den existentiella hälsodimensionen. Den första aspekten är *Meningen med livet*, som berör frågor om varifrån en människa får sin kraft och motivation och som förändras av både yttre och inre omvälvningar. Den andra aspekten är *Helhet och integration*, som involverar människans upplevelse av sig själv, såväl psykiskt, fysiskt och existentiellt, och att detta utgör en helhet. Den tredje aspekten *Hopp och optimism* handlar om den existentiella dimensionen om vad som får en människa att känna optimism och hoppfullhet inför livet och framtiden. Den fjärde aspekten *Harmoni och inre frid* baseras på förmågan att kunna vara sig själv. För att uppnå detta krävs en yttre trygghet för att kunna uppnå inre frid (Melder, 2014, s. 48). Den femte aspekten *Existentiell/andlig styrka* utgår från förmågan att kunna hämta kraft från ett större sammanhang än den egna personen. Den sjätte aspekten handlar om *kontakt* – genom gemenskap kan en grupp erbjuda känslan av tillhörighet och styrka och på så vis skänka ett slags existentiell styrka. (Melder, 2014, s. 49). Den sjunde aspekten *Personlig tro* handlar om områden på den personliga livskartan såsom föreställningar om till exempel människovärde, syn på framtiden och föreställningar om livet och döden (Melder, 2014, s. 49–50). Den åttonde aspekten handlar avslutningsvis om en *Förundran inför omgivningen* och att kunna bevara känslan av nyfikenhet och fascination. (Melder, 2014, s. 50-51).

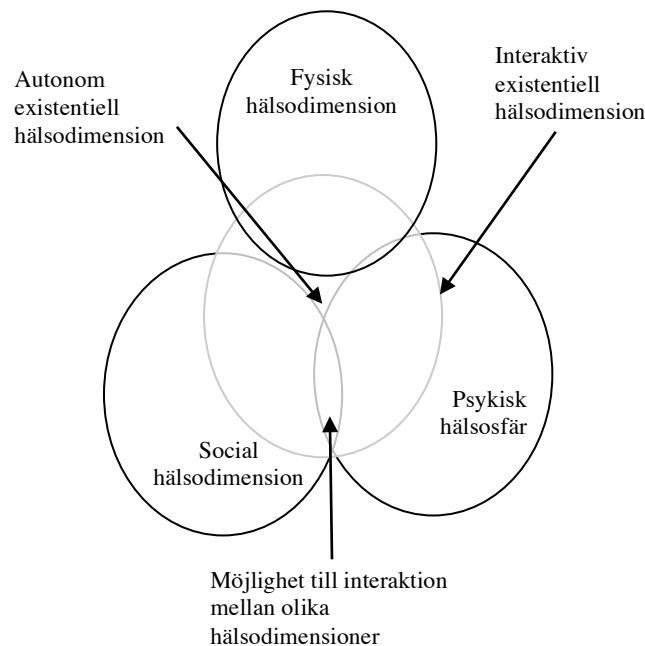
Det som Melder redovisar (Melder, 2014) i sin hälsomodell är att hur hälsan kan påverkas av hur bra respektive dåligt vi mår men även hur sjuka eller friska vi är, det vill säga att de olika dimensionerna (psykisk, fysiskt, social och existentiell) av hälsa påverkar varandra i stor utsträckning. Melder konkluderar (Melder, 2014, s. 51) att det finns forskning som visar samband mellan dessa dimensioner och att dimensionerna kan påverka varandra negativt och positivt, se Figur 1.



Figur 1: Hälsans och ohälsans kontinuum, i de olika hälsodimensionerna (Melder, s. 52)

Melder (2014, s. 52) beskriver vidare att den existentiella hälsodimensionen fyller två meningar, det vill säga den fungerar som en autonom hälsodimension men ska även fungera som en hälsodimension med interaktiv påverkan på de övriga dimensionerna. Skulle en individ sakna exempelvis välbefinnande relaterat till en hälsodimension är det ofta förknippad hos de övriga dimensionerna, vilket leder till att den fysiska, psykiska och sociala dimensionen påverkas där den existentiella hälsodimensionen dominerar.

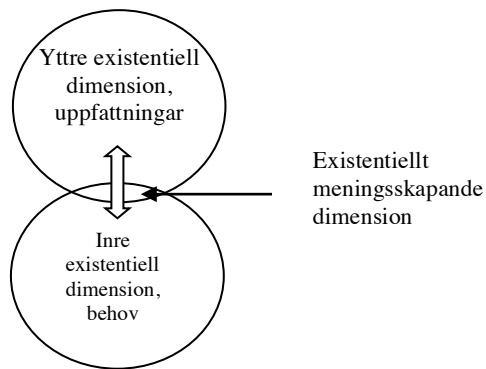
Den grundläggande kärnan för modellen är den existentiella hälsan vilket har sin grund i människans meningsskapande processer, och som påverkas av de övriga hälsodimensionerna. Processen bygger på potentialen att förena två sfärer, så kallad introjicering, där I) yttre påverkan av t.ex. filosofiska, politiska, kulturella eller religiösa föreställningar, som kan vara medvetna eller omedvetna i olika hög grad, ger en helhet av resultatet om vilka idéer uppfattas som normalt och II) den inre dimensionen av vilka inre existentiella behov som en individ har handlar om behovet av hopp harmoni och helhet (Melder, 2014, s. 53–54). Det är i området mellan de olika sfärerna som meningsskapande processer är möjliga och det är där som den funktionella existentiella hälsodimensionen utvecklas (2014, s. 54). Nyckeln till att främja hälsa och välbefinnande är när den existentiella hälsodimensionen relaterar till de övriga hälsodimensionerna. Om de inte möts leder det till obalans och påverkar möjligheterna till att utforma funktionella introjiceringsprocesser (Melder, 2014, s. 54), se Figur 2.



Figur 2. Hälsans olika dimensioner (Melder, s. 53)

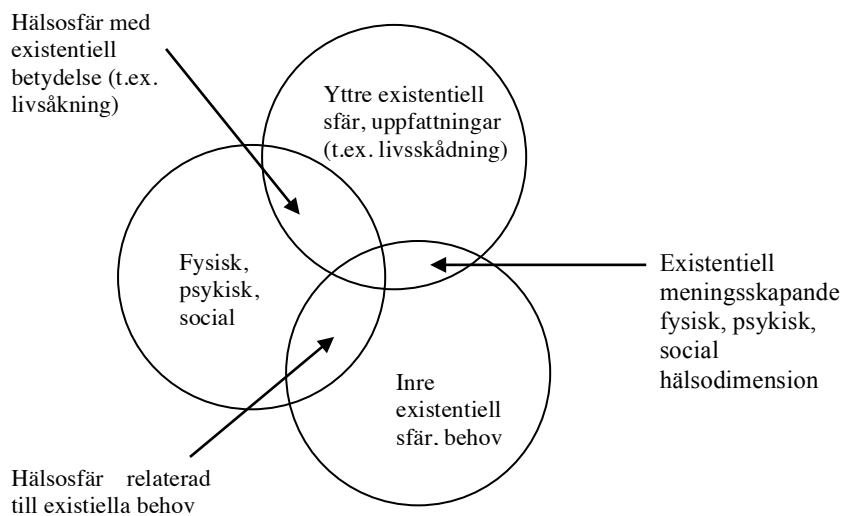
Individens existentiella behov samt existentiella livsåskådningar påverkar individens övriga hälsodimensionerna, den fysiska, psykiska, sociala och/eller den ekologiska hälsodimensionen. När hälsosfären med existentiell betydelse och hälsosfären med existentiella behov introjiceras med varandra skapas en existentiellt meningsskapande hälsosfär vilket är det samma som den existentiella hälsodimensionen (Melder, 2014, s. 55), se Figur 3.





Figur 3: Meningskapande processer kopplade till grundläggande existentiell uppfattning och existentiella behov (Melder, s. 54)

Sammanfattningsvis beskriver Melders teori (2015, s. 56-57) att de olika hälsodimensionerna samt de inre och yttre sfärerna interagerar med varandra och meningsskapande strukturer byggs upp. Skulle det däremot ske ett avbrott eller desintegration kan det leda till att individen inte längre har en meningsskapande existentiell hälsosfär vilket kan resultera i att individen drabbas av ohälsa (Melder, 2014, s. 56–57), se Figur 4.



Figur 4: Meningskapande processer, den existentiella hälsodimensionen, kopplade till övriga hälsodimensioner. (Melder, s. 55).

I föreliggande uppsats används Eriksons teori om jagutvecklingen (2004) samt Melders teori om existentiell hälsa (2011) för att nå fördjupad förståelse för hur ungdomar beskriver sin identitet i relation till existentiella frågor.

## 2.2. Arbetshypotes och arbetsmodell

Arbetshypotesen i denna uppsats baseras på min egen förståelse och genomförd litteraturgenomgång och därmed antagandet att ungdomar kan uppleva svårigheter i ungdomstiden relaterat till identitetsutveckling och existentiella frågor. Vidare

antas att en god existentiell hälsa kan bidra till en positiv identitetsutveckling och gynna psykisk hälsa. En god psykisk och existentiell hälsa samt en positiv identitetsutveckling kan tänkas bidra till ökad motivation i religionsundervisningen.

I föreliggande uppsats har jag försökt att skilja på objektivitet och objektivism. Paul Ricoeur menar (ref i Vikström, 2005, s. 127) att objektivism syftar till en tolkningssyn där människans historiska situation och personliga infallsvinkel har raderats till förmån för en idealiserad neutral historisk position vilket kan vara svårt att uppnå för en student på C-nivå. Därför syftar denna uppsats till objektivitet, det vill säga ett öppet redovisande av det egna tolkningsperspektivet och dess begränsningar och inte bara redovisandet av material, metod och argument. Detta innebär att jag vid datainsamling och analys bemödat mig om att sätta min förförståelse inom parantes.

Tabell 1 redovisar en sammanfattning av uppsatsens arbetsmodell

Tabell 1. En sammanfattning av uppsatsens arbetsprocess.

Frågeställning	Hur beskriver ungdomar aspekter relaterat till existentiell hälsa och identitet på BRIS öppna forum?	Hur kan dessa beskrivningar tolkas utifrån Melders teori om existentiell hälsa och Eriksons teori om jagutveckling?	Kan vi inventera eventuella förutsättningar för att belysa några av resultaten i religionsundervisningen på gymnasiet?
Ansats	Kvalitativ, deduktiv		
Teoriperspektiv	Erik H Erikson Cecilia Melder		
Datainsamling	BRIS Öppna forum		
Metod	Kvalitativ innehållsanalys i Open Code 4.03		
Analyskategorier	<p>Erikson</p> <p>1-en medveten känsla av att vara en enskild och unik individ;</p> <p>2- en känsla av ”inre och kontinuitet” över tid;</p> <p>3- den helhet som erhålls genom jagets tysta, syntetiserande funktioner samt</p> <p>4- en känsla av djup samhörighet (”inre solidaritet”) med en grupps självdefinition och ideal, vilken i sin tur bekräftar personens egna identitet</p>	<p>Melder</p> <p>1-Meningen i/med livet</p> <p>2-Förundran inför omgivningen</p> <p>3-Helhet och integration</p> <p>4-Existentiell/andlig styrka</p> <p>5-Harmoni och frid</p> <p>6-Hoppfullhet och optimism</p> <p>7-Personlig tro som resurs</p> <p>8-Kontakt med andlig existens</p>	
Resultat, analys och slutsats			

## 3. Material och metod

### 3.1. Material och urval

Datainsamlingen utgörs av existerande källor, information som redan finns tillgängliga oberoende av denna undersökning (Teorell & Svensson, 2007, s. 87; Malterud, 2009, s. 69). Materialet består av inlägg skrivna på ett öppet forum. Ungdomarna som skriver inlägg på forumet skriver om tankar och känslor som är väsentliga för dem. Forumet kan därmed liknas vid en dagbok vilket i sin tur kan påverka textens utformning. Åldersgruppen 12–18 år har valts med utgångspunkt från Eriksons teori om psykosociala utvecklingsaspekter. Detta är en begränsning i denna uppsats då Eriksons teorier omfattar hela livscykeln. Men som blivande lärare är hans teorier som handlar om ungdomsåren aktuellt för författaren till denna uppsats då det är skolungdomarna som författaren kommer att möta som lärare (Erikson, 2004). En annan begränsning var Melders (2014) teori om åtta aspekter av den existentiella hälsodimensionen.

BRIS öppna forum finns på BRIS hemsida och för att kunna skriva i chatten krävs att personen är inloggad. Materialet från chatten som använts benämns som primärkällor (förstahandskälla), ett originaldokument, eftersom de har en högre trovärdighet som källmaterial än en berättelse som baserar sig på något de har läst (Repstad, 2007, s. 119–120). Chatten är anonym eftersom det rör känsliga ämnesområden som ungdomarna själva uttrycker om sina egna livssituationer – och/eller deras hemsituation. Utdraget från BRIS chatten är av icke-reaktivt slag, vilket innebär att materialet inte har påverkats av författarens värderingar eller uppfattningar (Bryman, 2018, s. 657).

Valet av antal citat bygger på Pål Repstads rekommendationer om att inom ramen för en uppsats: ”hellre ska använda för många citat än för få” (Repstad, 2007, s. 170).

Författaren till denna uppsats valde att undersöka vad ungdomar redan skrivit anonymt på chatten istället för att samla egen empiri, till exempel genom intervjuer. Målsättningen var att beskriva vad ungdomar själva, av eget val, skriver. En intervju kan tänkas ge andra beskrivningar då intervjusituationen kan påverka ungdomarna, till exempel genom att de behöver se en vuxen person i ögonen samtidigt som de besvarar förutbestämda frågor eller tvingas svara på följdfrågor. Därför undersöks fenomenet utifrån redan publicerade inlägg på BRIS-chatten, och ungdomarnas egna uttryck för vad de tänkte och kände. Det är möjligt att BRIS-chatten ger ungdomarna chansen att skriva vad de verkligen känner och tänker eftersom det finns en anonymitet till skillnad från andra kanaler som Facebook eller personliga bloggar, då de skriver inför en publik. I denna uppsats redovisas citat relaterat till kön. För att skydda ungdomarnas identitet har ålder tagits bort och ersatts med ålderskategorier, det vill säga 12-14 år respektive 15-18 år.

Resultatet redovisas i form av tabeller innehållande citathänvisningar.

### 3.2. Metod, kvalitativ innehållsanalys

I denna uppsats har författaren använt sig av en kvalitativ tolkande innehållsanalys för att analysera insamlade data. Eftersom människors tankar, upplevelser och känslor är i centrum har fokus lagts på tolkning och mänskliga erfarenheter (Malterud, 2009, s. 29) såsom de beskrivs av ungdomar på BRIS öppna forum. Den teoretiska referensramen är en central del i analysen. Analysen utgår från två teorier för att kunna förklara och utveckla kunskap relaterat till syfte och frågeställningar. Dessa teorier bildar tillsammans en grundläggande referensram och utifrån dessa har författaren analyserat materialet deduktivt (Malterud, 2009, s. 46–48).

Analysen utgår från template analysis style, även kallad för teoristyrd analys, vilket innebär att analysen utgår från en deduktiv ansats, det vill säga befintliga teorier. Metoden innebär att kategorier skapats utifrån Melders teori om existentiell hälsa (2014) (åtta kategorier) och Erikssons utvecklingsteori kring identitet (1959) (fyra kategorier). Därefter har författaren läst igenom insamlat material från BRIS öppna forum upprepade gånger och sedan identifierat enheter som svarar på syftet vilka sedan sorterats in i de olika kategorierna. Analysen har utförts med ett textanalysverktyg som heter Open Code 4.03.

Denna metod innebär att teorier på en allmän nivå kan ge djupare kunskap om ett fenomen på individnivå (Malterud, 2009). Den första resultatdelen besvarar frågor kring hur ungdomarna uttrycker aspekter relaterat till existentiell hälsa och identitet utifrån chattinläggen samt hur dessa kan tolkas utifrån Erikson och Melders teorier. Studien syftar inte till att generalisera utan till att belysa olika kvaliteter i relation till syftet.

### 3.3. Validitet

I enlighet med Malteruds (2009) riktlinjer har författaren under forskningsprocessen konfronterat frågor gällande bland annat relevans, tolkning, reflexivitet för att på så sätt uppnå hög kvalitet. Författaren har strävat efter öppenhet avseende kompetens att genomföra forskningsprocessens alla delar. Då kompetensen inte har räckt till har författaren rådgjort med handledaren och tagit hjälp av medstudenter. Processen har kännetecknats av att medvetandegöra förförståelsen för att minimera dess inflytande på datainsamling samt analys. Författaren har även använt sig av ett program för textanalys för att systematisera analysen (Malterud, 2009).

### 3.4. Etiska avgränsningar

Det finns en etisk problematik med att analysera text som skrivs på öppna forum då inläggen kan ses som dagböcker och texten blir därmed privat (Ahrne & Svensson, 2015, s. 61) De olika inläggen som studerats är offentliga och ungdomarna har trots detta valt att skriva ned sina tankar och känslor. Organisationen Association of Internet Researchers har utformat etiska riktlinjer för studier som baseras på material insamlat via internet och konstaterar: *In different contexts the rights of subjects may outweigh the benefits of research* (Buchanan, 2004). Medvetet har författaren till denna uppsats valt att utgå från inlägg som är anonyma och analysen lägger inte någon vikt vid vem som säger

vad. Materialet används snarare i ett försök att teckna de stora dragen och skapa mönster av vad ungdomar lägger vikt vid när de diskuterar existentiella frågor. För att skydda ungdomarnas identitet redovisas citaten endast med kön och ålderskategorier.

## 4. Resultat

### 4.1. Resultat

Resultatet redovisas i tabeller med belysande citat och hänvisningar. Tabell 4.1 ger en översikt över de analyskategorier som använts för att kategorisera citaten som besvarar frågeställningen hur ungdomar uttrycker aspekter som relaterar till existentiell hälsa på BRIS öppna forum. Jag har valt att använda mig av citaten som ungdomarna skrivit själva utan att korrigera deras inlägg, göra språkliga kommentarer eller ändringar.

Tabell 4.1. *Analyskategorier som relaterar till existentiell hälsa.*

<b>Analyskategorier</b>
Meningen med livet Förundran över omgivningen Helhet med kropp, psyke och själ Andlig styrka Harmoni Hoppfullhet och optimism Tro som resurs Kontakt med andlig existens

*Meningen med livet*, Tabell 4.1.1, beskriver hur ungdomar kämpar med att finna en mening med livet. Känslor av meningslöshet uttrycks men också betydelsen av att finna mening genom till exempel vänskap och kärlek. Flera exempel finns som beskriver ungdomar som kände att deras liv för tillfället inte var som de önskade. De såg ingen mening med att överhuvudtaget leva. Ungdomarna känner en oro inför framtiden. Ungdomarna beskriver att de inte kan påverka framtiden utan den styrs av andra krafter eller personer. Somliga är medvetna om deras livssituation är bra när det gäller familj, vänner och skola men de känner trots detta ingen livslust.

Tabell 4.1.1 *Citat som relaterar till kategorin Meningen med livet.*

<b>Chatt-inlägg (Line)</b>	<b>Citat</b>
Flicka, 12-14 år (363-378)	I början av 2018 kom jag på att jag faltiskt någon gång kommer att dö, att det är för alltid och att jag inte kan göra något åt det. Jag fick då en grov panikattack och varje gång jag tänkte på det spreds ångest i hela min kropp. Jag har legat vaken om nätterna ända sedan dess med en extrem aggr mot att

	dö. Och vad som händer efter döden. Om någon annan också upplevt detta, snälla skriv! Jag har haft panikattacker ända sedan dess och jag vet inte hur jag ska acceptera mitt öde...Jag har också aldrig sagt jag älskar dig till min familj och det ger mig mycket ångest. Jag vet inte varför det verkar så svårt. Jag älskar dom verkligen, så så mycket. (sic!).
Flicka 12-14 år (772- 795)	Vad är det som händer...?  Det är svårt att förklara. Jag känner mig inte ledsen 24/7, men inte heller glad. Jag kan skratta och hänga med kompisar, men jag är osäker på om jag verkligen är glad innerst inne. Jag känner mig tom. Jag vill bara ligga i sängen, sova för alltid. Funderar mycket på varför jag existerar. Ibland får jag panikattacker. Jag får svårt att andas, jag kan inte ta in något av vad andra säger och jag vill bara skrika. Varför lever jag om det ska vara så här? Jag kanske överreagerar. Jag har inga riktiga anledningar till att må dåligt. Jag har vänner, familj, jag har ingen anledning att tycka synd om mig själv. Men jag mår inte bra... jag kan sitta och tomt stirra in i väggen. Vad är detta? Jag har ingen livslust längre. Varför ska man leva om det bara är så här? Jag vet inte vad jag ska göra... Hur, när, var och varför? Snälla. Jag vet inte om jag orkar med mer. (sic!).
Flicka, 15-18år (50-52)	absolut inget, livet är ingenting utan några saker som går lite dåligare, men låt inte alla de saker stoppa dig, för att det kommer alltid att bli bättre till slut! Kämpa! (sic!).
Flicka, 15-18 år (26-27)	I den finns det teman som att hitta sig själv, att våga stå upp för de man tycker, kärlek, vänskap och äventyr (sic!).

*Förundran över omgivningen*, Tabell 4.1.2, beskriver hur ungdomarna förundras över olika aspekter i omgivningen såsom hur föräldrar agerar och andras lycka. Det känner en nyfikenhet och förundran över omgivningen och önskar veta hur andra gått tillväga samtidigt uttrycks också förakt för andras tillvägagångsätt när det gäller vänner, familjer eller värderingar och normer. Ungdomarnas nyfikenhet är en drivkraft för att vilja utvecklas.

Tabell 4.1.2 *Citat som relaterar till kategorin Förundran över omgivningen.*

Chatt-inlägg (Line)	Citat
Flicka, 15-18 år  (2196- 2213)	Ibland när jag blir riktigt frustrerad på mina föräldrar (speciellt en av dom) undrar jag - hur har andra familjer? Vad är era bästa stunder? Värsta stunder? "Typiska" stunder? Hur reagerar dom på saker/ är dom överbeskyddande? Känslösamma? Inte?  Är dom olika när andra är med jämfört med annars hemma?... Pratar inte med mina verkliga bffs eller kompisar om familj men vet ungefär hur dom är. Hur är eran familj? Känn er fria att lägga ut en rant eller massiv text om ni vill (är extremt nyfiken)! Skriv gärna liksom lite hur ni vill egentligen (sic!).
Flicka, 1214 år (2025- 2033)	Jag har ingen pojkvän. Och vill inte ha det förrän typ ett eller två år har passerat (känner mig för ung). Men när jag får en, hur i helvete ska jag berätta för mina föräldrar?? Känns fett awkward att ta hem en kille och sen introducera killen som jag snart ska knulla framför de som fortfarande ser



	mig på som deras barn. Usch (sic!).
Flicka, 12-14 år (386)	Alla är så lyckliga, och jag är glad för deras skull (sic!).
Flicka, 12-14 år (332)	Känner ni också att alla är era fiender, eller har någon (sic!).
Flicka, 12-14 år (255- 257)	Måste jag följa normerna? Jag vill inte vara mammas lilla prinsessa som hon kan fläta håret på och klä i rosaglittriga klänningar (sic!).

*Helhet med kropp, psyke och själ*, Tabell 4.1.3, beskriver hur ungdomar har en negativ självbild. Kroppen är central och betraktas med avsky, men också sökande efter sexuell identitet. Känslor av acceptans över att man är den man är uttrycks också. Ungdomarnas egen självbild porträtteras med förakt och en önskan att känna sig vackrare, önskningar relaterat till den egna kroppen är central.

Tabell 4.1.3 *Citat som relaterar till kategorin Helhet med kropp, psyke och själ.*

<b>Chatt- inlägg (Line)</b>	<b>Citat</b>
Flicka, 12-14 år (341- 350)	Jag är kär i en kille, jättekär faktiskt... Men... Varför skulle han vilja ha mig? En ful tjej med finnar i ansiktet, ful kropp och fula kläder? Det finns så många bättre och finare tjejer för honom.... Kan inte leva utan honom även om han knappt vet att jag finns.. HJÄLP (sic!).
Flicka, 12-14 år (1866- 1877)	Jag hatar att vistas bland andra där folk tittar på och dömer en! Tillexempel jag går på innebandy och där duschar man alltid tillsammans efteråt jag tycker verkligen att det är så jobbigt då alla andra är mycket större än mig, kurvigare, har bredare höfter osv. Jag känner mig som en platt lyktstolpe bland dom. Jag har alltid varit smal och kort, det är något jag verkligen velat bli av med i hela mitt liv. Jag hatar att alltid vara den som folk refererar till när de nämner ordet smal. Jag försöker verkligen mitt bästa och tränar nästan varje dag för större rumpa, bredare höfter, tjockare armar/ben och visst det ger lite resultat men det är inte så att man märker någon skillnad. JAG HATAR DET de går inte ens en sekund utan att jag gämför mig med någon annan... På instagram och bilder är livet så mycket enklare där finns vinklar och poser att anpassa sig till men i verkliga livet är allt så mycket annorlunda. Därför tror många som inte sett mig att jag är mycket kurvigare än vad jag är, jag skapar liksom en ideal bild av mig själv att leva upp till vilket i stort sätt bara förvärrar saken men åt andra sidan får den mig också att tro att de är så jag ser ut vilket i sin tur blir en sorts självkänsla men baserad på en lögn jag skapat för mig själv. (sic!).
Flicka, 12-14 år	Jag är den jag vill vara, inte ”mig själv”, livet är så mycket lättare då (sic!).

(203)	
Flicka, 12-14 år (454- 457)	Gillat en tjej innan. Men jag är fortfarande osäker. Jag gillar även en kille just nu hihi. Ibland kan jag även undra ifall att jag är lesbisk. Har någon varit med om något liknande eller har några tips? Kram (sic!).
Flicka, 12-14 år (1320- 1322)	Jag har sugit av honom flera gånger. men jag e rädd för att hag inte är bra. Så har ni några tips på vad man kan göra ?? (sic!).

*Andlig styrka*, Tabell 4.1.4, beskriver hur ungdomarna uttrycker delaktighet men också utanförskap med beskrivningar av att inte passa in. Ungdomarnas inlägg är inte kopplat till andlig styrka i den traditionella bemärkelsen som Gud, Jesus eller någon annan högre makt. Kopplingarna som ungdomarna gör när det gäller andlig styrka handlar mer om vad de själva ser som andlig. Flera fall beskriver att ungdomarna ser till exempel ljuset eller ödet som en andlig styrka men även en psykos var ett uttryck som associeras till en yttre kraft med styrka.

Tabell 4.1.4 *Citat som relaterar till kategorin Andlig styrka.*

Chatt-inlägg (Line)	Citat
Flicka, 12-14 år (863-868)	Jag är aktiv i kyrkan och sett han i en annan kyrkanågrs gånger... så var han på en kväll för unga i min kyrka och vi började snacka... Och helt ärligt Kändes DE så jävla bra (sic!).
Flicka, 12-14 år (885)	Gör jag? Var det tur att jag träffa han eller TYP öde? Gillar (sic!).
Flicka, 12-14 år (1583)	Prata me. Jag vet inte vad jag ska göra. Jag ser inget ljus (sic!).
Flicka, 12-14 år (1179)	O herregud o nej. Nästa helg ska jag ut på min första dejt. (sic!).
Pojke, 12-14 år (1636)	"kompisen" ingenting medans jag fick värsta psykosen då (sic!).

*Harmoni*, Tabell 4.1.5, beskriver att vara tillfreds med sig själv och att vara fri. Men ungdomarna uttrycker också disharmoni som innefattar ensamhet och oro över att inte kunna försonas med sig själv och räcka till. Vikten ligger i hur ungdomarna uppfattas av andra och att leva upp till specifika ideal för att kunna känna harmoni hos sig själva. Somliga finner en harmoni genom att skriva om sina tankar och känslor och svar på vad andra skriver, som till exempel på BRIS hemsida.

Tabell 4.1.5 *Citat som relaterar till kategorin Harmoni.*

Chatt-inlägg	Citat

<b>(Line)</b>	
Flicka, 15-18 år (2102- 2104)	Är det någon mer som känner likadant, har ni en liknande situation? Jag funderar på att bara göra det ändå för att bevisa för min pappa (främst) att jag kan, och att det inte var bortslösad tid. (sic!).
Flicka, 12-14 år (387)	Men jag dör långsamt inombords (sic!).
Flicka, 12-14 år (540)	Jag ingen som kan hjälpa mig (sic!).
Flicka, 12-14 år (1183)	Äldre o jag vill inte att han ska tycka jag e konstig (sic!).
Flicka 12-14 år (203)	Jag är den jag vill vara, inte "mig själv", livet är så (sic!).
Flicka, 12-14 år (73)	Vill bara säga att jag är sååå tacksam för bris. varje gång (sic!).

*Hoppfullhet och optimism*, Tabell 4.1.6, uttrycker ungdomarnas hopp och optimism om framtiden. Men oron inför framtiden dominerade i ungdomarnas beskrivningar. Ungdomarna beskriver till exempel oron för att inte andra festen ska vara lika lyckad som den första, att inte ha några vänner eller att skolan inte ska gå bra. Någon uttryckte en önskan om att den andra dejten med pojken hon tyckte om skulle vara mer lyckad än den första. En annan önskar få en bättre självkänsla och hoppas på att inte vara lika blyg när hon ska börja på gymnasiet.

Tabell 4.1.6 *Citat som relaterar till kategorin Hoppfullhet och optimism.*

<b>Chatt- inlägg (Line)</b>	<b>Citat</b>
Flicka, 12-14 år (611-612)	Sig. Ta vara på ditt liv istället för helsike TA INTE LIVET AV DIG. (sic!).
Flicka, 15-18 år (213-215)	Var på en fest i sommräs också och det blev lyckat. Känner mig sååå himla taggad men ändå lite nervös eftersom jag är lite försiktig av mig som person (sic!).
Pojke, 12-14 år (1598)	Ensam.., utan vänner, ångest, skola, alko (sic!).
Flicka, 12-14 år (268)	Har ingen självkänsla o e ganska blyg, men det beror på (sic!).
Flicka, 15-18 år (224-226)	möjligt? Förra gången hade jag inte för höga förhoppningar eftersom att det var min första. Men nu vill jag att lite mer ska hända (sic!).

*Tro som resurs*, Tabell 4.1.7, beskriver hur ungdomarna uttrycker en tro på sig själva men också beskrivningar av att inte ha modet att prova nya vägar i livet.

Dessa uttryck är även kopplade till det individualistiska och inte de traditionella aspekterna av religion. Ungdomarna behöver en känsla av att tro på sig själva för att lyckas samtidigt som de inte vill att familjen ska bli besviken på deras misslyckande. Andra berättar om tro som resurs, genom saker de inte vågat göra tidigare men som de nu klarat av, som en del av deras personliga utveckling.

Tabell 4.1.7 *Citat som relaterar till kategorin Tro som resurs.*

Chatt-inlägg (Line)	Citat
Flicka, 12-14 år (1145-1146)	ett möte. Mina vänner säger att han gillar mig men jag våkar liksom inte bara tro det? Men vad tror ni?? Please (sic!).
Flicka, 12-14 år (371)	Ska acceptera mitt öde. (jag vet. Låter väldigt djupt. But (sic!).
Flicka, 12-14 år (720-721)	Vad ska jag göra? Är så himla tveksam om jag ska fortsätta leva om han inte tycker om mig... känner mig inte trygg alls. (sic!).
Flicka, 12-14 år (740)	Skulle vara kul och jag vill prova det me jag vågar inte. (sic!).
Flicka, 15-18 år (752-758)	Jag snattar och tar saker, från mitt jobb, från affärer, mina vänner och min familj. jag vet hur fel det är och skäms men ändå fortsätter jag att göra det även fast jag blir påkommen. och när jag väl blivit de har jag mått så dåligt och värst av allt har varit att se hur ledsen min mamma blir. snälla hjälp mig hur jag ska få ett stop på de (sic!).
Flicka, 15-18 år (40-45)	Jag har nyss gjort en sak som jag inte alls vågade göra för ett år sedan, alla sa bara till mig "kom igen, gör det, det kommer inte att bli bättre om du inte vågar gå vidare!" men jag lyssnade inte, jag var helt säker på att jag inte vågar och att det är för läskigt. Men nu, plötsligt så gjorde jag det! Som om jag aldrig var rädd för det! Det kom bara som (sic!).

*Kontakt med andlig existens*, Tabell 4.1.8, beskriver hur ungdomarna försöker att förstå vad som händer efter döden och sökandet efter andra dimensioner. Andligheten är inte likt de traditionella skolornas aspekter, utan ungdomarna redogör andlighet i andra former, som till exempel i växter eller filmer som de sett. De diskuterar om det finns högre makter som har en inverka på dem och som de inte kan rå över. En av ungdomarna beskriver hur han okontrollerat måste utföra vissa handlingar utan att veta varför, detta kan vara relaterat till en psykiatrisk diagnos. Medan andra diskuterar hur läkare har lyckats väcka döda skriver en annan om andra planeter eller karaktärer som inte existerar.

Tabell 4.1.8 *Citat som relaterar till kategorin Kontakt med andlig existens.*

Chatt-inlägg (Line)	Citat
Flicka, 12-14 år	<i>Det kan ha göra med att jag är vattumann, för en sådan (sic!).</i>

(329)	
Flicka, 12-14 år (1036)	<i>kände att det är min soulmate. Vi har lite samma (sic!).</i>
Flicka, 12-14 år (606- 608)	<i>Jag är själv ateist och har aldrig trott på något liv efter döden men ja, jag tror på studier. Är fortfarande inte säker på vad som händer efter döden eller om de människor (sic!).</i>
Flicka, 12-14 år (598)	<i>Läkarna har lyckats återföra deras liv. Det är runt 40% (sic!).</i>
Flicka, 12-14 år (1338- 1340)	<i>Alla möjliga galna fantasier är tillåtna :) Kan till och med ske på en annan planet eller med en karaktär som inte existerar. (sic!).</i>
Flicka, 12-14 år (559- 565)	<i>ni tycker att jag är helt galen nu men.. jag känner liksom att jag mst ta på saker och ting hela tiden, om jag ser ett hörn så mst jag nudda det och alla andra hörn på bordet eller vad det nu är, och om någon pillar mig på min högra axel så mst jag pilla min vänstra axel på exakt samma sätt som personen gjorde, ibland kan jag börja slå för att det inte känns "jämnt". Sedan så har jag väldigt svårt med ljud (sic!).</i>

Tabell 4.2 ger en översikt över de analyskategorier som använts för att kategorisera citaten som besvarar frågeställningen hur ungdomar uttrycker aspekter som relaterar till identitet på BRIS öppna forum.

Tabell 4.2. *Analyskategorier som relaterar till identitet*

<b>Analyskategorier</b>
En medveten känsla av att vara en enskild och unik individ
En känsla av inre och kontinuitet över tid
Den helhet som erhålls genom jagets tysta, syntetiserande funktioner
En känsla av djup samhörighet (inre solidaritet) med en grupps självdefinition och ideal, vilken i sin tur bekräftar personens egna identitet

*En medveten känsla av att vara en enskild och unik individ*, Tabell 4.2.1, beskriver hur ungdomar delar med sig av sin självkänedom och uttrycker livshändelser som påverkat hur den egna identiteten upplevs. Här skriver vissa om hur deras klädstil kan identifiera dem som unika individer medan andra har en längtan till deras tidigare unika jag.

Tabell 4.2.1 *Citat som relaterar till kategorin En medveten känsla av att vara en enskild och unik individ.*

<b>Chatt- inlägg (Line)</b>	<b>Citat</b>
Flicka, 12-14 år (559- 565)	Jag saknar dock hur jag var förr, va ganska så stark i mig (sic!).
Flicka, 12- 14år	Tappat bort mig själv (sic!).

(263)	
Flicka 12-14 år (474)	Hej, flera människor har sagt att jag är punkig, några säger så bara för att jag har tuppkam, men både min mamma (sic!).
Flicka, 12-14 år (741)	Mina vänner känner mig som den jag är nu, alla lärare gör (sic!).
Flicka, 15-18 år (1083)	Jag är så ful. (sic!).

*En känsla av inre kontinuitet över tid*, Tabell 4.2.2, beskriver hur ungdomarna uttrycker vilshenhet inför andra och den egna identiteten. Ungdomarna beskriver bland annat om hur olika teman i filmer kan hjälpa en att stärka sitt inre, medan en annan beskriver svårigheter med att inte känna sig starka trots att deras omgivning som skolan, familjen och vänner ger stöd.

Tabell 4.2.2 *Citat som relaterar till kategorin En känsla av inre kontinuitet över tid.*

Chatt-inlägg (Line)	Citat
Flicka, 15-18 år (26)	I den finns det teman som att hitta sig själv, att våga stå (sic!).
Flicka, 12-14 år (907)	När jag är med dom känns det som om jag är mindre än dom, (sic!).
Flicka, 12-14 år (595)	Försök att njuta över att du lever här och nu. Och btw, det (sic!).
Flicka, 12-14 år (274- 276)	det ganska lätt för mig i skolan, och har vänner. Men inuti är jag en svag liten skit. Är alltid oseriös utåt mot vänner och familj, skämtar för det mesta bort allt (sic!).

*Den helhet som erhålls genom jagets tysta, syntetiserande funktioner*, Tabell 4.2.3, beskriver hur ungdomar i tysthet kämpar för att nå balans mellan kropp och själ. Ungdomarna beskriver hur detta kan uppnås genom träning och god sömn medan en annan önskar uppnå detta genom att berätta för sin omgivning att hon önskar kräkas efter varje måltid.

Tabell 4.2.3 *Citat som relaterar till kategorin Den helhet som erhålls genom jagets tysta, syntetiserande funktioner.*

Chatt-inlägg (Line)	Citat
Flicka, 15-18 år (654-656)	Jag vill äta och träna bra, jag vill för att jag faktiskt mår bra av det. Men med all stress i min kropp så bara försvinner allt detta och jag hamnat i sådan obalans.. jag (sic!).

Flicka, 12-14 år (540)	att jag behöver det.. jag är ganska vilsen just nu, jag vet (sic!).
Flicka, 15-18 år (1993- 1998)	Hur ska jag berätta att jag spyr?  Jag spyr. En gång varje dag spyr jag minst. Jag hatar det och äcklas något otroligt över mig själv men jag kan inte sluta. Det är som ett beroende. som att man längtar efter det. du känner att maten i din kropp inte passar in. Att du renar din kropp från maten samtidigt man (sic!).
Flicka, 15-18 år (685-687)	skämta om det men hårfärg är ju också en beskrivning på hur en person ser ut. Utefrån dessa skämt basserar så dömmar man och kränker den personen beronde på utseende. Jag (sic!).

*En känsla av djup samhörighet (inre solidaritet) med en grups självdefinition och ideal, vilken i sin tur bekräftar personens egna identitet, Tabell 4.2.4, beskriver ungdomarnas tankar och funderingar om hur de upplever sig själva, andra och hur de beskrivs av andra. Den röda tråden är hur de uppfattas av andra och en rädsla för att göra fel enligt de ideal som redan finns. Till exempel genom att veta hur de ska bete sig på olika fester eller att inte vara den personen som ständigt söker uppmärksamhet. En flicka beskriver att hon är den personen som inte gillar vara ihop med flera samtidigt och önskar få detta bekräftat.*

*Tabell 4.2.4 Citat som relaterar till kategorin En känsla av djup samhörighet (inre solidaritet) med en grups självdefinition och ideal, vilken i sin tur bekräftar personens egna identitet.*

<b>Chatt- inlägg (Line)</b>	<b>Citat</b>
Flicka, 12-14 år (424-425)	Verkligen. Men alla vi i gänget vill gärna lära känna nya människor. Gå på fester och krök är något vi vill göra och (sic!).
Flicka, 12-14 år (707 -708)	Alla tror att jag är en uppmärksamhetshora, de kallar mig det och retar mig med det, jag har sagt till läraren flera (sic!).
Flicka, 12-14 år (89-93)	Tror du att den här personen kommer reagera på det sätt du föreställer dig att hen kommer reagera på? Vad är jag egentligen så orolig för som hindrar mig att berätta det här? (sic!).
Flicka, 12-14 år (1064- 1066)	distraktion eller hans mål om ni fattar. Jag är dessutom en sån person som inte kan gilla eller hålla på med flera på samma gång, jag har väldigt svårt att fästa mig vid någon (sic!).
Flicka, 15-18 år (1470- 1473)	Måste man?  hej! måste man ha oralsex? brukar ni ha det i samband med ”vanligt” sex eller utan samlag? Vill inte ha de alls men känns som att de skulle vara stelt om ja skulle säga nej, men va kan man annars göra för förspel egentligen? (sic!).

## 5. Analys

### 5.1. Analys

Inledningsvis kommer resultaten analyseras utifrån teorin om existentiell hälsa. I kategorin *Meningen med livet* är ett återkommande inlägg i chatten att ungdomarna uttrycker en vilja att dö, ofta på grund av att vänner eller familj inte finns tillgängliga. Melder (2011) menar att kunna se sitt liv som meningsfullt är en viktig faktor oberoende av om det handlar om små eller stora saker i vardagen. En grundläggande faktor är att kunna se att varje liv är meningsfullt. Ungdomar som mister en social tillhörighet måste få hjälp att anpassa sig till detta och också att finna en mening att trots allt fortsätta leva.

Kategorin *Förundran över omgivningen* innehåller beskrivningar av hur olika aspekter från omgivningen påverkar dem både negativt och positivt. Här poängterar Melder (2011) vikten av nyfikenhet och att ständigt vilja vara delaktig. Ungdomarna beskriver hur deras vänner eller familj lyckats med en bedrift som de själva har svårt att genomföra. Detta i sin tur får ungdomarna att inte ens vilja försöka.

I kategorin *Helhet med kropp, psyke och själ* uttrycker ungdomarna missnöje med sin fysiska kropp. Missnöjet kan relateras till psykisk och själslig ohälsa. Melder (2011) betonar vikten av att känna en helhet avseende dessa aspekter för att uppnå existentiell hälsa. Problem kan uppstå när ungdomar har en negativ bild om sig själva som inte verkar överensstämma med vad andra människor anser om dem. De hamnar då i en svårhanterlig situation om vilken bild som stämmer in på dem.

*Harmoni* är en kategori där ungdomarnas inlägg handlar om att inte känna sig tillfreds med sig själva, varken fysiskt, psykiskt eller själsligt. Den ständiga oron över att vara ensam beskrivs av ungdomarna som skrämmande. Melder (2011) beskriver att de yttre och inre förutsättningarna behöver stärkas för att kunna uppnå frid. Vilket dessvärre inte återspeglas i ungdomarnas inlägg på chatten. Melder (2011) menar att människan måste ha hopp om framtiden. Men människan måste också vara medveten om att hoppet gällande framtiden kan behöva omformuleras vid behov. Ungdomarna känner stor oro inför framtiden och hur den ska utvecklas. Inläggen beskriver tecken på att de kan få det svårt att anpassa sig till icke infriade förväntningar om framtiden. Däremot visar resultatet också inlägg där ungdomarna uppmanar varandra till att försöka se det positiva i olika situationer som uppstår, trots att dessa inte är de mest önskvärda.

*Hoppfullhet och optimism*, bör enligt Melder (2011) leda till att det finns hopp inför framtiden. Människor bör kunna se fram emot olika skeenden i livet och acceptera detta. Ungdomarna beskriver stark oro inför framtiden och de känner hopplöshet om hur framtiden kan utveckla sig, i synnerhet när det gäller vänner och skolan.

När det gäller citat i kategorierna om *Andlig styrka* och *Kontakt med andlig existens* vilka kan relateras till Melders teori (2011) är de sällsynta. Ungdomarnas egna subjektiva värden på vad som kan tolkas som andligt är mer



individualistiska. Ungdomarnas andlighet går därmed inte i linje med Melders teori, men kan tolkas som andlighet som uttrycks med andra ord och begrepp än de generella. Ungdomar kopplar inte andlighet med de traditionella skolorna utan har en egen individualistisk syn på andlighet som betecknas av subjektiva värden som är förankrat med olika relationer (Lövheim, 2012, s. 102–103) Detta kan vara en anledning till att de inte uttryckte sig specifikt med orden andlighet.

I relation till Eriksons utvecklingsteori avseende adolescensen görs följande analys utifrån tidigare redovisade resultat.

*En medveten känsla av att vara en enskild och unik individ* kan utifrån Eriksons teori kopplas till hur den egna identiteten upplevs. Ungdomarna skriver i inläggen hur de tror att de själva uppfattas oavsett hur de själva känner sig. Olika identifikationspunkter sätts ihop utifrån vad ungdomarna tror om hur de uppfattas samtidigt som de själva kämpar med att följa eller motsätta sig de olika identifieringarna.

*En känsla av inre kontinuitet över tid* beskrivs med ungdomarnas egna ord genom att de kämpar med att de inte känner igen sig själva från tidigare stunder i livet. Olika filmer kan vara en hjälp att återfinna sin egen identitet som varit vilsen under en period. Detta kan kopplas till Eriksons (1959) antagande att människan behöver känna sig trygg i sig själv och sin självbild för att inte hamna i en identitetskris.

*Den helhet som erhålls genom jagets tysta, syntetiserande funktioner* uttrycks i resultatet hos ungdomarna genom olika former av fysisk träning eller en önskan om att kunna våga samla mod och berätta för vänner eller familj att de kräks efter en måltid eller är kär i en viss person.

*En känsla av djup samhörighet (inre solidaritet) med en grups självdefinition och ideal, vilken i sin tur bekräftar personens egen identitet*, beskriver hur och vilka riktlinjer som bör följas för att accepteras i den sociala tillhörigheten. De olika normerna som beskrivs i chatten ger indikationer på att Erikson kategori överensstämmer med ungdomarnas sociala kontext.

Ovanstående kategorier inkluderas i Eriksons teori kring identitetsutveckling och i citaten ses tecken på att dessa även förekommer i ungdomarnas vardag.

Analysen och tolkningen av materialet visar att Erikson utvecklingsteori samt Melders teori om existentiell hälsa kan användas för att förstå hur ungdomar uttrycker sig i frågor relaterat till identitet samt existentiella frågor. Utifrån Eriksons teori kan konstateras att flera ungdomar saknar en god identitetsutveckling och drabbas av vad Eriksson benämner som identitetskris.

Erikson teori om utvecklingsstadier beskriver att individen måste övervinna kriser för att utvecklas. Inläggen på BRIS öppna forum indikerar att ungdomar kan ha stora svårigheter att handskas med livskriser. Låg självkänsla, höga krav från omgivningen och avsaknad av förebilder kan vara tänkbara förklaringar till detta.

Det finns få uttryck på forumet där ungdomar beskriver att de upplever en helhet och hög självkänsla. Istället beskriver ungdomarna att de saknar fysiska, psykiska och existentiella aspekter för att nå välbefinnande. Ungdomarna uttrycker hur de bör vara för att accepteras, till exempel klä sig och uttala sig i frågor enligt specifika normer. Detta är i linje med Erikssons teori om individers önskan om en djup samhörighet med en grupp (Erikson & Rapaport, 1959). Men ungdomar verkar sakna de ideal som behövs för att styrka den egna identiteten. Även andra

forskare menar att vuxna spelar en viktig roll när det gäller ungdomars identitetsbildning (Adamson, Hartman, & Lyxell, 1999).

Melders aspekter för att uppnå god självskattad hälsa beskrivs av ungdomarna, dock även i negativ bemärkelse. Ungdomarna beskriver avsaknad av de aspekter som måste uppfyllas för att de ska må bra. Melders (2014) teori om den existentiella hälsodimensionens relation till psykisk hälsa återfinns i alla kategorier som beskriver existentiell hälsa. Chattinläggen kan därmed användas för att öka förståelsen för ungdomarnas psykiska ohälsa och dess relation till existentiell hälsa. Melders aspekter om meningen med livet beskrivs ingående i chattinläggen. Resultatet visar att ungdomar inte känner någon mening med livet och tankar som *varför finns jag* och *jag vill dö* uttrycks ofta. Aspekter som att känna en helhet som omfattar kropp, psyke och själ beskrivs negativt. Ungdomarna uttrycker frågor och negativa känslor om kroppen. Men också beskrivningar av att inte må bra fysiskt och psykosocialt förekom, till exempel, trötthet och nedstämdhet. Hoppfullhet och optimism var sällsynta inlägg, men det förekom inlägg där ungdomar försökte uppmana varandra att se det positiva i situationen och ingjuta hopp om att det ska bli bättre. De aspekter som förekom minst var de som handlade om andlighet. En förklaring till detta kan vara att ungdomar inte kopplar andlighet med de traditionella skolorna utan har en egen individualistisk syn på andlighet som betecknas av subjektiva värden som är förankrat med olika relationer (Lövheim, 2012, s. 102–103).

Denna uppsats ger en inblick i ungdomars psykiska hälsa vilket är en viktig aspekt att ta hänsyn till när det gäller att hjälpa ungdomar i skolan eller ta svåra beslut.

## 5.2. Slutsatser

Utifrån syftet har följande frågeställningar formulerats:

- Hur uttrycker ungdomar aspekter som relaterar till existentiell hälsa och identitet på BRIS hemsidas chattforum?

Under de två månader som data insamlades via BRIS öppna forum uttryckte ungdomarna som skrev där olika aspekter relaterade till existentiell hälsa och identitet som kan tolkas utifrån Melders och Eriksons teorier.

Ungdomarna uttryckte frågor som rör existentiella teman som återfinns inom alla områden.

- Hur kan dessa beskrivningar tolkas utifrån Melders teori om existentiell hälsa och Eriksons teori om jagutveckling?

När det gäller tolkningen av inläggen utifrån Erikson teorier om identitet (Erikson, 2004), uppvisar ungdomarna bristfälliga resurser för att lyckas i sin identitetsutveckling. Krisen, som enligt Erikson uppstår under ungdomsperioden, väcker många frågor hos ungdomarna och inläggen på forumet uttryckte känslor av att inte passa in och rädsla för att göra fel i sociala sammanhang. Ungdomarna beskriver bristfälliga personliga erfarenheter att handskas med psykosociala problem men även hur de ska utveckla personliga relationer och band till andra människor. Ungdomarnas inlägg visar att de söker tillfälliga lösningar genom att

söka sig till individer och/eller grupper som socialt är populära. Detta fenomen kan enligt Erikson leda till en identitetsförlust (Erikson & Rapaport, 1959, s. 88–91). Ungdomarna söker acceptans hos andra grupptillhörigheter där det kan ställas höga krav på vilka som får vara med i gruppen, vilket kan skapa en identitetskris hos ungdomarna (Erikson, 1970). Det viktigaste för ungdomarna för att kunna klara av ungdomsåren och utvecklas positivt är kamraters acceptering och bekräftelse samt vuxna och jämnåriga förebilder. Det senare exemplifieras på BRIS öppna forum då ungdomar får kommentarer på sina inlägg från jämnåriga som försöker stödja dem i deras situationer.

Melder i sin hälsomodell att psykiska, fysiska, sociala och existentiella dimensioner samvarierar och tillsammans påverkar vår hälsa i positiv eller negativ riktning Melder (2014). För att kunna uttala sig om den existentiella hälsan måste hänsyn tas till alla dimensioner av hälsa. Utifrån resultatet i denna uppsats kan konkluderas att ungdomarnas inlägg på BRIS öppna forum innehåller alla dimensioner av hälsa, tyvärr ofta i negativ bemärkelse.

- Kan ovan analys bidra till att öka förutsättningarna för elevers upplevda relevans av och intresse för religionsundervisningen på gymnasiet?

Föreliggande uppsats saknar evidens om åtgärder för att öka elevers motivation för religionsundervisningen. Genom att arbeta med dessa frågor i klassrummet, kan lärare och elever tillsammans söka svar på existentiella frågor som ungdomar anser viktiga. Även om det finns frågor där inga svar kan ges, kan det vara värdefullt att tillsammans reflektera över vad olika individer finner meningsfullt i livet. Läraren kan fungera som en vuxen förebild, något som inläggen på chattforumet visar att det saknas i många ungdomars liv. Diskussionerna kan också vara till hjälp för läraren att tidigt identifiera elever i riskzonen för psykosocial ohälsa och därmed underlätta remittering till Skolhälsovården. Det kan antas att motivationen för religionsundervisningen ökar bland eleverna när läraren förstår ungdomarna och ungdomarna får söka svar på frågor som de anser angelägna. Jämförelser kan till exempel göras mellan hur olika religioner handskas med existentiella frågor. Frågeställningen om resultatet från denna uppsats kan bidra till att öka förutsättningarna för elevers upplevda relevans och intresse för religionsundervisningen på gymnasiet är svår att besvara. Vidare studier inom området behövs.

## 6. Diskussion

### 6.1. Teoretisk reflektion

Genom att använda Erikson teorier (Erikson & Rapaport, 1959) om individens utveckling under ungdomsårens har författaren till denna uppsats försökt att bidra med en djupare förståelse för identitetsutvecklingen under ungdomsåren. Melders teori om den existentiella hälsodimensionens relation till psykisk hälsa, kunde identifieras i de olika chatt-inläggen Melder, (2014). Flera aspekter beskrevs frekvent av ungdomarna medan andra beskrevs mindre frekvent. Att kombinera Eriksons och Melders teoretiska utgångspunkter har gett bredd och djup i analysen. Författaren är medveten om att andra teorier kring identitetskriser kunnat användas i denna uppsats. Men då både Erikson (2004) och Melder (2014) fokuserar på helhet är valet av teorier relevant då ungdomar som skriver på BRIS öppna forum uttrycker avsaknad av att uppleva fysisk, psykisk samt själslig helhet.

Kritik kan riktas mot användandet av Melders teori då teorin är relativt ny och till viss del saknar empiriskt underlag. En viktig byggsten i teorin är ett självskattningsformulär framtaget av WHO som är politisk, religiöst och ideologiskt obundna (Melder, 2011, s. 4). Det är viktigt att påpeka att existentiell hälsa kan vara kulturellt betingat. Detta har WHO beaktat genom att testa instrumentet vid 18 olika centra världen över (WHO). Att använda en teori vars grundsten bygger på ett instrument som testats globalt kan anses vara en styrka i denna uppsats då Sverige är ett mångkulturellt och sekulariserat land (Lundberg, 2012; Brömssen, 2012).

Trots att Erikson anses vara en av världens främsta psykoanalytiker har kritik riktats mot hans teorier avseende klarhet, precision och prövbarhet (Wulff, 1993). Ett problem som författaren har identifierat under uppsatsskrivandet är kontexten som Erikson utgår ifrån. Teorierna utgår från ett västerländskt perspektiv och det är tveksamt om hans teorier är applicerbara till exempel i Asien. De kulturella skillnaderna i bland annat uppfostran och individens tidiga år fram till vuxen ålder skiljer sig markant mellan olika kulturer. Sammanfattningsvis kan konstateras att valen av samtliga begreppsdefinitioner i denna uppsats har prövats i tidigare empiriska studier.

I föreliggande uppsats får ungdomarna själva uttrycka vad de känner och tänker. Därmed anser författaren att hans chans att påverka utfallet av studien minskat (Malterud, 2009, s. 22). Ungdomarnas inlägg på BRIS chatten finns kvar. Detta till skillnad från en intervju eller till exempel en ljudupptagning som kan försvinna. BRIS chatten tillåter ungdomarna att skriva fritt utan begränsningar eller inskränkningar. I en intervju kan tänkas att ungdomarna utelämnar känsliga delar eller frestas att säga det som de tror att intervjuaren vill höra.

## 6.2. Metod reflektion

Resultatet i denna uppsats bygger på data som insamlats via internet. Även om det finns intressanta aspekter med en internetstudie finns det även svårigheter.

En svårighet är att metodverktyg anpassade till forskningsprocesser via internet ännu är under utveckling (Berg, 2015). Fördelar med att använda BRIS öppna forum vid datainsamlingen var att det var enkelt att ta del av en stor mängd datamaterial. Detta i sin tur möjliggjorde att relativt enkelt hitta citat som representerar alla åldrar i ungdomsgruppen som författaren valde att studera (12–18 år).

En annan fördel var att ungdomarna uttrycker tankar och känslor som de själva anser är väsentliga utan inflytande av forskare eller andra auktoriteter. Ett etiskt problem med att använda ett öppet forum för forskning är att deltagarna inte var medvetna om att deras inlägg studerades. Genom att följa de etiska riktlinjer som finns relaterat till att använda datamaterial via internet (Buchanan, 2004) har denna uppsats följt forskningsetiska principer. Författaren menar att då ungdomarna lagt upp sina personliga inlägg på en hemsida som kan nås utan inloggning kan inläggen ses som offentlig. Citaten från ungdomarna är anonyma och inga namn kan knytas till en specifik person.

En annan nackdel med att använda internet för datainsamling var att författaren till denna uppsats inte kunde ställa följdfrågor eller följa upp intressanta inlägg. Ålder och kön går inte heller att säkerställa eftersom författaren inte vet om det som ungdomarna uppgett överensstämmer med verkligheten. En reflektion är att flickor är i majoritet på BRIS öppna forum. Det var relativt svårt att hitta inlägg från pojkar. Vad detta beror på kan författaren bara spekulera om. Kanske har flickor lättare för att uttrycka tankar och känslor och ett behov av detta.

En fråga som kvarstår är dock om pojkar och flickor värderar olika aspekter av existentiell hälsa olika. Studier behövs för att belysa detta. Sammanfattningsvis hade det varit önskvärt att komplettera denna datainsamling med intervjuer för att nå en ännu mer fördjupad förståelse om existentiell hälsa och identitetsutveckling under ungdomsåren.

Enligt Malterud (2009, s. 22–24) behöver tre villkor uppfyllas för att en kvalitativ studie ska uppnå trovärdighet, nämligen reflexivitet, relevans och validitet. Reflexiviteten består av att författaren under uppsatsarbetet har varit medveten om sin förförståelse genom hela forskningsprocessen. Dels har jag försökt att klargöra förförståelsen för mig själv men också för läsaren. Vid datainsamlingen och dataanalys har jag strävat efter att hitta citat som representerar både positiva och negativa aspekter av existentiell hälsa och identitetsutveckling bland ungdomar. Detta för att spegla ungdomars tankar och känslor på ett trovärdigt sätt. De negativa inläggen var dock i majoritet vilket var i linje med min förförståelse. Detta kan eventuellt förklaras av att ungdomar som mår bra psykosocialt inte använder öppna forum i samma utsträckning som ungdomar som mår dåligt. Validiteten i denna studie begränsas av att jag har arbetat ensam genom hela forskningsprocessen. Malterud (2009, s. 23) poängterar vikten av att fler forskare tar aktiv del i datainsamling och dataanalys. Om uppsatsen skrivits tillsammans med en annan student är det möjligt att diskussioner och reflektioner resulterat i ett resultat som skilt sig från det nuvarande resultatet. Jag har under forskningsprocessen diskuterat upprepade gånger med min handledare och andra kurskamrater för att upprätthålla ett reflekterande och systematiskt arbetssätt. Sammanfattningsvis kan konkluderas

att mer kunskap behövs om hur ungdomar upplever sin existentiella hälsa. Särskilt behöver lärare kunskap om vilka existentiella värden som ungdomar anser väsentliga för att finna mening med livet. Kunskap om detta kan i sin tur användas i religionsundervisningen för att öka ungdomars motivation för ämnet. Detta tillsammans med det faktum att en negativ hälsotrend rapporteras bland unga i Sverige skapar relevans för denna uppsats och fortsatt forskning inom området.

### 6.3. Empirisk reflektion

Resultatet från denna studie är i linje med tidigare forskning. Uppsatsen väcker dock frågor om pojkar och flickor värderar existentiella värden olika. För att resultatet ska kunna användas som underlag för diskussioner i ämnet religion behövs mer kunskap om pojkars existentiella hälsa. Det är möjligt att det finns skillnader mellan könen avseende vilka existentiella dimensioner som individen finner värdefulla för att uppleva mening med livet. Dessa bör i så fall beaktas i religionsundervisningen.

### 6.4. Avslutande reflektioner

Föreliggande uppsats skulle med enkla medel kunna expanderas till fler empiriska studier. Det fanns mycket mer information som kunde presenteras, men på grund av platsbrist och en rädsla för att driva tesen långt utanför ramen för denna uppsats har författaren varit tvungen att begränsa sig. Specifikt handlar detta om att se samband mellan Erikson och Melders teorier, till exempel mellan Eriksons aspekt av att känna sig unik och Melders aspekt om att känna harmoni. Författaren skulle vilja fördjupa genusperspektivet för att undersöka om olika aspekter av existentiell hälsa värderas olika beroende på om det är en pojke eller flicka som skriver på chatten. Avslutningsvis kan antas att Melders modell (2011) kan ligga till grund för ett existentiellt baserat hälsoarbete. Genom att arbeta med den existentiella hälsodimensionen och dess åtta aspekter kan ungdomars självskattade hälsa stärkas i vid bemärkelse. Modellen bör kunna användas av skolhälsovården och av lärare i religionsundervisning. Det senare kan dock vara svårt att genomföra praktiskt, då det förutsätter att läraren har tid avsatt för att i undervisningen lyfta ungdomars individuella existentiella frågor samtidigt som läroplanen ska följas.

## 7. Sammanfattning

Syftet med denna studie var att ur ett religionspsykologiskt perspektiv studera hur unga skapar sin identitet i relation till existentiella frågor genom att studera deras inlägg på BRIS hemsidas chattforum med hjälp av Erikson teori om identitetsutveckling samt Melders teori om existentiell hälsa. Författaren har genom en deduktiv kvalitativ tolkande innehållsanalys studerat fenomenet.

När det gäller Erikson teori om hur identitetsutvecklingen sker hos ungdomar kunde författaren i sin analys identifiera aspekter som bekräftar att ungdomar upplever bristande resurser att hantera den kris som ungdomsåren ofta innebär. Vidare fann författaren belägg för att ungdomar beskriver aspekter som relaterar till Melders teori om de åtta existentiella hälsodimensionerna, vilka enligt teorin samvarierar med självskattad hälsa.

Studiens resultat visar att ungdomar uttrycker negativa aspekter både avseende existentiell hälsa och identitetsutveckling. Utifrån ett lärarperspektiv är detta viktigt att uppmärksamma eftersom ungdomarnas psykiska hälsa samt livskvalitet påverkar motivation för skolarbete och skolprestationer samt i förlängningen ungdomarnas framtidsmöjligheter.

Författaren till denna uppsats bidrar till att lyfta fram existentiella uttryck som ungdomar beskriver och försöker beskriva hur dessa uttryck skulle kunna tolkas för att kunna användas inom religionsundervisningen.

# Litteraturförteckning

- Adamson, L., Hartman, S. G., & Lyxell, B. (den 1 Mars 1999). Adolescent identity—a qualitative approach: Self-concept, existential questions and adult contacts. *Scandinavian Journal of Psychology*, s. 21-31.
- Ahrne, G., & Svensson, P. (2015). *Handbok i kvalitativa metoder*. Stockholm: Liber AB.
- Berg, M. (2015). *Netnografi: att forska om och med internet* (1:a upplagan uppl.). Lund: Studentlitteratur.
- BRIS. (2017). *Alla barn har rätt att må bra. Hur kan vi se till att det blir så?* Mölnlycke: Bris.
- Bryman, A. (2018). *Samhällsvetenskapliga metoder* (3:e upplagan uppl.). (B. Nilsson, Övers.) Stockholm: Liber.
- Buchanan, E.A. (red.) (2004). *Readings in virtual research ethics: issues and controversies*. Hershey, PA: Information Science Publ..
- Brömssen, K. (2012). Elevers möten med religion i gymnasieskolan. i M. Lövheim, & J. Bromander, *Religion som resurs? Existentiella frågor och värderingar i unga svenskars liv* (s. 131-156). Skellefteå: Artos & Norma bokförlag.
- DeMarinis, V. (2017). Psykologiska funktioner av existentiella ritualer -fallstudier från Sverige och Syrien. i A. Geels, & O. Wikström, *Den religiösa människan* (4:e upplagan uppl.). Stockholm: Natur & Kultur.
- Egidius, H. (u.å). Adolescence. I Psykologilexikon. Tillgänglig: Psykologiguiden. [2018-12-17]
- Erikson, E. H., & Rapaport, D. (1959). *Identity and the life cycle: selected papers*. New York: International Univ. Press.
- Erikson, E. H. (1970). *Insikt och ansvar Om de etiska konsekvenserna av psykoanalytisk insikt*. (P. Wiking, Övers.) Stockholm: Natur och Kultur.
- Erikson, E. H. (1993). *Barnet och samhället* (3: upplagan uppl.). (J. Rössel, Övers.) Stockholm: Natur och Kultur.
- Erikson, E. H. (2004). *Den fullbordade livscykeln* (4:e utgåvan uppl.). (M. Wentz Edgardh, Övers.) Stockholm: Natur och kultur.
- Geels, A., & Wikström, O. (2017). Den religiösa människan : en introduktion till religionspsykologin. i A. Geels, & O. Wikström, *Den religiösa människan: en introduktion till religionspsykologin* (4:e utgåvan uppl., s. 113-179). Stockholm: Natur och Kultur.
- Gilje, N., & Grimen, H. (2007). *Samhällsvetenskapernas förutsättningar* (3:e upplagan uppl.). (S. Andersson, Övers.) Göteborg: Daidalos AB.
- Hood Jr, R. W., Hill, P. C., & Spilka, B. (2009). *The Psychology of Religion, An Empirical Approach* (4:e upplagan uppl.). New York: The Guilford Press.
- Landstinget i Uppsala länLandstinget SörmlandLandstinget VästmanlandRegion Örebro län (2015). *Liv & hälsa ung i Mellansverige: resultat från ungdomsundersökningarna "Liv & hälsa ung" bland elever i skolor 9 år 2013/2014 : ett samarbete mellan landstingen i Uppsala, Sörmland, Västmanland och Örebro län*. Uppsala: Landstinget i Uppsala län.



- Lundberg, A. (2012). Religion, migration och identitet. i M. Lövheim, & J. Bromander, *Religion som resurs? Existentiella frågor och värderingar i unga svenskars liv* (ss. 239-262). Skellefteå: Artos & Norma bokförlag.
- Lövheim, M. (2012). Ungas religiositet: tidigare forskning och nya frågor. i M. Lövheim, & J. Bromander, *Religion som resurs? Existentiella frågor och värderingar i unga svenskars liv* (ss. 77-106). Skellefteå: Artos & Norma bokförlag.
- Malterud, K. (2009). *Kvalitativa metoder i medicinsk forskning* (2:a upplagan uppl.). Lund: Studentlitteratur.
- Marcia, J., & Josselson, R. (den 01 12 2013). Eriksonian Personality Research and Its Implications for Psychotherapy. *Journal of Personality*, s. 617-629.
- Melder, C. (2011). *Vilsenhetens epidemiologi En religionspsykologisk studie i existentiell folkhälsa*. Uppsala: Acta Universitatis Upsaliensis.
- Melder, C. (2014). Bättre och bättre dag för dag? Existentiell hälsa på äldre dar. i S. Rolfner, *Äldres psykiska hälsa och ohälsa: prevention, förhållningssätt, arbetsmetoder* (1:a upplagan uppl., s. 36-62). Stockholm: Gothia Fortbildning.
- Nationalencyklopedin. (2018). *Nationalencyklopedin*. Hämtat från Nationalencyklopedin: <https://www.nes.se.ezproxy.its.uu.se/uppslagsverk/encyklopedi/lång/livskvalitet> den 23 11 2018
- Oxhandler, H. k., Narendorf, S. C., & Moffatt, K. M. (den 26 September 2018). Religion and spirituality among young adults with severe mental illness. *Spirituality in Clinical Practice*, s. 188-200.
- Prop. 2009/08:110. *En förnyad hälsopolitik*. Hämtad från <https://www.regeringen.se/49bbde/contentassets/e6210d374d4642328badd71f64ca9846/en-fornyad-folkhalsopolitik-prop.-200708110>
- Repstad, P. (2007). *Närhet och Distans Kvalitativa metoder i samhällsvetenskap* (4:e upplagan uppl.). (B. Nilsson, Övers.) Lund: Studentlitteratur AB.
- Sverige. Folkhälsomyndigheten (2016). *Folkhälsan i Sverige 2016: årlig rapportering* [Elektronisk resurs]. Solna: Folkhälsomyndigheten.
- Sverige. Folkhälsomyndigheten (2018). *Psykosomatiska besvär hos unga ökar inte globalt – med undantag för norra Europa*. [Elektronisk resurs]. Solna: Folkhälsomyndigheten.
- Teorell, J., & Svensson, T. (2007). *Att råga och att få svara: Samhällsvetenskaplig metod* (1:a upplagan uppl.). Stockholm: Liber.
- Uppdrag Psykisk Hälsa. (2018). *Barn- och Ungdomspsykiatri. Psykiatrin i siffror Kartläggning 2017*. Sveriges Kommuner och Landsting.
- Utredning om mått på livskvalitet (2015). *Får vi det bättre? Om mått på livskvalitet* (SOU 2015:56) Stockholm: Finansdepartementet
- SFS 2010:800. *Skollag*. Stockholm: Utbildningsdepartementet.
- SFS 2003:460. *Lag om etikprövning av forskning som avser människor*. Stockholm: Utbildningsdepartementet
- Socialstyrelsen. *Utvecklingen av psykisk ohälsa bland barn och unga vuxna – Till och med 2016* [Elektronisk resurs]. (2017). Socialstyrelsen.
- Wallgren, I. (den 24 10 2016). Forskning i Västerås visar att betygen kan förbättras om eleverna mår bra i själen. *Vestmanlands Läns Tidning*.
- WHO. (u.d.). *WHO*. Hämtat från WHO: <http://www.who.int/about/mission/en/>
- WHO. (2002). *www.who.int*. Hämtat från WHOQOL-SRPB: [http://www.who.int/mental\\_health/media/en/622.pdf](http://www.who.int/mental_health/media/en/622.pdf) den 23 11 2018

- World Health Organization [WHO]. (2006). Constitution of 1946 (document 1.).  
Hämtad från: [https://www.who.int/governance/eb/who\\_constitution\\_en.pdf](https://www.who.int/governance/eb/who_constitution_en.pdf)
- Vikström, B. (2005). *Den skapande läsaren Hermeneutik och tolkningskompetens* (1:a upplagan uppl.). Lund: Studentlitteratur AB.
- Woolfolk, A., & Karlberg, M. (2015). *Pedagogisk psykologi*. Harlow: Pearson.
- Wulff, D. M. (1993). *Religionspsykologi 2*. (L. Nilsson, Övers.) Lund: Studentlitteratur.