



UNGES TRIVSEL

Eva Lykkegaard & Ane Qvortrup

Professor og centerleder

Center for Gymnasie- og
Erhvervsuddannelsesforskning

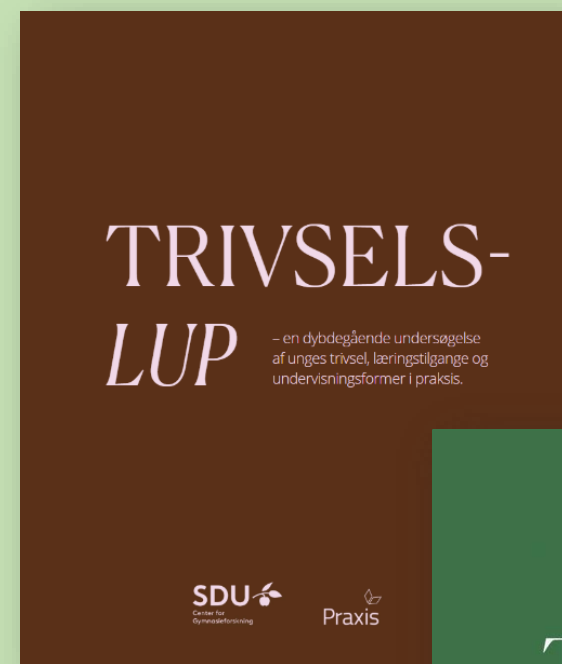
Syddansk Universitet



Center for Gymnasie- og
Erhvervsuddannelsesforskning

Plan

- Hvad er det med unges trivsel?
 1. Hvordan skal vi forstå trivsel?
 2. Hvordan står det til med unges trivsel?
 3. Hvad kan forklare og påvirke unges trivsel?



Tak til Praxis-fonden
for at muliggøre
undersøgelsen





(Mis)trivsel?

DR (Oktober 2022): Nyt studie viser, at **næsten hveranden ung er ramt af mistrivsel.**

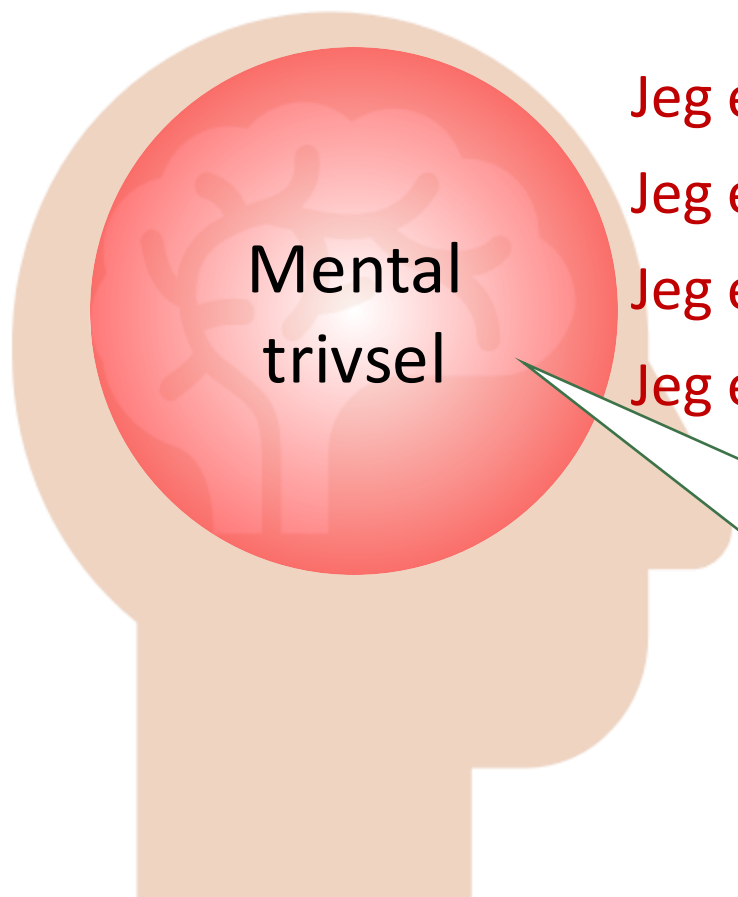
TV2 (August 2023): "Presset ungdom"
44 procent af unge mellem 16 og 25 år lider af mistrivsel

Mistrives hver anden unge?



Trivsel - forståelse

(Qvortrup, 2020; Lykkegaard, Qvortrup & Juul ,2024)



Jeg er glad

Jeg er i godt humør

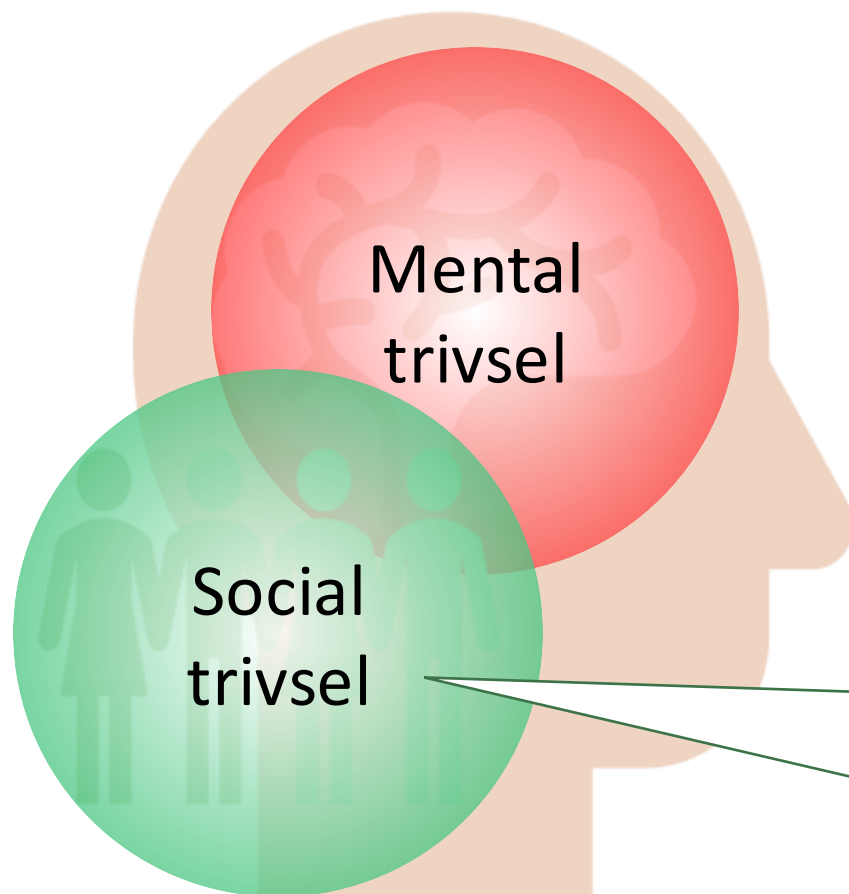
Jeg er ked af det

Jeg er glad for at gå i skole

Trivsels- dimensioner

Mental trivsel omfatter individers **tendens** til at være tilfredse med dagligdagen, opleve at livet er godt, føle selvsikkerhed og **tænke positivt** (Oberle, 2018).

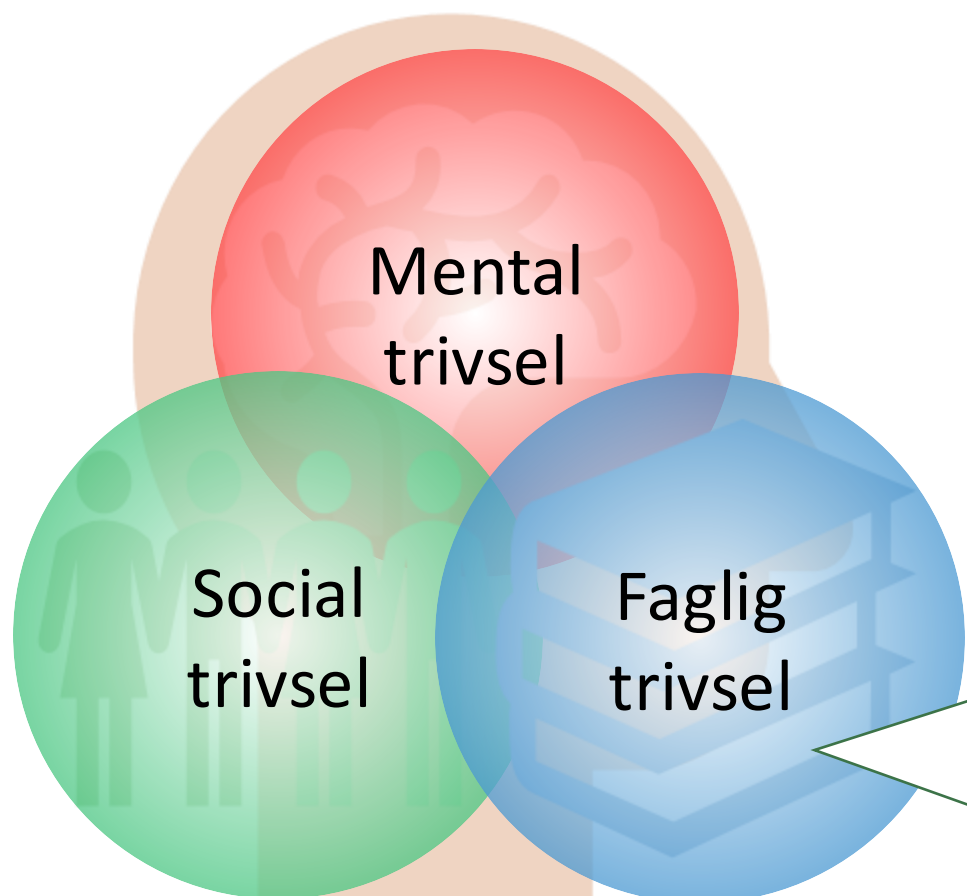
(Qvortrup, 2020; Lykkegaard, Qvortrup & Juul ,2024)



Trivsels- dimensioner

Social trivsel henviser til oplevelsen af at tilhøre en social gruppe eller et socialt fællesskab, hvor **individets deltagelse og engagement anerkendes og værdsættes** (Jørring, et al., 2020)

(Qvortrup, 2020; Lykkegaard, Qvortrup & Juul ,2024)



Trivsels- dimensioner

Faglig trivsel refererer til oplevelsen af at **føle sig glad og motiveret for samt engageret i fagligt arbejdet** (Ling, et al, 2022).

Trivselskommisionen:

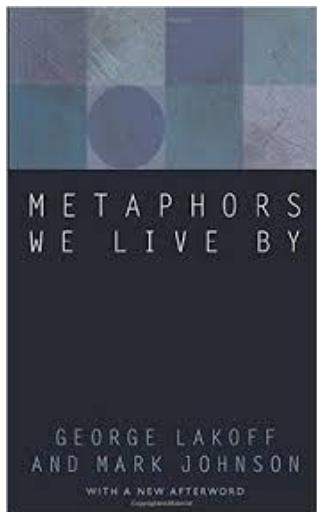
”Man trives, når man overordnet set er glad for sit liv. Man trives, når man kan udvikle sig, udfolde sine evner samt indgå i og bidrage til fællesskaber. Man kan trives, selvom man oplever perioder med modgang og udfordringer. Det afgørende er, at man kan håndtere sådanne perioder”

Trivsel

Forståelse

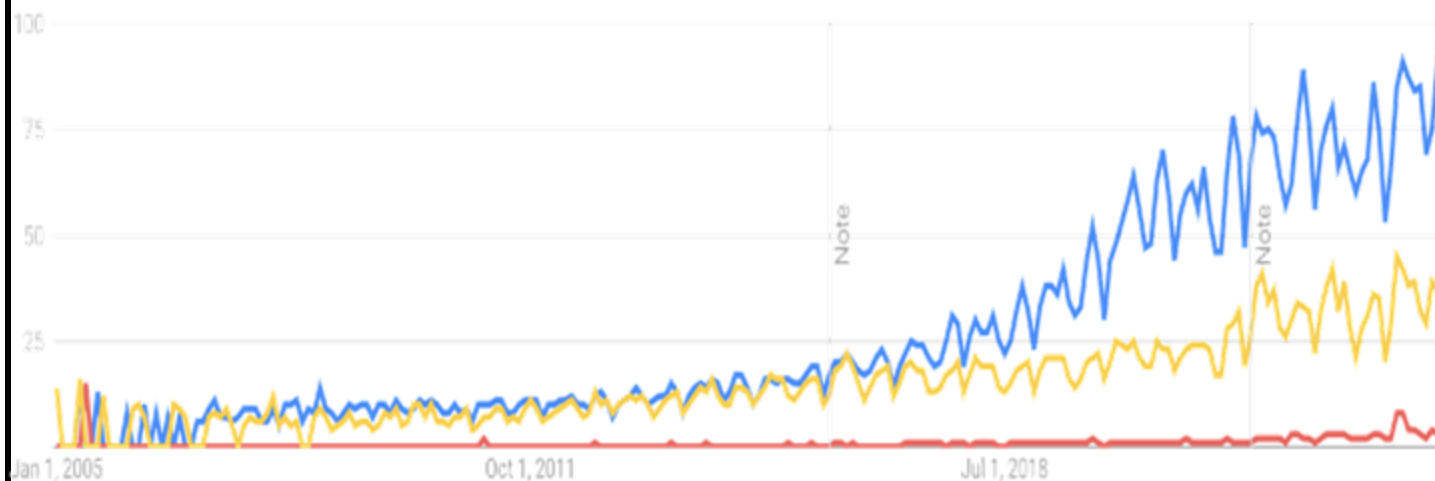


Center for Gymnasie- og
Erhvervsuddannelsesforskning



(Qvortrup & Lykkegaard, 2025)

Søgninger på "Mental trivsel" (blå), "Social trivsel" (gul) og "Faglig trivsel" (rød) på google 2005-2025



Trivsel forekomster

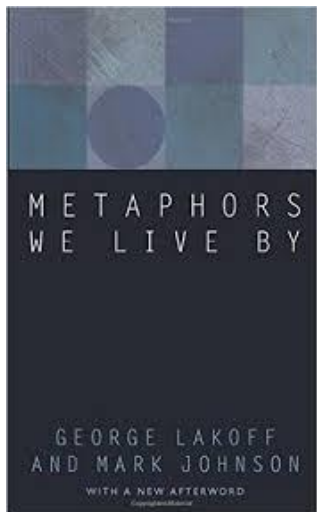
Mental
trivsel

Social
trivsel

Faglig
trivsel

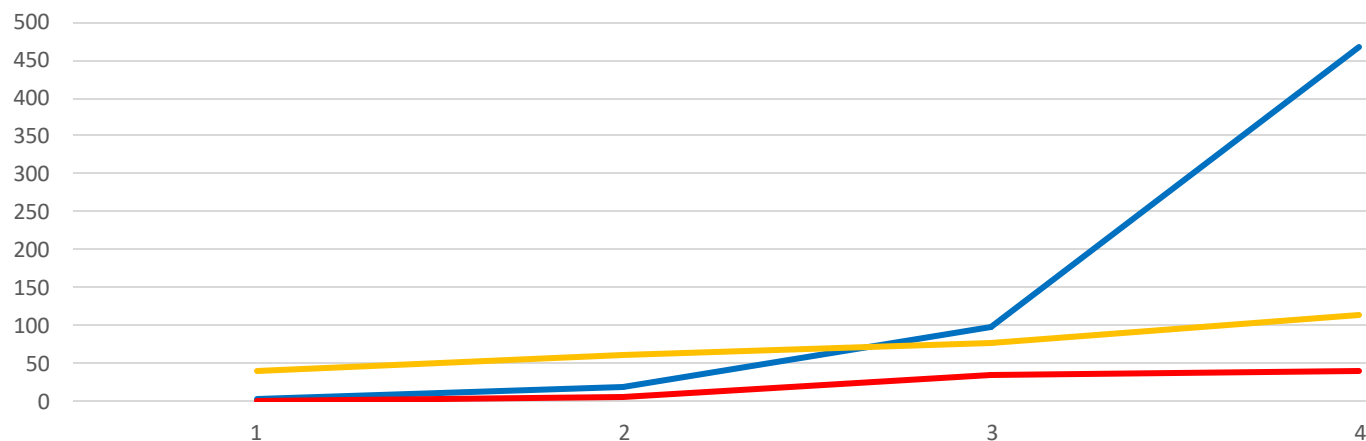
SDU

Center for Gymnasie- og
Erhvervsuddannelsesforskning



(Qvortrup & Lykkegaard, 2025)

Forekomsten af begreberne "Mental trivsel" (blå), "Social trivsel" (gul) og "Faglig trivsel" (rød) i danske medier og dagblade 2005-2025)



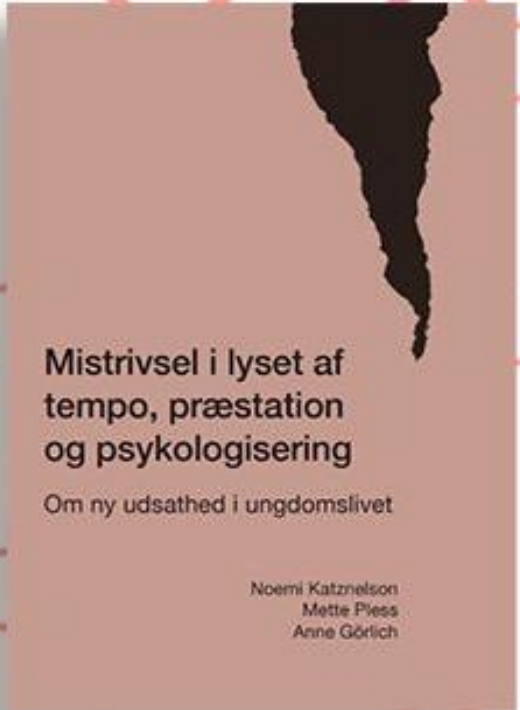
Trivsel forekomster

Mental
trivsel

Social
trivsel

Faglig
trivsel

(Mis)trivsel?

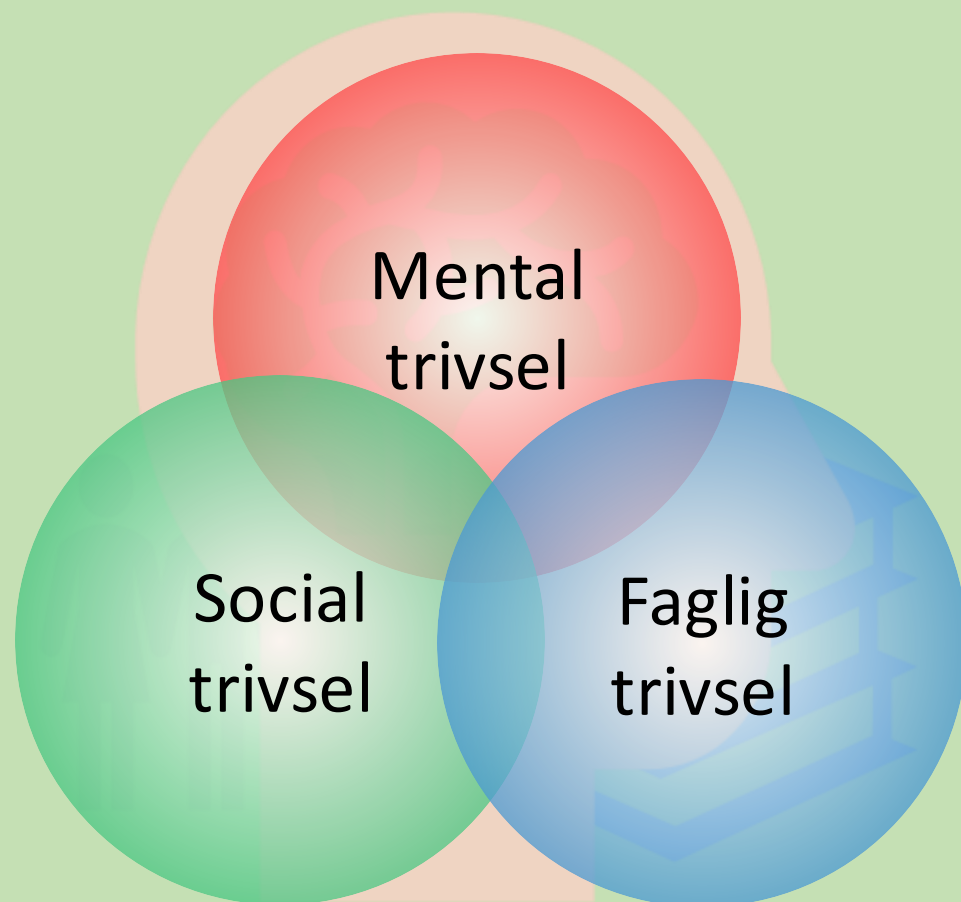


Mistrivsel i lyset af
tempo, præstation
og psykologisering

Om ny udsathed i ungdomslivet

Noemi Katznelson
Mette Pless
Anne Görlich

"Tallet 44 procent er ikke vores opfindelse, men netop mediernes. Vi deler fuldstændig det problematiske i dette tal og er glade for, at forskerne har været ude og sætte lys på det."
(Katznelson på Videnskab.dk, september 2024)



Trivsel

1. Hvordan skal vi forstå (og måle) trivsel?
2. Hvordan stemmer de tre dimensioner overens med jeres forståelse?
3. Er der behov for at arbejde med fortællingen om og de unges forståelse af trivsel?
3. Hvis ansvar er det i så fald?

Surveys

1. år (2023)

100 ungdomsuddannelser
(N=12.056)

- Stx (N= 7.502)
- Hhx (N= 1.694)
- Hf (N= 1.347)
- Htx (N= 455)
- Eux (N= 217)
- Eud (N= 711)

2. år (2024)

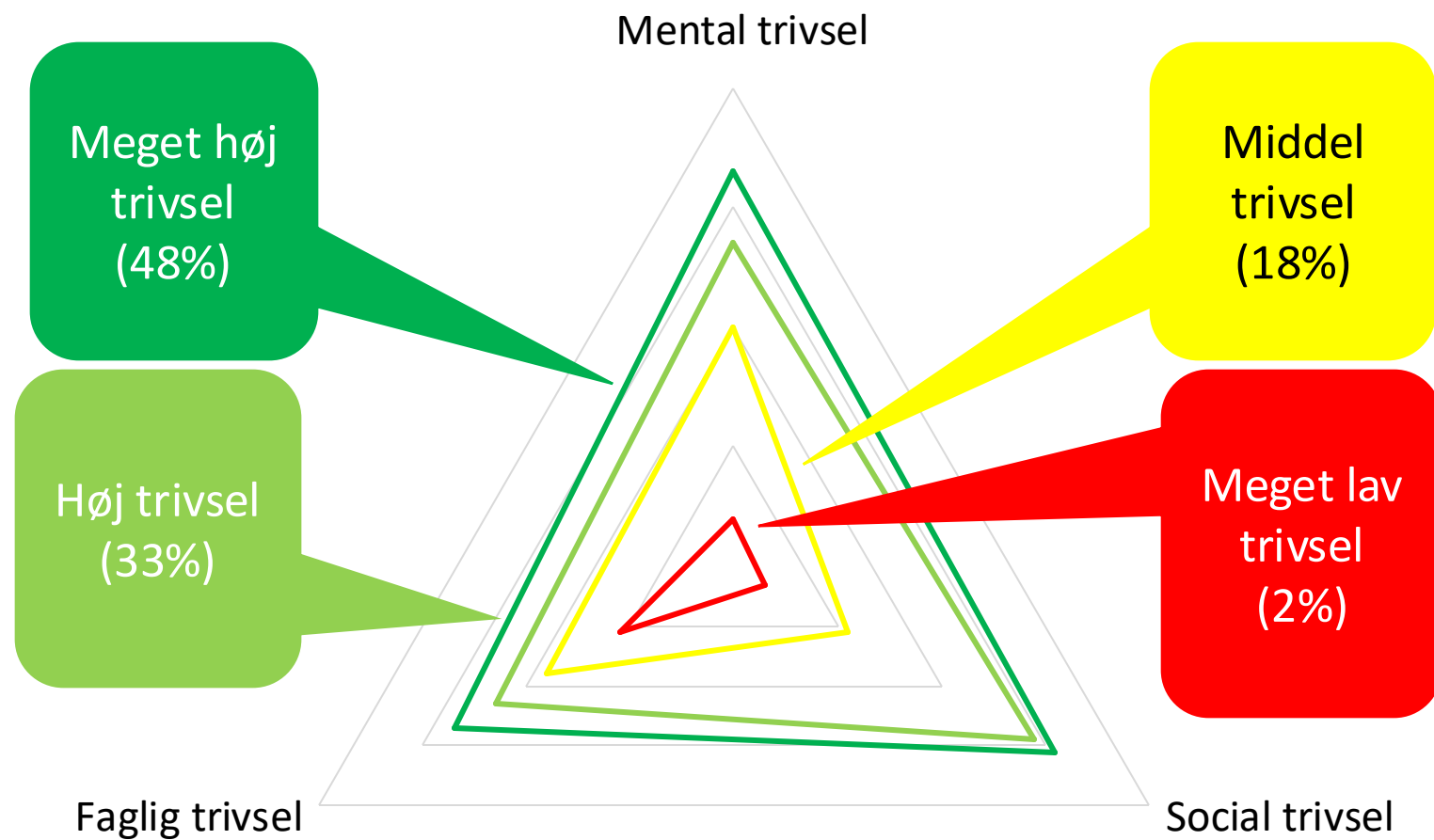
145 ungdomsuddannelser
(N=12.616)

- Stx (N= 5.552)
- Hhx (N= 1.363)
- Hf (N= 3.681)
- Htx (N= 516)
- Eux (N= 472)
- Eud (N= 781)

Kvalitative interviews

Empirisk undersøgelse

1. år (2023)

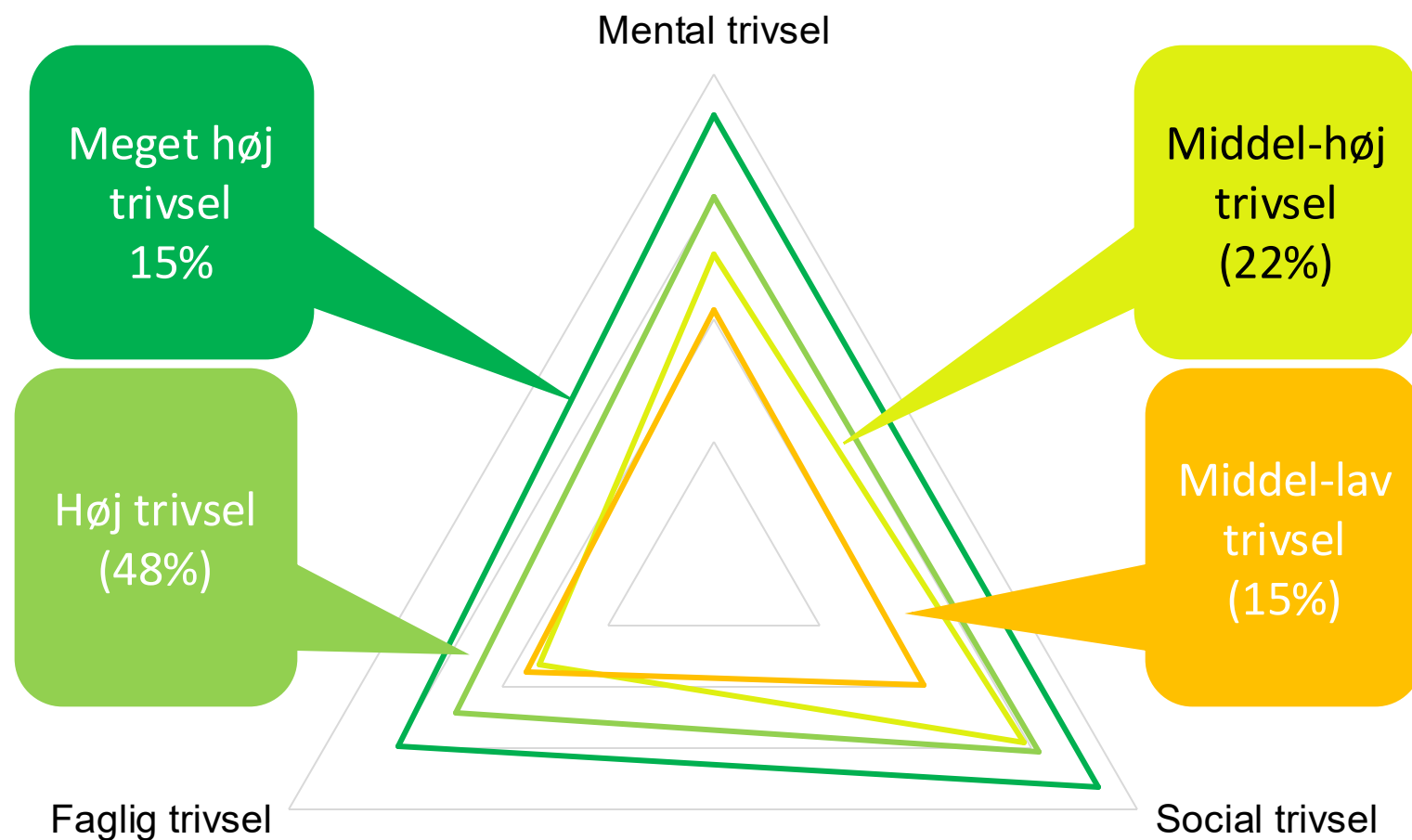


Trivsels- klynger

SDU 

Center for Gymnasie- og
Erhvervsuddannelsesforskning

2. år (2024)



Trivsels- klynger



Center for Gymnasie- og
Erhvervsuddannelsesforskning

Trivsel - modeller

Forklarer 60-87%

Elevernes lærings-
indstilling

Elevernes oplevelse af
deres lærere

Elevernes forhold til
lektier

Elevernes
fremtidsplaner

Skolens og
uddannelsens ry

Elevernes
undervisningsoplevel-
ser og forventninger

Trivsel - tematikker

Forklarer 60-87%

Elevernes lærings-
indstilling

Elevernes oplevelse af
deres lærere

Elevernes forhold til
lektier

Elevernes
fremtidsplaner

Skolens og
uddannelsens ry

Elevernes
undervisningsoplevel-
ser og forventninger

1. år (2023)

Elevernes
læringsindstilling

- Self-efficacy "læring"
- Mestring

2. år (2024)

Elevernes
læringsindstilling

- Self-efficacy "læring"
- Self-efficacy "indsats"
- Mestring
- Perfektionisme

Trivsel - tematikker

1. år (2023)

2. år (2024)

Elevernes lærings-
indstilling

Elevernes oplevelse af
deres lærere

Elevernes forhold til
lektier

Elevernes
fremtidsplaner

Elevernes oplevelse af
deres lærere

- Support og støtte fra lærere

Elevernes oplevelse af
deres lærere

- Support og støtte fra lærere
- Positive oplevelser af lærere
- Negative oplevelser af lærere (-)

Trivsel - tematikker

1. år (2023)

2. år (2024)

Elevernes lærings-
indstilling

Elevernes oplevelse af
deres lærere

Elevernes forhold til
lektier

Elevernes
fremtidsplaner

Elevernes forhold til
lektier

- Det er meningsfuldt, at vi skal lave lektier
- Anstrengt forhold til lektier (-)

Trivsel - tematikker

1. år (2023)

2. år (2024)

Elevernes lærings-
indstilling

Elevernes oplevelse af
deres lærere

Elevernes forhold til
lektier

Elevernes
fremtidsplaner

Elevernes fremtidsplaner

- Planer efter ungdomsuddannelsen

Elevernes indstilling
til læring

Elevernes oplevelse
af deres lærere

Elevernes
forhold til lektier

Skolens og
uddannelsens ry

- Self-efficacy "læring"
- Self-efficacy "indsats"
- Mestring
- Perfektionisme

Dialog

- Er der på jeres skoler praksisser, arrangementer, undervisning eller lignende, der kan udfordre *mestringsoplevelser*, *self-efficacy* og/eller *perfektionisme* for nogle af jeres elever?
- Hvordan arbejder I med/kan I arbejde med det?

Elevernes indstilling
til læring

Elevernes oplevelse
af deres lærere

Elevernes
forhold til lektier

Skolens og
uddannelsens ry

- Support og støtte fra lærere
- Positive oplevelser af lærere
- Negative oplevelser af lærere

Dialog

- Overvej hvad der er en læreropgave, og om noget kan/skal uddelegeres til eleverne?
(Mentor/fællesskabsgrupper)
- Hvordan arbejder I med/kan I arbejde med det på jeres skole?

Elevernes indstilling
til læring

Elevernes oplevelse
af deres lærere

Elevernes
forhold til lektier

Skolens og
uddannelsens ry

- Det er meningsfuldt, at vi skal lave lektier
- Anstrengt forhold til lektier (-)

Dialog

- Hvordan oplever I elevernes forhold til lektier?
- Har I særlige indsatser på skolerne?
- Er der behov for at gøre noget for at støtte elevernes lektie-arbejde, og hvordan kunne det i så fald gøres?



Center for Gymnasie- og
Erhvervsuddannelsesforskning

Elevernes indstilling
til læring

Elevernes oplevelse
af deres lærere

Elevernes
forhold til lektier

Skolens og
uddannelsens ry

- Skolens ry
- Uddannelsens ry

Dialog

- Er det med skolernes/uddannelsernes ry noget, I erfarer I jeres hverdag?
- Er det en skole eller en kollektiv opgave?
- Hvad gør I i forhold til det på jeres skoler?

Hent hele rapporten på prx.dk/trivselslup2



Hent
datarapporten
her!



Tak !

Spørgsmål og kommentarer?

Eva Lykkegaard & Ane Qvortrup
Professor og centerleder
Center for Gymnasie- og
Erhvervsuddannelsesforskning,
Syddansk Universitet

