

## "Hvor længe kan du holde vejret?"



Diskuter i jeres firemandsgruppe nedenstående spørgsmål. Vælg en referent, der skriver jeres svar ned, så I kan huske det til den fælles opsamling til sidst.

**19 %** af unge på ungdomsuddannelserne synes, at det er svært at skulle tale med deres venner om noget, der virkelig bekymrer dem<sup>1</sup>. Hvilke årsager kan der være til, at så mange unge har så svært ved at dele deres bekymringer med deres venner?

---

---

---

---

---

**20 %** af unge på gymnasierne føler sig stressede hver dag<sup>2</sup>. Flere og flere unge mistrives på grund af de mange forventninger, de oplever at skulle leve op til. Hvor kommer forventningen om det perfekte liv/den perfekte præstation fra? Fra de unge selv? Fra forældrene? Fra samfundet? Hvad kan man gøre for at bremse den udvikling? Hvad kan de unge selv gøre? Hvad kan skolerne gøre?

---

---

---

---

---

<sup>1</sup> Ungdomsprofilen 2014, Statens Institut for Folkesundhed

<sup>2</sup> Ungdomsprofilen 2014, Statens Institut for Folkesundhed