

# **Ungdomsverksamhet som en meningsfull grundpelare i den brokiga ungdomstiden**

En kvalitativ beskrivning av LFF:s ungdomsverksamhet samt hur den upplevs av de unga.

Maria Dahlskog

Lilian Granholm

Examensarbete för Socionom (YH)-examen

Utbildning för sociala området

Vasa 2022

## **EXAMENSARBETE**

Författare: Maria Dahlskog, Lilian Granholm

Utbildning och ort: Det sociala området

Inriktning: Familjearbete och metodik

Handledare: Ralf Lillbacka och Viktor Matintupa

Titel: Ungdomsverksamhet som en meningsfull grundpelare i den brokiga ungdomstiden – En kvalitativ beskrivning av LFF:s ungdomsverksamhet samt hur den upplevs av de unga.

---

Datum: 20.04.2022   Sidantal: 36 (41)   Bilagor: 2

---

### **Abstrakt**

Detta examensarbete beskriver ungdomsverksamheten som görs inom den religiösa organisationen LFF (Laestadianernas Fridsföreningars Förbund). Syftet med vårt examensarbete var att beskriva LFF:s ungdomsverksamhet samt hur den upplevs av de unga. De centrala frågeställningarna var hur ungdomsverksamheten ser ut i praktiken, hur de unga upplever ungdomsverksamheten och vad som är bra och vad som skulle kunna utvecklas.

I den teoretiska ramen behandlar vi ungdomstiden och teorin kring KASAM. Vi presenterar också hur religion och tro kan ha en påverkan på människans välmående. Vi har också sett på aktuella undersökningar som presenterar hur ungas välmående ser ut idag och vad som påverkar detta. Slutligen beskriver vi allmänt om LFF som organisation samt mera specifikt hur ungdomsverksamheten ser ut i de olika bönehusen. Vi valde att göra en kvalitativ undersökning där vi intervjuade ledare och unga inom de olika ungdomsverksamheterna.

I resultatet av examensarbetet framkom det hur ungdomsverksamheten ser ut idag och hur den är uppbyggd. Resultatet av våra intervjuer visar även att de unga framför allt upplever ungdomsverksamheten som meningsfull och som en viktig källa till sociala gemenskaper. Det kom även fram utvecklingsförslag, speciellt vad gäller verksamheten i Skutnäs bönehus, att man borde ha en anställd som skulle koordinera verksamheten mellan styrelsen och de frivilliga ledarna. Det som lyftes upp som speciellt bra med ungdomsverksamheten var att de unga har en trygg plats dit de kan komma på fredagarna som samtidigt bidrar till deras välmående.

---

Språk: svenska

Nyckelord: ungdomsverksamhet, unga, meningsfull, KASAM, välmående

## **BACHELOR'S THESIS**

Author: Maria Dahlskog, Lilian Granholm

Degree Programme: Social services, Vaasa

Specialisation: Social work with families

Supervisors: Ralf Lillbacka and Viktor Matintupa

Title: Ungdomsverksamhet som en meningsfull grundpelare i den brokiga ungdomstiden – En kvalitativ beskrivning av LFF:s ungdomsverksamhet samt hur den upplevs av de unga.

---

Date 20.04.2022

Number of pages: 36 (41)

Appendices: 2

---

### **Abstract**

This thesis describes the youth activities that are done within the religious organization LFF (Laestadian Alliance of Peace Association). The purpose of our thesis was to describe LFF's youth activities and how it is experienced by adolescents. The key issues were what the youth activities look like in practice, how the adolescents experience the youth activities; what is good and what could be developed.

The theoretical framework describes adolescence and the theory of SOC (sense of coherence) as a theoretical frame of reference and highlight how religions and believes can affect our well-being. We also looked at current surveys that present how adolescents well-being looks today and what affects this. At last, we also described LFF in general as an organization and more specifically what youth activities look like in the various churches. We chose to do a qualitative survey where we interviewed leaders and adolescents in the various youth activities.

The results of the thesis show what the youth activities look like today and how they are structured. The results also show that adolescents above all experience youth activities as meaningful and as an important source of social connections. There were also development proposals, especially regarding Skutnäs church, that they should have an employee who would coordinate the activities between the board and the volunteer leaders. What was highlighted as particularly good about the youth activities was that the adolescents have a safe place where they can gather on Fridays, which at the same time contributes to their well-being.

---

Language: svenska

Key words: youth activities, adolescents, meaningful, SOC, wellbeing

## Innehållsförteckning

1	Inledning	1
1.1	Syfte och frågeställningar	2
1.2	Avgränsningar och centrala begrepp	3
2	Ungdomstiden och KASAM som teoretisk referensram	3
2.1	Ungdomstiden	3
2.1.1	Identitetsutveckling	5
2.2	KASAM	7
3	Religion och välmående	8
4	Hur mår unga idag?	9
4.1	Välmående och nöjeslycka med livet	9
4.2	Ensamhet, självkänsla och välbefinnande	10
4.3	Skillnader mellan könen	11
5	Vad påverkar ungas välmående?	12
5.1	Skolan	12
5.2	Kompisar	12
5.3	Sociala medier	13
5.4	Motion	13
5.5	Fritidsaktivitetens påverkan	14
5.5.1	Ungdomslagen	15
6	LFF idag och verksamhetsområden	15
6.1	Ungdomsverksamhet	16
6.1.1	Unga nära Gud	17
6.1.2	Ung nu Närvilä	17
6.1.3	Unga punsar	17
6.2	Stödformer	18
6.3	LFF media	18
7	Sammanfattning av tidigare kapitel	19
8	Metod och tillvägagångssätt	22
8.1	Val av metod	22
8.2	Urval	22
8.3	Analysmetod	23
8.4	Etik och sekretess	23
8.5	Tillförlitlighet och giltighet	24
9	Resultatredovisning	25
9.1	Beskrivning av verksamheten från en ledares perspektiv	25

9.2	Hur verksamheten upplevs av de unga	26
9.3	Hur verksamheten påverkar ungas välmående	27
9.4	Andra faktorer som påverkar ungas välmående	28
9.5	Utvecklingsmöjligheter för LFF:s ungdomsverksamhet	29
9.6	Sammanfattning av resultatredovisningen	30
10	Kritisk granskning och slutdiskussion	31
10.1	Kritisk granskning	31
10.2	Slutdiskussion	32
	Källförteckning	36
	Bilaga 1 – intervjufrågor till ledarna	39
	Bilaga 2 – intervjufrågor till ungdomarna	40

## 1 Inledning

I vårt examensarbete vill vi beskriva LFF med fokus på ungdomsverksamheten samt redogöra för hur den upplevs av de unga som verksamheten riktas till. LFF är förkortningen av Laestadianernas Fridföreningars Förbund som består av 9 registrerade frids- och bönhusföreningar i Svenskfinland. Laestadianismen är en väckelserörelse inom den Evangeliska Lutherska kyrkan. LFF bedriver verksamhet för alla åldersgrupper samt familjearbete.

Trots att unga i Svenskfinland mår relativt bra i dag och uppger höga poäng vad gäller deras välmående, ser vi en nedgång i det allmänna måendet de senaste åren. (Kepsu & Markelin, 2020, s.4). Enligt en rapport av Unicef (United Nations-UN, 2021) lider i dag en av sju ungdomar (mellan 10 och 19 år) i världen av en psykisk störning och enligt Helakorpi och Kivimäki (2021) har ångest bland flickor fördubblats under de senaste tio åren.

Man kan även se en märkbar ökning vad gäller ensamheten bland de unga. Detta är oroväckande i sig, men vi ser också att känslan av ensamhet har en stark koppling mellan sämre självkänsla och sämre psykiskt välbefinnande. (Helakorpi & Kivimäki, 2021; Lyyra, et al., 2021)

På grund av detta, samt alla psykiska, sociala och fysiska förändringar som ungdomstiden präglas av, som vi går djupare in på i teoridelen, vill vi lyfta fram vad som kan främja välmående. Vi tycker att det är viktigt att ha meningsfulla aktiviteter, jämnåriga vänner och äldre personer att vända sig till. Dessa tre har för oss bildat en trygg helhet som gör att förändringarna i ungdomsåren lättare kan hanteras. Kanske ungdomsverksamheten i sig också bidrar till bättre välmående? Och har religion och tro någon effekt på den psykiska hälsan?

Enligt KASAM är det viktigt att vi känner meningsfullhet, begriplighet och hanterbarhet för att bättre kunna lösa problem samt hantera stress (Antonovsky, 1991, s. 38) . Dessa komponenter ses som avgörande för ungas förmåga att hantera livet och dessutom har komponenterna en anknytning till religioner överlag. Därför vill vi med detta arbete se ifall ungdomarna kan uppleva högt KASAM av den verksamhet som LFF som en religiös organisation erbjuder.

För att förtydliga vad som enligt lag krävs av kommunen ser vi på ungdomslagen vad gäller verksamheter för unga. Vi presenterar syftet med lagen samt ser på hur kommunerna kan samarbeta med föreningar och församlingar för att uppfylla kraven.

Många unga i Österbotten i dag upplever också att det finns för få lokaler att vistas i (THL, 2021). Vi vill därför i vårt examensarbete undersöka vad LFF:s verksamhet kan betyda för de unga. Om verksamheten utgör en plats dit man kan komma och umgås. Vi vill också gå djupare in i verksamheten och se hur den upplevs av de unga och om den bidrar till välbefinnande. Vi vill undersöka vad som fungerar inom verksamheten men även utforska utvecklingsmöjligheter.

## 1.1 Syfte och frågeställningar

Syftet med examensarbetet är att beskriva LFF:s ungdomsverksamhet samt hur den upplevs av de unga. Vilka verksamhetsformer som erbjuds och hur dessa upplevs av deltagarna samt arrangörerna.

I examensarbetet utgår vi från följande frågeställningar:

- Hur ser ungdomsverksamheten ut i praktiken?
- Hur upplever de unga ungdomsverksamheten?
- Vad är bra och vad skulle kunna utvecklas?

Vår målsättning med detta examensarbete är att få en djupare förståelse i vad ungdomsverksamheten inom LFF bidrar med till de ungas känsla av delaktighet samt deras välmående överlag. Vi vill också få en bättre förståelse av ungdomar och vad som händer rent biologiskt, psykologiskt och socialt i tonåringens liv.

En annan målsättning är att få en inblick i hur unga faktiskt mår idag och vad som påverkar deras mående, mera specifikt se ifall fritidsaktiviteter, oberoende vilket slag, kan bidra till ett ökat välmående hos de unga. Vi vill även på ett allmänt plan lyfta fram forskning som visar på vilken innebörd tro och religion kan ha på ungas hälsa och deras välmående, detta för att kunna återkoppla till LFF som en religiös organisation.

Vi vill också undersöka om det i framtiden är värt att satsa på denna typ av ungdomsverksamhet och vad som då eventuellt kunde förbättras, samt lära oss mera om vad ungdomar anser som viktiga och meningsfulla aktiviteter.

## 1.2 Avgränsningar och centrala begrepp

Vi har valt att fokusera på den yngsta målgruppen när det gäller ungdomsverksamheten inom LFF:s olika bönhusföreningar, där är verksamheterna främst riktat till 12–15 åringar även om det kan variera en del mellan de olika verksamheterna. När vi i examensarbetet skriver om de *unga* i verksamheten syftar vi alltså på 12–15 åringar. Vi använder oss också av begreppen *tonåringar* och *ungdomar* synonymt i arbetet för att få en variation.

Vi har valt att avgränsa arbetet till verksamheten som ordnas i Skutnäs bönhusförening i Jakobstad och verksamheten som ordnas i Närvilä Bönhusförening i Karleby av praktiska skäl och för att undvika att arbetet blir för omfattande. Det är även dessa två verksamheter som är mest aktiva, exempelvis genom att de har träffar varje vecka på fredagar till skillnad från de övriga verksamhetsområdena. Dessutom har ungdomsverksamheten i Närvilä samt i Skutnäs visat mest aktivitet på sociala medier och därmed varit enklare att få grepp om som helhet. Det är också ungdomar och ledare från Närvilä och Skutnäs som har deltagit i intervjuerna.

## 2 Ungdomstiden och KASAM som teoretisk referensram

Med detta kapitel vill vi skapa en teoretisk grund om ungdomar och ungdomstiden eftersom hela vårt arbete handlar om denna åldersgrupp. Vi tar upp vad ungdomstiden är, vad som händer i utvecklingen och vilka utmaningar det kan finnas hos ungdomen. Vi tar även upp teori om identitetsutvecklingen som sker i ungdomstiden, hur den går till och vad som formar den. Längre ner i kapitlet tar vi också upp mätinstrumentet KASAM, känsla av sammanhang, som har visat sig vara viktig för unga och som är avgörande för var en person ligger på kontinuumet mellan total ohälsa och total hälsa (Jakobsson, 2008, s. 53).

### 2.1 Ungdomstiden

Ungdomstiden är en intensiv tid där människan utvecklas mycket snabbt såväl på ett fysiskt, psykiskt som på ett socialt plan på en kort tid. När ungdomstiden börjar och slutar är mycket individuellt. Ur ett biologiskt synsätt kan man säga att den börjar när individen kommer in i puberteten och slutar när längdtillväxten upphör. Ser man däremot ur ett psykologiskt synsätt



är början på frigörelsen från föräldrarna en startpunkt och när individen uppnått självständig identitet en slutpunkt. (Hwang & Nilsson, 2011, s. 297). En enkel definition av ungdomstiden är tonårsåren, det vill säga mellan 13 och 19 år (Erling & Hwang, 2001, s. 12). Medan andra väljer att dela in ungdomstiden i olika stadier, så som tidig ungdom (11–14 år), mellanungdom (15–18 år) och sen ungdom (19–25 år). (Aaltonen, Ojanen, Vilhunen & Vilén, 2007, s 18).

Den biologiska utvecklingen och den psykologiska är inte alltid på samma plan vilket kan påverka självkänslan och ungdomen kan ha svårt att veta vilken roll den ska ta och vad som förväntas av den. Personer runt omkring ungdomen kan också bidra till förvirring hos ungdomen eftersom människan har en benägenhet att bilda sig en uppfattning om varandra utifrån yttre egenskaper. En tonåring som ännu inte kommit in i puberteten ser ut som ett barn och blir därför också bemött som ett barn. Medan en jämnårig som kommit längre in i puberteten bemöts som en ung vuxen. Dessa två personerna kan vara helt olika utvecklade psykologiskt och kan bli bemötta på ett sätt som inte kommer överens med den psykiska mognaden. (Hwang & Nilsson, 2011, s. 298; Olsson & Olsson, 2007, s. 116).

I takt med att kroppen förändras och utvecklas är det vanligt att ungdomen känner sig orolig för att kroppen inte utvecklas som den ska eller över att inte passa in. Den kroppsfixerade kulturen gör att oron är högre idag än någonsin tidigare. Att ungdomen jämför sig själv med andra jämnåriga vänner är vanligt och det kroppsidealet som finns på sociala medier påverkar också synen på sig själv och sin kropp. För många unga, speciellt flickor, är självkänslan starkt relaterat till kroppsuppfattningen. De unga som känner sig missnöjda med sin kropp har också en negativ inställning på sig själva som person. I och med att puberteten börjar olika tidigt för alla kan känslan över att vara onormal vara hög om den unga kommer mycket tidigt eller sent in i puberteten i jämförelse med sina jämnåriga vänner. (Hwang & Nilsson, 2011, s. 298, 302).

Det sker också en kognitiv utveckling hos ungdomen. Den främsta utvecklingen från ett barns tänkande är att ungdomen kan frigöra sig från det bekanta och det konkreta och kan nu börja sätta sig in i situationer de tidigare inte upplevt. De får också förmågan att börja tänka logiskt. Men det är vanligt att tonåringen fortfarande har ett egocentriskt tänkande, som också i barndomen, men som nu är specifikt fokuserat på den egna personen. Det är till exempel vanligt för ungdomen att tänka att de är de enda som någonsin har upplevt samma saker och känslor som de gör. Som att ingen annan blivit sårad eller varit kär. (Hwang & Nilsson, 2011, s. 307–310).

Frigörelsen från föräldrarna är en stor del av ungdomstiden som kan vara enkelt för en del medan det kan vara mer utmanande för andra. Frigörelsen handlar dels om en tankemässig och mental frigörelse, dels en fysisk frigörelse då det blir mer viktigt med att få ha sitt privata utrymme. Föräldrarnas roll och inställning till frigörelsen har stor betydelse för ungdomen. Det blir lättare om föräldrarna är öppna och redo för frigörelsen samt om det finns en ömsesidig respekt mellan föräldrarna och ungdomen. Trots att självständighetsprocessen är en stor del i ungdomstiden är det viktigt att tonåringen har en fortsatt känsla av trygghet till föräldrarna och i hemmet. Föräldrarna behöver finnas kvar som trygghet att vända sig till när det behövs. (Olsson & Olsson, 2007, s. 106).

Under ungdomstiden blir vännerna mycket viktiga, ofta mer viktiga än föräldrarna trots att behovet av tryggheten från dem fortfarande finns kvar. Vännerna ger närhet och gemenskap i ungdomsåren. De utgör också en viktig del för identitetsutvecklingen eftersom de kan fungera som bollplank och modell. Kamraterna underlättar också den känslomässiga separationen från föräldrarna. I den tidiga tonårstiden är det vanligt att tonåringen umgås endast med vänner av samma kön medan det är vanligt med kamratgrupper med båda könen senare i tonåren. Kamratgrupper möjliggör utforskandet av olika roller och stilar. (Hwang & Nilsson, 2011, s. 318).

I tonåren blir det också mer intressant med parförhållanden och att upptäcka kärlek och närhet. Om vännerna har erfarenhet av relationer och att vara tillsammans med någon är det vanligt att ungdomen själv också får en längtan av det. Att ha en passlig mängd erfarenheter av relationer med det motsatta könet skapar en viss social status hos ungdomen. Det här visar också på hur viktigt det är i tonåren att känna att man passar in för att godkännas. (Hwang & Nilsson, 2011, s. 319).

### **2.1.1 Identitetsutveckling**

För att individen också ska utvecklas till en vuxen person i social bemärkelse krävs en socioemotionell utveckling. Det här kan vara att söka och utforma sin identitet. Erik H. Erikson är en av föregångarna i identitets forskningen och han såg identitetssökande som ett grundläggande mänskligt behov. Erikson beskrev att varje utvecklingsstadie i en människas liv handlar om att brottas mellan två konflikter och i ungdomen handlar det om *identitet* kontra *identitetsförvirring*. Hur väl denna kris kan lösas är beroende på hur väl de tidigare konflikterna i utvecklingen har blivit lösta. (Hwang & Nilsson, 2011, s. 311).

Enligt Erikson består identiteten av tre delar, det biologiska, psykologiska och sociala. Den biologiska identiteten associeras med vårt kön, utseende och kroppsuppfattning. Till den psykologiska identiteten hör individens känslor, behov, försvarsmekanismer och intressen. Den sociala identiteten utgör miljöns och kulturens synsätt på identiteten, exempelvis hur pass det är okej att uttrycka sin identitet och utforska olika roller i den miljön man lever i. (Hwang & Nilsson, 2011, s. 311–312).

Identiteten har tidigare under barndomen påverkats av föräldrarna och andra viktiga personer runt omkring individen. Senare i utvecklingen har individen själv börjat identifiera sig med andra runt omkring sig som påverkat identiteten. Nu i ungdomstiden handlar det om att individen ska medvetet eller omedvetet plocka ihop de bilder som hen fått från uppväxten, av föräldrarna och omgivningen och på så sätt bilda sig sin egen identitet. En del saker väljer ungdomen att bibehålla medan andra saker som individen inte anser passa in på bilden av sig själv väljs bort. Att lämna bort identifikationer från barndomen kan vara tufft och orsaka en känsla av saknad men är på samma gång en förutsättning för att kunna uppnå en självständig identitet. (Hwang & Nilsson, 2011, s. 312).

För att kunna lyckas med denna ungdomskris och sökandet efter sin identitet är samspelet med andra personer både med vuxna och med jämnåriga viktigt. Tonåringen kan spegla sig själv i andra personer i omgivningen och det hjälper tonåringen att hitta en stabil bild av sig själv. Att hitta sociala roller och grupper som motsvarar sina egna förutsättningar såväl de biologiska som psykologiska är också nödvändigt. Omgivningen och kulturen spelar också en viktig roll i identitetsutvecklingen. Om kulturen erbjuder ungdomen väldigt många alternativ och valmöjligheter kan tonårstiden bli mycket turbulent medan för få alternativ försvårar utvecklingen och ungdomen tillåts inte utforska olika roller. (Hwang & Nilsson, 2011, s. 312). I tonåren är individen särskilt känslig för andras åsikter och uppfattningar, därför kan identitetsutvecklingen påverkas mycket av andras åsikter. (Olsson & Olsson, 2007, s. 114).

Om ungdomen inte lyckas med identitetsutvecklingen uppstår det enligt Erikson en identitetsförvirring. Det här leder till att ungdomen inte riktigt vet vem han eller hon är eller till och med har ett allvarligt förvirringstillstånd. Det här leder till att personen får svår besluts- och prestationsångest, har svårt med nära relationer, svag förmåga att ta ansvar, kan leva livet passivt och väljer att distansera sig från andra. När inte detta stadie blivit lyckad är det med stor sannolikhet att inte nästa stadie i utvecklingen, som handlar om *närhet* kontra *isolering*, inte heller blir framgångsrik. Erikson betonar att man behöver känna sig själv

innan man kan älska och närma sig en annan person. Men att ha en liten rollförvirring i ungdomstiden är vanligt och är till och med till fördel för identitetsutvecklingen. (Hwang & Nilsson, 2011, s. 312–313).

## 2.2 KASAM

Vi vill lyfta fram begreppet KASAM eftersom det kan spela en stor roll och kan ha en stor inverkan på ungdomars mående. Begreppet KASAM står för känsla av sammanhang och tanken är att det behövs för att människor ska må bra och kunna hantera stress och livets alla motgångar. Detta är viktigt speciellt för ungdomar i de många förändringar som de möter. (Antonovsky, 1991, ss. 37-39). Komponenterna i KASAM består av begriplighet, hanterbarhet och meningsfullhet. På engelska är förkortningen SOC, som står för Sense of Coherence (Jakobsson, 2008, s. 53).

KASAM är utformad av den medicinska sociologen Aaron Antonovsky och han baserar den på en teoretisk modell som han kallar salutogenes. Salutogenes kommer från latinets *salus* som betyder hälsa och grekiskans *genesis* som betyder ursprung eller uppkomst. Genom denna teori vill man fokusera på hälsofrämjande faktorer och man är mer intresserad av så kallade “friskfaktorer” än “riskfaktorer”. Med hjälp av KASAM kan man således förklara vad som bidrar till förbättrad eller bibehållen hälsa. (Jakobsson, 2008, s. 53).

År 1979 utformade Antonovsky sin första modell för att få en ökad förståelse för individens relation mellan stressfaktorer, coping och hälsa. Han ville få en förklaring på varför en del människor klarar av livskriser bättre än andra. Antonovsky inspirerades av de judar som hade behövt lida under andra världskriget. Det var också på judar som KASAM instrumentet testades på för första gången. (Jakobsson, 2008, s. 53).

Begriplighet, som är den första komponenten i KASAM anger hur pass bra individen kan se det som händer henne som förnuftsmässigt och gripbart, både inre och yttre stimuli. En person med hög känsla av begriplighet förväntar sig att det som händer i framtiden kommer vara förutsägbart eller om oväntade händelser sker kommer de gå att förklara och ordna. Individer med hög hanterbarhet, som utgör den andra komponenten i mätinstrumentet, känner att de kan möta alla krav de ställs inför och kommer inte att känna att livet är orättvist. Den sista komponenten, meningsfullhet, kan ses som motivations komponenten i KASAM, anger till vilken utsträckning individen kan känna att livet har en känslomässig mening. (Jakobsson, 2008, s. 53).

Mätningar som har gjorts visar på att människor behöver känna begriplighet, hanterbarhet och meningsfullhet för att ha hög KASAM. Alla tre komponenter är nödvändiga för framgångsrik problemhantering, men meningsfullhet har påvisats ha en avgörande roll när man ser på det dynamiska sambandet mellan dem. Utan känslan av meningsfullhet är varken hög begriplighet eller hög hanterbarhet något långvarigt. Detta kan man även se på från andra hållet; i de fall där både begripligheten och hanterbarheten är låga, men meningsfullheten däremot är hög, är prediktionen att KASAM kommer vara högt. (Antonovsky, 1991, ss. 39-45).

Det viktigaste för vårt välmående är då alltså att vi har en känsla av meningsfullhet. Med meningsfullhet menar man att man känner att livet har en mening, och att det som händer i livet har en mening. Detta gör att när motgångar kommer, har vi lättare att hitta en mening även där. (Antonovsky, 1991, ss. 39-45). Antonovsky menar (enligt Jakobsson, 2008, s. 53) att KASAM utvecklas under barndomen och ungdomsåren, att den börjar stabilisera sig vid 30 års åldern och är sedan stabilt livet ut. Han menar också att det är KASAM som avgör var på skalan mellan total ohälsa och total hälsa man ligger.

Under nästa kapitel (4.2) presenterar vi bland annat en nordisk undersökning där det framkommer att de flesta ungdomar i Norden känner sig värdefulla, lugna och positiva till livet samt att de kan hantera sina problem, tänka klart, närma sig andra människor och fatta beslut om sina egna liv (Lyyra, et al., 2021). Detta är i enlighet med de tre komponenterna för högt KASAM vilket är glädjande i sig, dock kan man fundera hur det är med delaktigheten när så många unga känner sig ensamma.

### **3 Religion och välmående**

I detta kapitel vill vi kort fästa blicken på hur religion och tro kan påverka människors välmående samt den psykiska hälsan. På detta sätt kan vi koppla samman denna tidigare forskning direkt till vårt resultat i vår kvalitativa studie, eftersom verksamheten vi beskriver utgörs av en religiös verksamhet.

Enligt psykiatrikern och prästen Cook (2020) är vi människan inte skapade till att endast studeras som legobitar med var kroppsdel för sig, utan som en helhet. Denna helhet består utav integrerad spiritualitet och det psykosomatiska och när man undersöker den mentala hälsan bör man därför ta i beaktande människan som denna integrerade helhet. (Cook, 2020, s. 8)

Vetenskaplig forskning av Allport och Ross (1967) beskriver skillnaden mellan en inre och en yttre religiositet. En inre religiositet innebär att man har en inre personlig relation med Gud och en yttre religiositet innebär att ens religiösa handlingar görs baserat på och på grund av vad andra tycker och tänker. Nyare forskning har bekräftat denna skillnad samt hävdar att en inre religiositet, till skillnad från en yttre, är bra för människans välmående. Med detta menas att människans välmående frodas i en personlig relation med Gud. (Cook, 2020, s. 5)

Enligt vetenskaplig forskning påvisas även andra religiösa aspekter påverka människan välmående och den psykiska hälsan. Cook (2020, s. 5) lyfter fram de två väsentliga inom kristendomen; bön och förlåtelse till att bidra till ökat välmående och mental hälsa. Bönen i sig själv är bra för människan och förlåtelsen används ibland som en terapiform för psykisk ohälsa. (Cook, 2020, s. 5)

Religioner, och mera specifikt en inre religiositet har visats bidra till ett ökat välmående. Cook (2020, s. 6) lyfter även fram hur den kristna tron med fokus på Jesus som levde här på jorden som en vanlig människa, har en stor inverkan på välmående hos de kristna. Detta på grund av att Jesus också mötte de svårigheter som vi möter idag och kristendomen vill då visa att Jesus kommer med goda nyheter till dem som kämpar med svårigheter, bland annat med psykisk ohälsa. Religioner är dock ingen garanti på ett stressfritt liv utan ångest och depression, men fokuset ligger på att människan genom livets prövningar inte är ensam och det, och gemenskapen och tryggheten i sig stärker välmående. (Cook, 2020, s. 6)

## **4 Hur mår unga idag?**

I detta kapitel kommer vi lyfta fram geografiskt väsentliga undersöknings- och forskningsresultat som beskriver hur unga mår idag. Både hur förnöjda de är med livet i allmänhet och även mera detaljerat var tyngdpunkterna till försämrat välmående kan tänkas vara.

### **4.1 Välmående och förnöjsamhet med livet**

I enkätundersökningen Hälsa i skolan 2021 framkommer att ungdomars förnöjsamhet med livet har sjunkit 7,3 procentenheter för flickor och 5 procentenheter för pojkar i årskurserna 8–9 i hela landet de två senaste åren. Om man begränsar området till enbart Österbotten är samma mätningar 5,2 för flickor och 3,6 för pojkar. (THL, 2021a). Ser man på ungas mående

världen över lider i dag en av sju ungdomar (mellan 10 och 19 åringar) i världen av en psykisk störning, enligt en rapport av Unicef (United Nations-UN, 2021).

Enligt den svenskspråkiga barometern som gjordes 2020 såg man även där nedåtgående resultat mellan åren 2018 och 2020. Trots den aningen negativa förändringen hålls resultatens medeltal mellan 7,9–8,6 av 10 när unga skulle ge skolvitsord vad gäller deras nöjsamhet med olika saker i livet. Så som familjesituation, livet i stort, psykisk hälsa, relationer till andra människor, utseende och fysisk kondition. (Kepsu & Markelin, 2020, s.4).

Detta visar på att unga i Svenskfinland överlag är välmående och förnöjda med sina liv, baserat på de vitsord de ger. Trots detta kan man inte undgå den nedåtgående trenden i ungas välmående de senaste åren. Det som kan ha påverkat resultaten de senaste åren är coronopandemin som påverkade de ungas liv markant när skolorna stängdes ner under våren 2020. Över lag ger pojkar bättre vitsord än flickor, särskilt vad gäller psykisk hälsa och utseende men även när det kommer till stress och prestationsångest. (Kepsu & Markelin, 2020, s.5).

Om vi ser tillbaka ser man att ångest hos flickor i årskurs 8–9 har fördubblats från 2013 till 2021. År 2021 uppgav en tredjedel av de unga flickorna och cirka åtta procent av pojkarna att de hade upplevt måttlig eller svår ångest. Flera unga upplevde även ett sämre hälsotillstånd år 2021. Av flickorna uppgav 32–40% att deras hälsotillstånd var medelmåttligt eller dåligt, och för pojkarna var samma mätning 17–19%. (Helakorpi & Kivimäki, 2021).

## **4.2 Ensamhet, självkänsla och välbefinnande**

Enkäten Hälsa i skolan visar även på att det inom Österbotten finns en märkbar ökning i känslan av ensamhet hos ungdomar i årskurs 8–9. Flickornas känsla av ensamhet har ökat 4,3 procentenheter och pojkarnas 3,3 procentenheter. (THL, 2021b). I den svenskspråkiga barometern skriver Kepsu och Markelin (2020, s.5.) att en fjärdedel ofta känner sig ensamma. Här är det även en viss skillnad mellan könen då hela 36% av flickorna håller helt eller delvis med om att de ofta känner sig ensamma, medan endast 15% av pojkarna känner så. I den svenskspråkiga barometern har runt 80 procent svarat att de ändå upplever att de

har en trygg vuxen person de kan vända sig till om de känner behov av det. (Kepsu & Markelin, 2020, s. 14).

I en nordisk studie har man undersökt ensamhet, psykiskt välbefinnande och självkänsla bland närmare sex tusen ungdomar i femton års åldern i fyra nordiska länder, Finland, Sverige, Danmark och Island. I studien har man kunnat påvisa att känsla av ensamhet har en stark koppling mellan sämre självkänsla och sämre psykiskt välbefinnande i alla fyra länderna. Studien påvisar också att känsla av ensamhet bland tonåringar är högst i Finland av de fyra nordiska länderna, där hela 19 procent av finländska respondenterna upplevde ensamhet. Så som i tidigare undersökningar kan man här också se att känsla av ensamhet är högre bland flickor än bland pojkar i alla fyra länder. (Lyyra, et al., 2021).

Resultaten i samma studie påvisar ändå att Nordens ungdomar i allmänhet mår bra, då majoriteten känner sig positiva till livet (62,2%), samt värdefulla (57,7%) och lugna (54,2%). De flesta ungdomar känner också att de kan hantera sina problem, tänka klart, närma sig andra människor och fatta beslut om sina egna liv. Majoriteten av ungdomarna har också en positiv självkänsla där över två tredjedelar av respondenterna kan säga att de tycker om sig själva och är glada för att vara den de är. Angående ungdomars psykiska välbefinnande har man inte sett märkbara skillnader bland de fyra länderna men i kategorin självkänsla har man sett att finländska ungdomar har en sämre självkänsla. (Lyyra, et al., 2021).

### **4.3 Skillnader mellan könen**

När vi har närmat oss olika studier har vi inom många områden sett denna skillnad mellan flickors och pojkar mående. Vi ser en större sänkning i flickors välmående överlag i jämförelse till pojkarnas, exempelvis när man ser på nöjsamhet med livet. Flickor känner även mera ångest och känner sig mer ensamma enligt statistiken.

I en svensk undersökning som presenteras av folkhälsomyndigheten i Sverige kan man se att pojkar och flickor tenderar att må lika bra i medeltal från barndomen och upp till högstadieåldern. Sedan ser man en tydlig sänkning i framför allt flickors självskattade hälsa, vad gäller såväl psykosomatiska besvär som den psykiska hälsan. Denna sänkning är alltså oberoende vilket mått på hälsa man mäter och visar på en tydlig skillnad till flickors nackdel och pojkar uppger att ha ett bättre välmående över lag, bättre självkänsla och skattar sitt värde högre än flickor. (Folkhälsomyndigheten, 2019)



## 5 Vad påverkar ungas välmående?

Ungdomstiden är en övergång från barn till vuxen och det centrala problemet som unga ställs inför har genom tiderna varit att bli någon och att utveckla en personlighet. (Antonovsky, 1991, s. 130) Det är i synnerhet i ungdomstiden som psykiska problem bryter ut och man har sett genom undersökning att så mycket som tre till fyra psykiska störningar uppkommer innan 25 års åldern (Undervisnings- och kulturministeriets publikationer 2020:3, s. 14).

Vad är det som bestämmer hur väl ungdomarna lyckas bemästra dessa problem? Vad är det helt konkret som påverkar ungas välmående? Vi kommer fokusera främst på fritidsaktivitetens påverkan på ungas välmående eftersom vårt examensarbete bygger på just det. Vi väljer ändå att lyfta fram ett antal utvalda faktorer som även de har en stor inverkan på de ungas välmående för att få ett bredare perspektiv vad gäller de ungas välmående.

### 5.1 Skolan

Enligt enkätundersökningen Hälsa i skolan (THL, 2021c) verkar de flesta unga tycka om att gå i skolan. I den svenskspråkiga ungdomsbarometern (Kepsu & Martelin, 2020, s.13) lyfte unga fram prestationsångest i skolan som en av de tre största orsakerna till vad de tror att orsakar psykisk ohälsa bland unga. Nästan 3 av 4 unga oroar sig för att fatta fel beslut vad gäller framtida studier och att börja jobba inom fel bransch. (Kepsu & Martelin, 2020, s.6).

Trots denna statistik kan man se att själva gemenskapen i skolan är viktig då över 80% av de svarande i Österbotten tycker att elever i klassen trivs bra tillsammans (THL, 2021c). De flesta av eleverna svarade även att de tycker om att gå i skolan. (THL, 2021d). Av dessa resultat kan man anta att studierna i sig kan skapa prestationsångest samt oro för framtiden, men att skolmiljön och gemenskapen med andra i klassen eller gruppen man umgås med bidrar till ökat välmående.

### 5.2 Kompisar

Sociala kontakter har alltså en stor betydelse för individens välmående. Även om det är pojkarna som toppar statistiken vad gäller att de inte har en nära vän är det fortfarande flickorna som känner sig mera ensamma. Detta kan bero på att pojkar i allmänhet umgås i större grupper medan flickor tenderar umgås i mindre grupper och har ofta 2–3 nära vänner.

Pojkarnas gemenskaper har ofta sitt ursprung från någon sport som de deltar i på fritiden eller online spelande. (Kepsu & Martelin, 2020, s.17)

Nio av tio av svenskspråkiga unga uppger att de känner att de har någon att vända sig till vid behov och 93% att de hade en eller flera nära vänner som betydde mycket. Betydelsefulla kompisrelationer kan också ske delvis eller helt via sociala medier för både flickor och pojkar. (Kepsu & Martelin, 2020, s.5).

### **5.3 Sociala medier**

Trots att sociala medier helt tydligt medför en hel del utmaningar kan man ändå se att det fyller en mycket viktig roll i flera ungas liv idag. Av dem som svarade på den svenskspråkiga ungdomsbarometern hade mer än hälften åtminstone en gemenskap på nätet. (Kepsu & Martelin, 2020, s.16). Enligt Kepsu och Markelin (2020) har Mannerheims Barnskyddsförbund publicerat resultat från en mediaenkät från 2019. I denna enkätstudie har 69% hittat nya bekantskaper på nätet och 2/3 av de drygt 1500 svarande ansåg att de kan röra sig utan problem på nätet.

Sociala medier anses tillför en känsla av delaktighet och gemenskap till majoriteten av de unga. Dock kan man inte bortse från dess negativa påverkan på de unga då 63% uppger att de har sett någon bli mobbad och 15% själva har blivit mobbad på sociala medier. Mobbningen har dock minskat med åren, och trots att nästan var sjätte ung blir utsatt för mobbning är det en minskning från tidigare forskning. Eftersom mobbningen i skolmiljöerna har en högre procentuell motsvarande siffra kan man även anta att nätmiljön i sig inte verkar vara skadlig för de unga. Samtidigt ska man inte glömma att det kan vara svårare för vuxna att ha insyn i vad som händer på sociala medier på det är en så stor plattform. (Kepsu & Martelin, 2020, s.17).

### **5.4 Motion**

Motion ger en bättre fysisk kondition samt formar kroppen vilket i sin tur leder till en förbättrad fysisk självbild och bättre självkänsla. Det har visat sig att unga som har ett aktivt idrottsintresse har en positivare självkänsla än de unga som saknar intresse. Men tyvärr kan också idrott gnaga på självkänslan, speciellt i grenar där orättvis behandling finns som i bollsport där skickligheten påverkar på hur mycket speltid man får. (Aaltonen, m.fl., 2007,

s. 220). Av de eleverna i åk 8–9 som svarade i enkäten Hälsa i skolan uppgav 20% att de motionerar minst 1 timme per dag. (THL, 2021e).

## 5.5 Fritidsaktivitetens påverkan

Fritiden ger unga möjligheten att ägna sig åt sina egna intressen och utvecklas inom de områdena. På samma gång får de röra på sig, umgås med vänner, lära sig samarbete, öva på att diskutera och fungera i grupp. Många unga betonar också värdet i att öva på att vara självständiga och att träna social växelverkan med andra som en positiv sak med fritidsaktiviteter. (Aaltonen m.fl., 2007, s 219, 205).

Fritidsaktiviteter kan vara organiserade eller oorganiserade, strukturerade eller icke-strukturerade beroende på vad målet med aktiviteten är. Ungdomar kan föredra vuxenledda aktiviteter som har specifika mål eller mera fria aktiviteter utan förväntningar och krav. (Ungdomsstyrelsen 2006: 4).

Fritidsaktiviteter utgör en viktig roll när det gäller stärkandet av identiteten, välbefinnandet och delaktighet. Man har också kunnat se att fritidsaktiviteter förebygger ensamhet och utslagning. (Undervisnings- och kulturministeriets publikationer 2020:3, s. 14).

Till människans natur hör det också till att man behöver få en känsla av samhörighet för att må bra. Det är särskilt viktigt för unga att höra till ett sammanhang där man upplever delaktighet. Ett sammanhang som man också upplever som meningsfull. (Jungerstam, Lindholm, Nyman-Kurkiala & Ström, 2007, 48–50). Delaktighet kan innebära flera olika saker, bland annat att känna samhörighet med andra eller att ha ett gemensamt ansvar för något. (Gustavsson, 2004 s 11). Det har också visat sig att fritidsaktiviteter har fått en större påverkan på fostran när de unga både lär sig av varandra och av ledaren. (Aaltonen m.fl., 2007, s 206).

För att unga ska må bra behöver de alltså en känsla av sammanhang, vilket vi nämnde i kapitel 3.2 när vi diskuterade begreppet KASAM. Detta kunde möjliggöras dels genom att det finns platser och lokaler där var unga kan umgås, eftersom delaktigheten och meningsfullheten är direkta komponenter ur teorin kring KASAM. Unga idag anser dock att det finns för få ungdomslokaler att vistas i idag. Enligt statistik från år 2021 anser 43,9% av flickorna, och 29,8% av pojkarna, i årskurs 8–9 i Österbotten, att det finns för få lokaler för

ungdomar i boendområdet. Detta är en total ökning på cirka 10% sedan år 2019 (THL, 2021f).

### 5.5.1 Ungdomslagen

Ett av de syften som finns beskrivet i ungdomslagen (1285/2016 §2) är att stödja de ungas fritidssysselsättningar och verksamhet i samhället. Lagens syfte är också att stöda de ungas utveckling, självständighet och gemenskapskänsla.

Det är kommunen som ansvarar för att ordna tjänster och lokaler för unga i kommunen så att ungdomsarbete och ungdomsverksamhet kan möjliggöras. Vid behov kan kommunen också samarbeta med andra myndigheter som erbjuder tjänster för de unga, så som församlingar, organisationer och andra aktörer som driver ungdomsarbete och ungdomsverksamhet. (Ungdomslag 1285/2016 §8).

Ungdomsarbete är en lagstadgad kommunal basservice som ska finnas till för att stödja de ungas utveckling, främja psykisk hälsa och förebygga användning av rusmedel. Ungdomsarbete kan också ses som en informations- och rådgivningskälla för de unga. (Undervisnings- och kulturministeriets publikationer 2020:3, s. 14)

Att alla ungdomar ska ha ett meningsfullt liv och ha möjlighet att vara delaktiga i samhället är de mål som RUNGPO, det riksomfattande program för ungdomsarbete och ungdomspolitik 2020–2023 har. Man vill också stärka delaktigheten och förebygga utslagning och detta görs bäst genom att säkerställa att varje ung individ har de förutsättningar för att kunna nå ett meningsfullt liv. (Undervisnings- och kulturministeriets publikationer 2020:3).

## 6 LFF idag och verksamhetsområden

LFF är förkortningen av Laestadianernas Fridsföreningars Förbund r.f som består av 9 registrerade frids- och bönhusföreningar i Svenskfinland. Laestadianismen är en väckelserörelse inom den Evangeliska Lutherska kyrkan där betoningen är i att följa Bibeln som Guds ord och lag. Guds treenighet, Fader, Son och Ande betonas i väckelserörelsen samt att alla människor är skapta unikt av Gud, födda i synd och behöver bli förlåtna genom Jesus Kristus som tog på sig all världens synder. (LFF, u.å.a) *“Förbundets syfte är att främja och utveckla kristen missions- och väckelseverksamhet i enighet med Bibeln,*

*missionsbefallningen och de lutherska bekännelseskriterierna*". (Citat: § 2 Förbundets syfte, LFF:s stadgar).

De nio registrerade frids- och bönehusföreningar är Bosund Bönehus, Näs bönehus och Risöhall bönehus i Larsmo, Flynängens bönehus och Punsar bönehus i Pedersöre, Närvilä Bönehus i Karleby, Skutnäs bönehus i Jakobstad, Vasa bönehus och Frebe bönehus i Helsingfors. Bönehusföreningarna är självständiga och gör själv beslut om sina angelägenheter. Därför utgör inte LFF någon riktig takorganisation. (LFF, u.å.b).

## **6.1 Ungdomsverksamhet**

LFF har sedan 6 år tillbaka bedrivit ungdomsarbetet som utgör en särskild sektor inom LFF:s familjearbete. Målsättningen med ungdomsarbetet är att arbeta för evangeliet om Jesus Kristus bland unga och unga vuxna. (Personlig kommunikation med LFF:s Familjearbetare, 25.11.21)

LFF har en anställd ungdomsarbetsledare som leder ungdomsarbetet inom hela föreningen. Ungdomsarbetsledaren kallar bland annat till möten för LFF:s skriftskola som bedrivs tillsammans med en ansvarig präst, familjearbetaren och till sommarlägren även en sommarteolog. Ungdomsarbetsledaren kallar även till möten när det gäller planering inför barnlägerverksamheten som bedrivs under somrarna, samt har hand om hjälpledarutbildningen. (Personlig kommunikation med LFF:s Familjearbetare, 25.11.21)

Ungdomsarbetsledaren utgör tillsammans med 2 ungdomar från varje bönehusförening det organ som kallas ungdomsrådet. Ungdomsrådet gör det möjligt för unga att bli hörda genom att de fungerar som en länk mellan LFF och ungdomarna. De för fram aktuella teman och idéer för ungdomssamlingar som hålls varje månad. Här är ungdomsarbetsledarens uppgift att vara ordförande samt handledare. (LFF, u.å.c)

Utöver de ungdomssamlingar som planeras av ungdomsrådet har nästan alla av bönehusen egen verksamhet för barn och unga. (LFF, u.å.d). LFF har också en egen podcast, GF-podden som riktar sig till unga vuxna samt en hemsida, ungitro.fi som upprätthålls av LFF och Svenska Lutherska Evangelieföreningen (SLEF) som strävar till att ge aktuell och lättläst kristen undervisning för unga. (LFF, u.å.e).

### 6.1.1 Unga nära Gud

Unga Nära Gud är kristen ungdomsverksamhet som erbjuds i Skutnäs Bönehus i Jakobstad. Där träffas ungdomar i åldrarna 13–15 år i bönehusets renoverade källarutrymme eller på annan plats vid behov. Tillsammans med äldre ledare skapas här en trygg plats dit ungdomarna får komma och umgås på fredagskvällar varje vecka, kl. 19-21. (LFF, u.å.f).

Verksamheten fick sin början år 2010, då vid namnet “tonårssamling” och träffarna ägde rum vid Missionsmagasinet som bedrivs av LFF. Under alla år har programmet under kvällarna varierat från idrottsaktiviteter, lovsång, pyssel, lekar och spel till kristen undervisning. Kvällarna avslutas alltid med en kort andakt eller bön samt kaffe och tilltugg. Utöver det vanliga programmet ordnas även i mån av möjlighet en vandringsresa på hösten, en slalomresa på vintern och en säsong avslutande hajk på våren. (LFF, u.å.f).

### 6.1.2 Ung nu Närvilä

Ungdomsverksamheten som ordnas i Närvilä bönehus består av ungdomssamlingar på fredagskvällar samt *after school* som hålls på onsdagseftermiddagar i vanliga fall. För tillfället är *after school* samlingarna på paus. Samlingarna är riktade till ungdomar i högstadie- och gymnasieåldern. Ungdomssamlingarna består av undervisning kring Gud och Jesus, sång, diskussioner, kaffeservering och lättsamt program som lek och spel. Bönehuset ska vara en trygg plats att komma till och en plats där man kan umgås med vänner samt hitta nya bekanta. (Närvilä, u.å.a).

After school är en lågtröskelverksamhet som hålls i bönehuset dit ungdomarna kan komma efter skolan för att umgås och träffa vänner. Det bjuds på mellanmål och möjlighet till att spela pingis, sällskapsspel eller bara ta det lugnt. (Närvilä, u.å.b).

### 6.1.3 Unga punsar

I Pedersöre samarbetar Källby och Punsar bönehusföreningar med att ordna ungdomssamlingar varannan fredag. Programmet under kvällarna varierar men återkommande programpunkter är andakt, sång, bön samt lekar och spel. Ibland ordnas även pizzakvällar, grillkvällar och årligen ordnas alltid en lilla-julmiddag för 15–18 åringar i nejden. Utöver det vanliga programmet kan de även ordna andra ungdomssamlingar,

exempelvis skolavslutningssamling. (Personlig kommunikation med ledare för verksamheten 11.03.2022).

## 6.2 Stödformer

LFF lyfter fram Bibelcitatet: ”Bär varandras bördor så uppfyller ni Kristi lag”. Detta citat blir som en grundpelare i familjearbetet, stödgrupper och krisgruppen, som är de stödformer som LFF erbjuder.

I 7 av de 9 bönehusen verkar en stödgrupp. Stödgrupperna består utav 8–9 personer från föreningarna som finns till för dem som har svårigheter och bekymmer och känner behov att samtala med någon. Ett återkommande tema inom stödgrupperna är ekonomisk hjälp, speciellt kring julen. LFF skickar ut inbjudan till företag om att medverka i insamlingen för julhjälpen. Via julhjälpen delar stödgrupperna ut presentkort till matbutiker och produktpaket till familjer som är i behov av ekonomiskt stöd. (Personlig kommunikation med LFF:s Familjearbetare, 25.11.2021)

I Punsar bönehus finns en krisgrupp som består av handplockade professionella medlemmar. Krisgruppen rycker ut vid mera akuta behov i jämförelse till stödgruppen som ger stöd i familjernas vardag. Krisgruppen stöder individer och familjer i krissituationer, exempelvis vid dödsfall. (Personlig kommunikation med LFF:s Familjearbetare, 25.11.2021).

LFF:s anställda familjearbetare finns till för samtal när livssituationen kräver det. Samtalen är själavårdande och bygger på kristna värdegrunder. Familjearbetaren kan också hjälpa personen vidare för annan nödvändig professionell hjälp om situationen kräver det. (LFF, u.å.g). Förutom samtalsstöd och själavård jobbar familjearbetaren med förebyggande arbete, som weekender och kurser för olika målgrupper. Utöver det har hon även ett eget radioprogram på LFF:s radiokanal där man hittar intervjuer och skolningar. (Personlig kommunikation med LFF:s Familjearbetare, 25.11.2021).

## 6.3 LFF media

LFF:s media utgör program och verksamhet via radio och internet samt tidningen Sions missionstidning. I radiokanalen som hörs i Jakobstad med omnejd sänds program varje vardag från morgon till kväll. Många av radioprogrammen sparas på LFF:s Soundcloud konto där man kan lyssna på programmen i efterhand samt andra program och podcasts. LFF

har också en egen Youtubekanal där det sänds sammankomster och ungdomssamlingar från något av bönehusen. (LFF, u.å.h).

Ungdomsverksamheten som ordnas av LFF har också ett eget Instagram konto och en Facebookgrupp där information om ungdomssamlingar och andra evenemang läggs upp. Några bönehus har också egna konton för att reklamera deras verksamhet. Ungdomsrådet framförde en adventskalender år 2020 och 2021 då andra evenemang inte var möjliga att ordna på grund av pandemin, som publicerades på Instagram och Facebook. Varje dag under adventstiden läste olika personer upp bibelord samt uppmanade följare till olika utmaningar. (Personlig kommunikation med ungdomsrådsmedlem, 25.11.21).

## **7 Sammanfattning av tidigare kapitel**

Vi valde att skriva om ungdomstiden samt lyfta fram teorin kring KASAM för att få en grund i vårt examensarbete. Detta gjorde att vi själva samt läsaren får en djupare förståelse i vad det är att vara ungdom i dag och vad som behövs för att ungdomen ska klara sig med sitt välmående i behåll genom denna tid av förändringar.

Vi skrev om hur ungdomstiden är en intensiv tid där förändringar sker på alla plan. Ibland är dessa plan inte tidsmässigt sammankopplade vilket kan leda till förvirring både från individen och för den som bemöter individen. Det är också i dag mer än någonsin tidigare vanligt att unga jämför sig med varandra under denna period, till stor del på grund av sociala medier. Unga utvecklas och kommer in i puberteten på olika tidpunkter vilket leder till att det är vanligt att de känner sig malplacerade och onormala i jämförelse till andra i samma ålder. (Hwang & Nilsson, 2011, s. 298).

Vi lyfte även fram vad som sker i utvecklingen av det kognitiva tänkandet hos ungdomen vilket till stor del handlar om att de får färdigheter i att tänka logiskt och mera lössläppt än tidigare. Dock är det vanligt att man under denna tid ännu har kvar det barnliga och egocentriska tänkandet vilket kan hindra en ungdom att förstå och bekräfta andra jämnårigas känslor. (Hwang & Nilsson, 2011, s. 307–310).

Vi såg också hur viktigt det är med kompisrelationer och hur detta kan hjälpa en i övergången från barn till tonåring när det gäller att bli mera fri från föräldrarna. Under denna tid blir även parförhållanden mer intressanta, speciellt om de jämnåriga kompisarna är i parförhållanden. (Hwang & Nilsson, 2011, s. 318–319).



Slutligen lyfte vi fram Erik Eriksons teori och att den socioemotionella utvecklingen är viktig för att ungdomen ska kunna skapa sig en egen identitet som för dem in i vuxenlivet, samt vad som händer ifall vi inte når det målet. Identiteten utvecklas och består av tre komponenter; det biologiska, psykologiska och det sociala. När man utvecklar sin självständiga identitet tar man i beaktande det man fått med sig från barndomen och skapar sedan omedveten eller medvetet något eget utgående från det. I detta sökande lyfte vi även upp hur viktigt samspelet till andra människor är för att lyckas. (Hwang & Nilsson, 2011, s. 311–312).

Vi beskrev även begreppet KASAM vilket kommer från den medicinska sociologen Aaron Antonovskys teoretiska modell salutogenes. Denna teori kom fram genom att Antonovsky ville ha en förklaring på varför en del människor klarar av motgångar bättre än andra. (Jakobsson, 2008, s. 53). Vi lyfte fram att känslan av sammanhang är nödvändig för ungas välmående och att de tre komponenterna; begriplighet, hanterbarhet och meningsfullhet, bildar en helhet som gör det lättare för ungdomen att klara av livets motgångar. (Antonovsky, 1991, ss. 39-45).

Vi såg på hur tidigare forskning hävdar att religion och tro, mera specifikt en inre religiositet, har en påverkan på vårt välmående. Alltså att en personlig, inre relation med Gud ökar människans välmående. Här påpekas starkt att tro inte lovar ett enkelt liv fri från ångest och oro, men att en tro på något större ger människan en grund att stå på även när livets prövningar kommer. (Cook, 2020).

Vi har även lyft fram hur unga mår i dag. Främst unga i Österbotten men också sett från ett bredare perspektiv såsom unga i de nordiska länderna och lite nuddat i hur det ser ut i världen. Detta för att få en uppfattning av hur de unga faktiskt mår och hur de upplever sitt välmående inom olika områdena. Vi har sett att unga i allmänhet är nöjda med sina liv, upplever god psykisk och fysisk hälsa, bra relation med andra människor samt är nöjda med sig själva och deras utseende.

Men vi såg också att det finns en sänkning i de ungas förnöjsamhet med livet i Österbotten och i hela landet när man jämför med resultat från studerandebaremtern för två år sedan. I Österbotten är sänkningen 5,2 procentenheter för flickor och 3,6 för pojkar. (THL, 2021a) och sänkningen kan bero på coronapandemin (Kepsu & Markelin, 2020, s.5). Många unga uppger också att de känner sig ensamma vilket har visat sig vara en stor riskfaktor för sänkning i såväl psykiskt välmående som i självkänslan (Lyyra, et al., 2021).

Vi tog upp olika faktorer som har påvisat påverka de ungas välmående såsom skolan, kompisar, motion, sociala medier och framför allt fritidsaktiviteter som vårt arbete kretsar kring. De här faktorerna kan både föra med sig bättre välmående och ge negativa effekter på måendet, som till exempel stress i skolan och mobbning på sociala medier. Vi lyfte även fram hur vetenskaplig forskning hävdar att religion och tro har en koppling till människans välmående och den psykiska hälsan.

Vi har sett att olika verksamheter och aktiviteter som unga deltar i på fritiden innefattar flera olika faktorer som visat föra med sig positiva effekter på måendet, mer än fritidsaktiviteten i sig. Dessa komponenter är att få vara med vänner, få känna delaktighet, samhörighet och att få känna sig mindre ensam. Vi lyfte fram det väsentliga ur ungdomslagen och såg på vilka skyldigheter en kommun har i ordnandet av ungdomsverksamheter. Vi såg även på hur en kommun vid behov kan samarbeta med olika aktörer, exempelvis församlingar för att möjliggöra detta.

Slutligen gav vi en grundläggande beskrivning av LFF som väckelserörelse, vad som betonas som syfte med den, samt nämnde de självständiga bönehusföreningarna vid namn. Därefter beskrev vi hur ungdomsverksamheten ser ut i dag och hur den styrs av en anställd ungdomsarbetare för LFF. Utöver en allmän beskrivning av ungdomsverksamheten gjorde vi en djupdykning i verksamheten som riktas till de unga i församlingen, med fokus på den verksamhet som är aktiv i fyra olika bönhus i dag. Slutligen beskrev vi vilka andra stödformer som finns inom LFF, vilka grundar sig på bibelordet: ”Bär varandras bördor så uppfyller ni Kristi lag” (Galaterbrevet 6:2) där bland finns exempelvis LFF:s familjearbete. Samt hur LFF i dag har utvecklats till att även sprida budskapet via media som radio, podcasts och andra sociala media kanaler.

## 8 Metod och tillvägagångssätt

I detta kapitel förklarar vi hur vi valt att gå till väga med undersökningen. Vi beskriver metodval, vårt tillvägagångssätt, val av respondenter, analysmetod, etik och sekretess samt tillförlitlighet och giltighet.

### 8.1 Val av metod

Vi valde att göra en kvalitativ forskningsundersökning för att kunna gå djupare med frågorna vad gäller ungdomsverksamhetens påverkan på de ungas välmående. En kvalitativ metod gav oss ett större spelrum att gå till botten med syftet med vårt examensarbete än vad en kvantitativ undersökning skulle ha tillåtit. För att på bästa sätt kunna få grepp om verksamhetens påverkan på de ungas välmående valde vi att göra personliga intervjuer. Detta gjorde att vi fick personliga upplevelser, värderingar och attityder vad gäller LFF:s ungdomsarbete vilket inte skulle ha gjort sig lika tydligt och klart i någon annan form av insamlingsmetod.

Vi formulerade frågor till de personliga intervjuerna. Syftet med frågorna i den första personliga intervjun var att kunna beskriva ungdomsverksamheten från ett ledarperspektiv. Syftet med den andra personliga intervjun var att undersöka hur verksamheten upplevs av de unga samt hur det påverkar deras välmående.

### 8.2 Urval

Den personliga intervjun riktade vi till en som under flera års tid har varit ansvarig ledare för ungdomsverksamheten samt en vanlig ledare i Skutnäs Bönehus. Detta gjorde att vi fick en bredare bild av verksamheten från en ledares perspektiv och dessutom kunde vi ställa frågor vad gäller verksamheten nu samt eventuella utvecklingsmöjligheter. Detta var alltså ett målstyrt urval av respondent eftersom vi själva valde att fråga just de två ledarna, som frivilligt ställde upp. Utöver detta intervjuade vi 3 ungdomar som deltar eller har deltagit i ungdomsverksamheten i Närvilä Bönehus i Karleby samt i Skutnäs bönehus i Jakobstad. Orsaken till att vi har intervjuat en person som inte längre deltar i verksamheten är för att vi ville att alla våra respondenter skulle vara sådana som har varit med en längre tid. Eftersom ungdomsverksamheten riktar sig till en specifik åldersgrupp är många av dagens deltagare nya för denna termin. På detta sätt försäkrar vi att respondenterna förmedlar en verklig och

heltäckande bild av verksamheten. De ungdomar som vi har intervjuat är sådana som frivilligt ställde upp vid förfrågan i en Whats App grupp.

### 8.3 Analysmetod

Som hjälp och botten för vår analys har vi valt att använda textanalysens helhetsanalys som Holme och Solvang (1997, 141–142) redogör. Vi anser att en helhetsanalys lämpar sig bra för vår kvalitativa studie eftersom den, som namnet också säger, ger en helhet i det insamlade materialet. Holme och Solvang (1997, 141–142) beskriver utförligt hur man kan gå tillväga när man ska analysera det insamlade materialet. Detta kan göras genom att dela upp analysen i tre olika faser; identifiera teman eller problemområden, formulera frågeställningar och analysera svaren systematiskt. Det här har hjälpt oss att strukturera upp vårt material.

Efter att noggrant ha gått igenom intervjuerna har vi kunnat kategorisera frågeställningarna och svaren i fyra olika underrubriker som vi redogör nedan i resultatredovisningen i kapitel 6. Kategorierna är *beskrivning av verksamheten från en ledares perspektiv, hur verksamheten upplevs av de unga, hur verksamheten påverkar ungas välmående och utvecklingsmöjligheter för LFF:s ungdomsverksamhet*. Frågeställningarna är baserade på återkommande teman under intervjuerna samt återkopplas till vårt syfte med hela undersökningen.

Vi har sedan analyserat materialet och skalat av det som inte varit relevant för vår undersökning, eftersom intervjusituationer också gett upphov till sådant som inte hört direkt till vår undersökning. Genom att markera intervjusvaren med olika färger har vi kunnat kategorisera svaren i våra fyra olika frågeställningar, för att enklare kunna börja analysera samt få bättre koll på vad som besvarar vad.

### 8.4 Etik och sekretess

I undersökningen var vi noggranna med att beakta etiken och sekretessen genom att inte nämna några namn på respondenterna. Vi nämnde också för intervjupersonerna innan intervjun att de är anonyma i undersökningen och att de andra ungdomarna inte får veta vem som har deltagit. Vi har också valt att skala av personlig information som inte varit relevant för undersökningen samt för att inte avslöja något personligt. Efter att vi använt intervjumaterialet och sammanställt resultatredovisningen har vi raderat de inspelade och skriftliga materialen. LFF har också godkänt att vi gjort undersökningen och är tacksamma för att vi systematiskt lyft upp verksamheten samt för eventuella utvecklingsmöjligheter.

## 8.5 Tillförlitlighet och giltighet

Vi har velat ta i beaktande olika faktorer som kan påverka undersökningens resultat. Risken med intervjusituationer är att forskaren kan skapa en egen uppfattning om situationen och göra egna tolkningar vilket kan påverka resultatet. (Holme, Solvang 1997, 94). Vi tog det i beaktande och försökte vara så objektiva som möjligt. Vi försökte också vara intresserade lyssnare genom att ta fasta på relevant och användbar information. Att vi var två personer som intervjuade ser vi som en styrka eftersom det gjorde att situationen kunde ses från två olika synpunkter, för att hindra att en skulle ha uppfattat situationen fel. Vi kan också jämföra våra separata analyser med varandra för att få en mer tillförlitlig tolkning på det insamlade materialet.

Vi är medvetna om att respondenterna kan bete sig på ett annorlunda sätt i en intervjusituation än vad de annars gör. De kan också svara på ett sätt som de tror att vi vill eller anpassa svaret till vilket resultat vi vill komma fram till med forskningen i stället för att säga deras ärliga åsikt. Före intervjun berättade vi att vi vill ha deras egna, ärliga svar och åsikter. (Holme, Solvang 1997, 105). Risken finns också att respondenterna känner sig skyldiga till att lyfta upp verksamheten och bara ta fasta på det goda, men vi har försökt vara tydliga med att de ska svara ärligt fastän det innebär konstruktiv kritik. Det finns inga rätt och fel svar utan deras egna åsikter och upplevelser är det viktiga.

## 9 Resultatredovisning

I det här kapitlet kommer vi presentera resultat av vår kvalitativa undersökning. Vi har valt att kategorisera frågeställningarna och svaren i fyra underrubriker för att få struktur och tydlighet bland svaren.

### 9.1 Beskrivning av verksamheten från en ledares perspektiv

*“Min främsta uppgift, sku jag nog säga, är att va´ me ungdomarna och som att jaa, bli deras kompis”...”Och att försök få dem att känn sig trygg me en så att de kan prat med en om det är nåt de funderar på.”*

En av respondenterna som tar del av verksamheten genom en ledarroll anser att det viktigaste hen kan göra är att finnas där för ungdomarna och se till att alla har det bra. En annan beskriver att hen vill vara den vuxna personen som hon själv hade behövt i den åldern. Båda lyfter fram att verksamhetens viktigaste syfte är att ungdomarna har en trygg plats att komma till.

Verksamheten beskrivs av intervjupersonerna, som vi tidigare nämnt i teoridelen, som en ungdomsverksamhet som är till för tonåringar i åldrarna mellan 13 och 15 år som hålls i föreningens bönehus varje fredagskväll. Antal tonåringar som kommit till samlingarna har varierat med åren men för tillfället brukar ungefär 20 till 25 tonåringar samlas. Förut har samlingarna i Skutnäs bönehus hållits varannan fredagskväll men respondenten lyfter fram att kontinuiteten är viktig för ungdomarna. Kvällarna börjar med program i någon form, det kan handla om en aktivitet eller andakt som ledarna för kvällen drar eller någon inbjuden gäst. Efter programmet är det ”fika” som de brukar kalla det, som innefattar kaffe och något gott. Resten av kvällen består av fri samvaro och ofta blir det spel och lek.

En av respondenterna poängterar vikten av att gå och sätta sig tillsammans med tonåringarna efter det officiella programmet är slut. Det är också viktigt att inkludera alla och se till att ingen lämnar ensam. Om man ger de unga möjligheten att lära känna en är det större chans att de också närmar sig när de mår dåligt eller har problem.

Den största skillnaden mellan verksamheten som ordnas i Närvilä bönehus i Karleby och verksamheten som ordnas i Skutnäs bönehus i Jakobstad är att Närviläs församling har en

deltidsanställd ungdomsledare som ordnar kvällarna medan i Skutnäs församling är det frivilliga, unga vuxna som drar kvällarna.

De frivilliga ledare utgör fyra team med ca 4 ledare som då turvis ordnar och deltar i samlingarna. På så sätt blir det ungefär en kväll i månaden för varje ledare, vilket inte blir för ofta och stor börda som en av respondenterna uttryckte. Däremot lyfter en annan respondent fram att hela arbetet kring strukturering, planering, hitta frivilliga ledare och att samarbeta mellan församlingens styrelse kräver mycket arbete vilket ofta känts tufft.

*”Trots mycket arbetet känner man sig motiverad att fortsätta eftersom det ger en mycket och man ser också hur mycket det betyder för tonåringarna att de får vara där.”*

Hur lätt det har varit att hitta frivilliga ledare har varierat med åren. Många ledare har tidigare deltagit i verksamheten som tonåring och på så sätt fortsatt i verksamheten senare som ledare. Andra personer har fått information om att verksamheten behöver fler ledare via sociala medier och församlingens andra samlingar och då kunnat anmäla sitt intresse. Det händer sig också att ledare tar direkt kontakt med personer för att fråga om de kan tänka sig att ställa upp som ledare. En respondent nämnde att man ser ett tydligt samband mellan engagerade och aktiva ledare och mängden tonåringar som kommer till verksamheten. Därför är det viktigt att hitta passande ledare som brinner för ungdomsarbetet.

## **9.2 Hur verksamheten upplevs av de unga**

Här lyfter vi fram hur verksamheten upplevs av de unga. Om de uppskattar verksamheten, vad som är bra med den och vad den ger.

*“Jag älskar UNG och hoppas att de alltid får finnas i framtiden å”*

*“Det är ett ställe där ledare säger hej åt en, man får lyssna till Guds ord och delta i intressant program”.*

Bland de unga som deltog i undersökningen var alla positiva till verksamheten och upplever att den är bra. De flesta poängterade att det bästa med verksamheten är att få umgås tillsammans med vänner och att ha någonstans att vara. Att spela sällskapsspel, pingis och biljard eller att bara sitta och umgås uppskattas. Att få träffa och lära känna andra personer, som man vanligtvis inte brukar umgås med, lyftes också upp. Att verksamheten ordnas varje fredagskväll, samma tid och på samma plats, uppskattas.

*“När det är fredag vet jag vad jag redan vad jag ska göra på kvällen och behöver inte planera desto mera vad jag ska hitta på”.*

*“Det är något att se framemot varje helg”.*

En respondent nämnde att hen var ganska ensam och inte hade så många vänner, speciellt inte kristna vänner, verksamheten fick personen att känna sig mindre ensam. Respondenten upplever att hen blir sedd och att någon bryr sig och därför tycker hen att verksamheten är viktig. En annan respondent lyfter upp att verksamheten känns vettig och meningsfull.

I den teoretiska ramen (se ovan s. 19) poängterar vi enligt Jungerstam, et.al. (2007, 48–50) att det har visat sig vara särskilt viktigt för unga att höra till ett meningsfullt sammanhang där man upplever delaktighet. Vi kan se att verksamheten ger detta till ungdomarna.

En ledare som blev intervjuad berättade att de strävar till att alltid ordna samlingarna och de försökte det även under coronapandemin när restriktionerna var som mest stränga. Samlingarna ordnades då ofta utomhus. Efter en kväll blev ledarna tackade av ungdomarna för allt de gör och för att de fortsättningsvis försöker ordna samlingar så gott det går. Respondenten nämnde att det var fint att få ett kvitto på att samlingarna verkligen uppskattas av de unga och det får en att vilja fortsätta vara ledare.

### **9.3 Hur verksamheten påverkar ungas välmående**

Här kommer vi lyfta fram hur tonåringarna tycker att verksamheten påverkar deras välmående. Vi förklarade innan intervjun vad som innebär med välmående så att det inte skulle uppstå förvirring; att man mår bra, känner sig bra eller är lycklig.

Alla tonåringar lyfte fram att verksamheten påverkar deras välmående positivt. De blir glada av verksamheten och när de får vara med vänner. Detta är i enlighet med vad som tenderar höja på KASAM. (Antonovsky, 1991). Känslan av sammanhang, som de kan anses få genom verksamheten, kan bidra till ett ökat välbefinnande samt bättre stresshantering och bemötande av livets motgångar.

*“jag blir glad av att vara med på UNG kvällarna.”*

*“jo, när man får vara med vänner.” som svar på frågan om verksamheten påverkar välmående positivt.*



*“man får det sociala, kompisar...”*

En respondent påpekade också att hen kände sig mindre ensam. I vår teoridel (3.2) presenterade vi undersökningsresultat vilket visade på en ökning i ensamhet bland unga i Österbotten. Hela 19 % av finländska unga kände sig ensamma. I samma studie såg man en korrelation mellan ensamhet och låg självkänsla. (Lyyra, et al., 2021). Respondentens svar på hur UNG verksamheten påverkar välmående visar på att liknande verksamhet för unga kan både stärka självkänslan och förebygga eller motverka ensamhet.

*... “alltså man utvecklas i se själv också. Blir mer bekväm och vet att jag e nan som har betydelse och kan göra nating för ader också. Så sålejs byri man ju må bra själv. Man er int lika ejsmend.”*

Bland tonåringarna poängterade en att ledarna är viktiga.

*“man kan lita på dem för att de är vuxna, då man kan tala med dem om det är nåt man funderar på. Man kan få stöd i det och någon som ber för en.”*

#### **9.4 Andra faktorer som påverkar ungas välmående**

Trots att vårt arbete fokuserar på ungdomsverksamheten och dess påverkan på ungdomar valde vi i intervjusituationen att också fråga vilka andra faktorer som påverkar välmående. Detta för att få ett mera djup i undersökningen och för att skapa en överblick av deras uppfattning om deras välmående. Det är också en intressant fråga som också berör vårt arbete i viss mån.

Alla intervjupersonerna tycker att skolan, familjen och kompisar påverkar deras välmående. En respondent nämnde att personer runt omkring en får en att må bra och kan hjälpa en när det är tufft, men att personer också kan ge en negativ effekt på måendet. En uttryckte att livet i allmänhet påverkar måendet med alla motgångar och nedgångar.

Att prova på nya saker och att röra på sig är faktorer som påverkar på måendet enligt respondenterna. Också sömn, mat och sport lyfts upp.

## 9.5 Utvecklingsmöjligheter för LFF:s ungdomsverksamhet

Här kommer vi redovisa för vad de unga samt ledarna tyckte angående utvecklingsmöjligheter för LFF:s ungdomsverksamhet.

De flesta av våra unga respondenter tyckte inte att det fanns något som de skulle vilja ändra på. En uttryckte dock att det skulle vara viktigt att det alltid finns ledare som verkligen ser till att alla är med. Hen poängterar att om man inte gör det är risken stor att de unga kommer dit med sina gäng och inte umgås med andra. Respondenten har själv varit aktiv för en tid tillbaka och minns kvällarna som en möjlighet till nya bekantskaper. I dag upplever hen att det kan vara svårare att göra det eftersom de unga umgås i grupper. Respondenten anser att det är viktigt att man ser alla, hälsar på alla och att man samlar alla för att ha någon aktivitet, men poängterade ändå att:

*“Nog ska det vara fritt att komma och fara som man vill”*

Ledar-responenterna påpekade båda två att det skulle finnas arbete för en anställd.

*“En anställd som skulle koordinera all ungdomsverksamhet inom JFF [Jakobstads fridsförening]. Både UNG och Lighthouse .”*

Eftersom det inom Jakobstads fridsförening inte finns en anställd specifikt för att leda UNG verksamheten blir bördan tung på den som är frivillig ansvarig ledare. Den frivilliga ansvariga ledaren för UNG ska ordna planeringsmöten varje termin, vara en aktiv ledare, se till att det finns ledare varje fredag, se till så att allting rullar. Dessutom ska personen kontakta eventuella talare, hålla kontakten till styrelsen och andra i föreningen samt ordna så att de unga exempelvis kommer med och delar ut blommor, har barnpassning eller sjunger på evenemang. De senaste åren har den ansvariga ledaren fått hjälp med att koordinera verksamheten, ordna ledarträffar och ta beslut av de övriga frivilliga ledarna. Exempelvis finns det idag en som har ansvar för sociala medier och övriga ledare kan ta mera ansvar vid behov.

*“Det blir ibland för mycket att tänka på när man har vanligt jobb eller studier... Så är det ett tungt ansvar när man är frivillig.”*

Respondenterna anser att en deltidsanställd skulle kunna fungera som en länk mellan styrelsen och UNG ledarna. Den ena respondenten tänker att det ändå kunde finnas en

frivillig ansvarig ledare men att arbetsbördan på den personen kunde minskas om en skulle koordinera hela verksamheten och göra det mesta administrativa arbetet.

Ena respondenten skulle gärna se en “efter-skolverksamhet” för flickor och pojkar skilt. På detta sätt kunde man få djupare samtal med de unga som inte alltid lyckas på fredagskvällarna.

Det har varit på tal om att dela in UNG i två åldersgrupper eftersom det ibland kan kännas som ett stort hopp mellan en som just fyllt 13 år och en som snart fyller 16. Respondenten tycker att detta kunde vara en bra idé eftersom de unga kan vara så olika, men säger ändå att:

*“... Men grupperna varierar väldigt myki från år till år... gruppdynamiken ändras och därför... Behovet finns just nu men kanske int om två år. UNG är ständigt levande, he ändrar hela tiden. De behövs flexibilitet i verksamheten.”*

## **9.6 Sammanfattning av resultatredovisningen**

Om vi återgår till vårt syfte med detta arbete; att beskriva LFF:s ungdomsverksamhet och undersöka hur den upplevs av de unga, ser vi att vi genom undersökningen fått besvarat vårt syfte och frågeställningar. Vi har fått en beskrivning av ungdomsverksamheten ur ledarperspektiv samt fått svar på vad ungdomarna tycker är bra med verksamheten som ordnas. Vi har också fått svar på hur verksamheten ser ut i praktiken och hur en vanlig kväll kan se ut. Vi ser också i resultatet att verksamheten uppskattas av de unga som deltog i undersökningen samt fått svar på vad som kunde utvecklas i verksamheten.

Att ungdomsverksamheten ska vara en trygg plats att komma till, att få umgås med vänner och ha en bra kväll är det gemensamma som både ledarna och de unga respondenterna svarade. Ledarna är viktiga för ungdomsverksamheten och det har visat sig att fler unga kommer till verksamheten då det finns många aktiva ledare. Ledarna finns till för att dra kvällarna, ordna program och umgås med de unga men också till för att de unga ska kunna vända sig till och prata om det behövs.

Som svar på vår forskningsfråga så upplevs ungdomsverksamheten som bra för de unga. Någon anser att verksamheten känns meningsfull och ger dem något vettigt att göra på en fredagskväll. Annat som lyfts upp som är bra med verksamheten är att ha en plats att komma till, att få umgås med vänner och ha roligt.

Det som kunde utvecklas enligt våra respondenter är att få en anställd ungdomsledare till Skutnäs bönhusförening som skulle ha hand om koordineringen och ha huvudansvaret för ungdomsverksamheten eftersom det är mycket arbete som faller på de frivilliga. Andra utvecklingsmöjligheter som en av de unga respondenterna lyfte upp var att ledarna skulle vara uppmärksamma med att se att alla är med, för att undvika att de unga umgås i grupper och någon lämnas utanför. Det kom även fram att i framtiden eventuellt starta upp en after-school verksamhet en vardag i veckan i Skutnäs bönehus, där flickor och pojkar skulle samlas med ledare skilt för att öppna upp för djupare samtal. Till slut förde vi en diskussion vare sig det skulle löna sig att starta upp två skilda åldersgrupper men respondenten ansåg ändå att det är svårt att förutspå gruppens dynamik och storlek.

Om vi ännu återgår till vår teoridel så ser vi att de komponenter som de unga lyfter upp som är bra med ungdomsverksamheten är sådana faktorer som bidrar till bättre välmående enligt teorin. Så som kompisar, att ta del av ett sammanhang, delta i någon meningsfull aktivitet och känna sig mindre ensam. Därför kan vi också genom teorin dra slutsatsen att verksamheten påverkar på de ungas välmående, som också de unga själva upplever.

## **10 Kritisk granskning och slutdiskussion**

I detta kapitel analyserar vi undersökningens resultat och kopplar det till den teoretiska bakgrunden samt vårt syfte med examensarbetet. Avslutningsvis granskar vi vårt arbete i sin helhet och ger utvecklingsförslag.

### **10.1 Kritisk granskning**

I efterhand ser vi att det eventuellt skulle ha varit bra att öka antalet unga respondenter för att få bredare svar. När man gör en kvalitativ undersökning och intervjuar kan svaren lätt bli kortfattade och därmed får man inte så mycket material att analysera. Vi är heller inte vana intervjuare och i en del situationer kom vi inte på relevanta följdfrågor. Men vi tycker ändå att de svar vi har fått in har gett en heltäckande överblick i hur verksamheten upplevs av de unga.

Majoriteten av våra respondenter var från ungdomsverksamheten inom Skutnäs Bönehus i Jakobstad och därför blev också resultatet präglad av det, speciellt i frågan om

utvecklingsmöjligheter. Om vi skulle ha ökat antalet respondenter samt spridningen av dem kunde vi ha fått en bredare spridning också i resultatet. Vi ser dock att det var bra att utvecklingsmöjligheterna för Skutnäs Bönehus tydligt fick komma fram eftersom flera av våra respondenter tyckte att det var viktigt, och detta fungerar redan i Närvilä.

På samma sätt ser vi även nu i efterhand att det skulle ha varit bra att ha en större utsträckning av de båda könen så att vi skulle ha kunnat analysera ifall det fanns skillnader gällande hur pojkar och flickor upplever verksamheten, eftersom vi i teoridelen lyfte upp skillnader i välmående. Vi hade en viss spridning, men eftersom vi endast intervjuade 3 unga så blev spridningen och eventuella skillnader inte tydliga och därför kunde vi inte heller analysera dem.

Men vi anser ändå att vi fått en verklig bild av verksamheten och att vi fått svar på frågeställningarna. Det har också varit mycket intressant att skriva detta examensarbete och få en djupare bild av verksamheten. Dessutom har det varit givande att få träffa alla respondenter och få höra deras personliga upplevelse av verksamheten.

## 10.2 Slutdiskussion

Syftet med vårt examensarbete var att *beskriva LFF:s ungdomsverksamhet samt hur den upplevs av de unga*. Vi har kunnat se att resultatet av vår undersökning stöder teorin vi behandlat angående ungas välmående i dag, vad som påverkar deras välmående och vad som är viktigt i ungdomarnas liv. Vi kan se att ungdomsverksamheten upplevs som positiv för ungdomarna och att den ger dem välbefinnande särskilt i form av social gemenskap och meningsfullhet.

I teoridelen (kap 2) ville vi beskriva LFF som verksamhet i sin helhet och inte bara ungdomsverksamheten, detta för att läsaren ska få en förståelse vad LFF är innan vi fördjupar oss i ungdomsverksamheten. I resultatredovisningen fick vi mera material om ungdomsverksamheten och hur den ser ut i praktiken som då har kunnat komplettera teorin.

Eftersom LFF är en religiös organisation ville vi också se vad religioner och speciellt kristendomen medför till individens välmående och vi kom fram till att den är viktig för den psykiska hälsan. I enlighet med Cook (2020) kan vi konstatera att religion överlag och tro har en påverkan på vårt välmående. Vi tänker att LFF:s verksamhet med sitt avstamp i kristendomen därför också har en direkt påverkan på välmående hos de unga som deltar i

verksamheten. Eftersom kvällarna ofta inleds eller avslutas med bön, en andakt och lovsång finns de komponenter som bidrar till ett ökat välmående och en djupare personlig tro.

Kanske det också är en av orsakerna till att den här verksamheten upplevs meningsfull och viktig för ungdomarna? Kanske man också borde börja dra nytta av religionen även i andra sammanhang och verksamheter. När tron ligger som centrum för verksamheten och binder samman gruppen får de unga också ta del av det fina budskapet; om att de är värdefulla, älskade och aldrig ensamma vilket i sig bidrar till välmående. Hwang och Nilsson (2011, s. 318) menar även att tonåringar drar sig till vänner med likvärdiga värderingar och de anser att lojalitet, ärlighet och intimitet är avgörande för vänskap.

För att vi ska kunna dra slutsatsen att LFF:s ungdomsverksamhet ger bra välbefinnande för de unga krävs ytterligare undersökning, dessutom var det inte heller vårt egentliga syfte med undersökning. Men vi kan konstatera att verksamheten ger de unga sådana faktorer som vi enligt teorin kan se bidra till välmående. Och det faktum att respondenterna svarade att verksamheten får dem att må bra ska vi också belysa.

Av egen erfarenhet kan vi säga att tron i sig själv inte är en garanti på att vi kommer må bra, att vi kommer klara oss utan ångest och ensamhet. Men alla komponenter i tron, att man har något att falla tillbaka på – en grundpelare och en trygghet mitt i livets kaos – bidrar till att vi klarar av att hantera dessa motgångar bättre.

För att kunna föra en slutdiskussion av hela examensarbetet blickar vi även bakåt till den tidigare forskningen. Tyvärr ser vi att det har skett en sänkning i de ungas välmående de senaste två åren, som kan eventuellt vara en följd av coronapandemin enligt Kepsu & Markelin (2020, s.5). Det allra viktigaste för ungas välmående och utveckling; gemenskapen med andra jämnåriga, som vi har kunnat se i teoridelen, begränsades på grund av restriktionerna som varade. Folket uppmuntrades att begränsa sina sociala kontakter till endast några få personer och i något skede av pandemitiden endast till familjen. Skolor stängdes och fritidsaktiviteter pausades.

När vi nu har sett hur pass avgörande dessa komponenter är för den ungas utveckling och välmående börjar man tyvärr inse hur utsatta ungdomarna faktiskt var under coronapandemin och de dåvarande restriktionerna. Tack och lov är läget nu bättre, men hur mycket har de här två åren av pandemin verkligen påverkat ungdomarna och hur ska vi kunna bygga upp det som rasade?

Med detta examensarbete har vi gång på gång tagit fasta på hur viktigt det är för ungas välmående att de kan känna delaktighet med andra samt känna meningsfullhet i livet. Vi tänker att detta till stor del görs möjligt genom att vi ordnar samlingslokaler där unga får samlas. Enligt vår studie bidrar LFF:s ungdomsverksamhet till ökat välmående hos de unga som deltar, och under våra intervjuer kom det fram att möjligheten till att kunna samlas där varje fredag kändes tryggt.

Som vi tidigare nämnt i kapitel 9, står det i ungdomslagen (1285/2016) att kommunen ska ansvara för lokaler och ordnandet av verksamhet, men att de även kan samarbeta med andra aktörer för att möjliggöra detta. Vi kan konstatera att LFF kompletterar kommunens skyldighet genom ungdomsverksamheten som ordnas där. Men vi vet också att LFF inte kan eller ska stå för hela kakan. Dessutom vill inte alla ungdomar delta i ungdomsverksamhet med religiöst ursprung även om alla är välkomna dit, därför skulle det vara viktigt att även andra lokaler skulle öppna upp för ungdomar.

Enligt THL (2021f) visar statistik från år 2021 att bristen på ungdomslokaler ökar. 43,9% av flickorna och 29,8% av pojkarna, i årskurs 8–9 i Österbotten, anser att det finns för få lokaler för ungdomar i boendeområdet. Vi har just tagit del av tråkiga nyheter att Level 2, vilket var en mötesplats för ungdomar mitt i Jakobstads centrum, har fått stänga ner efter många om och men på grund av att de inte fick de ekonomiska bidrag de skulle ha behövt. En av grundarna för ungdomslokalen påpekar hur synd det är för ungdomarna som spenderade sina kvällar där som nu kanske inte kommer ha någon plats att umgås på. Även föräldrar har visat sin frustration över beslutet som stängde ner lokalen. (Österbottens tidning, 2022)

Grundaren till lokalen påpekar att verksamheten var eftertraktad och att de gjorde så gott de kunde för att hålla den vid liv. Det poängteras även att trots att denna öppning och den snabbt återföljande stängning bidrog till ungdomars förlorade hopp, hoppas man att det ska vara ögonöppnande för andra att fortsätta kämpa för de unga och kanske fortsätta där de slutade. (Österbottens tidning, 2022)

På samma sätt har flera ungdomslokaler varit stängda under coronapandemin, en av dem är Kom in som är ett aktivitetshus för ungdomar i Jakobstad. Kom in har dock planer på att öppna upp snart igen, efter att de är klara med flytten av verksamheten till en annan lokal, vilket är glädjande. En faktor som är samma i de flesta ungdomslokaler är att de ansvariga på plats ofta är frivilliga, vilket ofta leder till motivationsbrist och därav ledarbrist. Är det inte värt att offra lite av stadens ekonomi ifall det kan rädda våra ungdomar? Ifall redan en huvudansvarig skulle få en viss lön skulle det bidra till att ordningen uppifrån är motiverad

och under kontroll och därmed skulle det också vara lättare för övriga ledare att hänga på. På samma sätt som det önskas i ungdomsverksamheten i Skutnäs.

För är det inte nu om någonsin som vi alla behöver kämpa tillsammans för de unga. Denna coronapandemi har präglat oss alla, en del mer och en del mindre, men barnen och de unga är i ständig utveckling och är i stort behov av den omgivning som plötsligt rycktes ifrån den. Därför är det så enormt viktigt att vi nu skulle stötta varandra i att bygga upp deras omgivning på nytt. Öppna lokaler och hjälpas åt så att de får hållas öppna. Fundera på hur man ordnar verksamheten så att det finns vuxna på plats, och hur man motiverar ledare så att inte verksamheter fallerar på grund av att vi inte orkar? Vem ska orka om inte vi? Vi måste ge barnen och de unga ett hopp om framtiden och tända den livsglädje som pandemin släckt.

På samma sätt som detta examensarbete visar på att LFF:s ungdomsverksamhet bidrar till ökat välmående hos deltagarna kan och bör även andra ungdomsverksamheter göra det. Vårt hopp är att vi med detta examensarbete kan ha tänt en eld inom någon som får brinna vidare och vidare tills det når flera personer. För även om det klingar klyschigt är det sant som det sägs: ”Ingen kan göra allt, men alla kan göra något” och ungdomsverksamhet är och förblir en meningsfull grundpelare i den brokiga ungdomstiden.



## Källförteckning

- Aaltonen M., Ojanen T., Vihunen R. & Vilén M. 2007. *Ungdomstiden*. Vammala. Utbildningsstyrlesen.
- Allport, G. W., & Ross, M. J. (1967). *Personal religious orientation and prejudice*. Journal of Personality and Social Psychology, Vol. 5, No. 4, 432-443, 12.
- Antonovsky, A. (1991). *Hälsans mysterium*. Köping: Bokförlaget Natur och Kultur.
- Cook, C. C. (2020). *Mental health in the Kingdom of God*. Theology, 123(3) 163–171, 9.
- Ejlertsson, Göran. (2003). *Statistik för hälsovetenskaperna*. Studentlitteratur
- Erling, A., & Hwang, P. (2001). *Ungdomspsykologi*. Stockholm: Natur och kultur.
- Folkhälsomyndigheten. (2019) *Pojkar mår bättre än flickor i tonåren*. [Online] <https://www.folkhalsomyndigheten.se/nyheter-och-press/nyhetsarkiv/2019/mars/pojkar-mar-battre-an-flickor-i-tonaren/> [Hämtad 22.03.22]
- Gustavsson A. (2004). *Delaktighetens språk*. Lund. Studentlitteratur.
- Helakorpi, S., & Kivimäki, H. (2021). *Välbefinnande bland barn och unga*. Finland. THL.
- Holme, Idar Magne, & Solvang, Bernt Krohn. 1997. *Forskningsmetodik: om kvalitativa och kvantitativa metoder*
- Hwang, P., & Nilsson, B. (2011). *Utvecklingspsykologi*. Stockholm: Natur och Kultur.
- Jakobsson, U. (2008). KASAM-instrumentets utveckling och psychometriska egenskaper — en översikt. *Vård i Norden*, 28(1), 53–55. <https://doi.org/10.1177/010740830802800114>
- Jungerstam, G., Nyman-Kurkiala, P., Ström, K., & Lindholm, L. (den 1 12 2007). Den unga människans rätt till sammanhang och delaktighet. *Vård i Norden*, ss. 48-51.
- Kepsu, Kaisa., Markelin, Lia. (2020) *Den svenskspråkiga barometern 2020* Magma. [Online] [https://magma.fi/wp-content/uploads/2020/11/magma-ungdomsbarometer-layout-DIGI-krut\\_23nov.pdf](https://magma.fi/wp-content/uploads/2020/11/magma-ungdomsbarometer-layout-DIGI-krut_23nov.pdf) [Hämtad 29.11.2021]
- LFF. (u.å.a). *Vår tro*. [Online] <https://www.lff.fi/var-tro/> [Hämtad 23.11.21].
- LFF. (u.å.b). *Organisation*. [Online] <https://www.lff.fi/organisation/> [Hämtad 22.11.21].
- LFF. (u.å.c). *Ungdomsrådet*. [Online] <https://www.lff.fi/ungdomsradet/> [Hämtad 23.11.21]

- LFF. (u.å.d). *Ungdomssamlingar*. [Online] <https://www.lff.fi/ungdomar-och-unga-vuxna/ungdomssamlingar/> [Hämtad 23.11.21]
- LFF. (u.å.e). *Kristen undervisning*. [Online] <https://www.lff.fi/ungdomar-och-unga-vuxna/kristen-undervisning/> [Hämtad 25.11].
- LFF. (u.å.f). *Skutnäs bönehus*. [Online] <https://www.lff.fi/bonehusen/skutnas-bonehus/skutnas-verksamhet/> [Hämtad 25.11.21]
- LFF. (u.å.g). *Samtal och själavård*. [Online] <https://www.lff.fi/stod-i-livet/samtal-och-sjalavard/> [Hämtad 24.11.21]
- LFF. (u.å.h). *LFF-media*. [Online] <https://www.lff.fi/lff-media/> [Hämtad 23.11.2021].
- Lyyra, N., Thorsteinsson, E. B., Eriksson, C., Madsen, K. R., Tolvanen, A., Löfstedt, P. & Välimaa, R. (2021). The Association between Loneliness, Mental Well-Being, and Self-Esteem among Adolescents in Four Nordic Countries. *International journal of environmental research and public health*, 18(14), 7405.  
<https://doi.org/10.3390/ijerph18147405>
- Närvilä. (u.å.a). *För ungdomar* [Online] [http://www.narvila.fi/sv\\_SE/verksamhet/ungdomsverksamhet/](http://www.narvila.fi/sv_SE/verksamhet/ungdomsverksamhet/) [Hämtad 25.11.21]
- Närvilä. (u.å.b). *After school* [Online] [http://www.narvila.fi/sv\\_SE/verksamhet/after-school/](http://www.narvila.fi/sv_SE/verksamhet/after-school/) [Hämtad 25.11]
- Olsson, B.-I., & Olsson, K. (2007). *Utveckling, livsvillkor och socialisation*. Stockholm: Liber.
- THL. (2021a). *Enkäten Hälsa i skolan* [Online] [https://sampo.thl.fi/pivot/prod/sv/ktk/ktk1/summary\\_perustulokset?alue\\_0=601294&mittarit\\_0=200138&mittarit\\_1=200101&mittarit\\_2=199930&vuosi\\_0=v2019&kouluaste\\_0=161293#](https://sampo.thl.fi/pivot/prod/sv/ktk/ktk1/summary_perustulokset?alue_0=601294&mittarit_0=200138&mittarit_1=200101&mittarit_2=199930&vuosi_0=v2019&kouluaste_0=161293#) [Hämtad 25.11.21]
- THL. (2021b). *Enkäten Hälsa i skolan*. [Online] [https://sampo.thl.fi/pivot/prod/sv/ktk/ktk1/summary\\_perustulokset?alue\\_0=601294&mittarit\\_0=200138&mittarit\\_1=199281&mittarit\\_2=199700&vuosi\\_0=v2019&kouluaste\\_0=161293#](https://sampo.thl.fi/pivot/prod/sv/ktk/ktk1/summary_perustulokset?alue_0=601294&mittarit_0=200138&mittarit_1=199281&mittarit_2=199700&vuosi_0=v2019&kouluaste_0=161293#) [Hämtad 25.11.21]
- THL. (2021c). *Enkäten Hälsa i skolan* [Online] [https://sampo.thl.fi/pivot/prod/sv/ktk/ktk1/summary\\_perustulokset?alue\\_0=601294&mittarit\\_0=200138&mittarit\\_1=199281&mittarit\\_2=199700&vuosi\\_0=v2019&kouluaste\\_0=161293#](https://sampo.thl.fi/pivot/prod/sv/ktk/ktk1/summary_perustulokset?alue_0=601294&mittarit_0=200138&mittarit_1=199281&mittarit_2=199700&vuosi_0=v2019&kouluaste_0=161293#)

[https://sampo.thl.fi/pivot/prod/sv/ktk/ktk1/summary\\_perustulokset?alue\\_0=199594&mittarit\\_1=199937&mittarit\\_2=200069&vuosi\\_0=v2019&kouluaste\\_0=161293#](https://sampo.thl.fi/pivot/prod/sv/ktk/ktk1/summary_perustulokset?alue_0=199594&mittarit_1=199937&mittarit_2=200069&vuosi_0=v2019&kouluaste_0=161293#) [Hämtad 22.03.22]

THL. (2021d). Enkäten Hälsa i skolan [Online]

[https://sampo.thl.fi/pivot/prod/sv/ktk/ktk1/summary\\_perustulokset?alue\\_0=601294&mittarit\\_0=199594&mittarit\\_1=199900&mittarit\\_2=199949&vuosi\\_0=v2019&kouluaste\\_0=161293#](https://sampo.thl.fi/pivot/prod/sv/ktk/ktk1/summary_perustulokset?alue_0=601294&mittarit_0=199594&mittarit_1=199900&mittarit_2=199949&vuosi_0=v2019&kouluaste_0=161293#) [Hämtad 22.03.22]

THL. (2021e) Enkäten Hälsa i skolan [Online]

[https://sampo.thl.fi/pivot/prod/sv/ktk/ktk1/summary\\_perustulokset?alue\\_0=601294&mittarit\\_0=200537&mittarit\\_1=199843&mittarit\\_2=200461&vuosi\\_0=v2019&kouluaste\\_0=161293#](https://sampo.thl.fi/pivot/prod/sv/ktk/ktk1/summary_perustulokset?alue_0=601294&mittarit_0=200537&mittarit_1=199843&mittarit_2=200461&vuosi_0=v2019&kouluaste_0=161293#) [Hämtad 22.03.22]

THL. (2021f). Enkäten Hälsa i skolan [Online]

[https://sampo.thl.fi/pivot/prod/sv/ktk/ktk1/summary\\_perustulokset?alue\\_0=601294&mittarit\\_0=200138&mittarit\\_1=199398&mittarit\\_2=199810&vuosi\\_0=v2019&kouluaste\\_0=161293#](https://sampo.thl.fi/pivot/prod/sv/ktk/ktk1/summary_perustulokset?alue_0=601294&mittarit_0=200138&mittarit_1=199398&mittarit_2=199810&vuosi_0=v2019&kouluaste_0=161293#) [Hämtad 25.11.21]

Undervisnings- och kulturministeriets publikationer. 2020. *Riksomfattande program för ungdomsarbete och ungdomspolitik 2020–2023*

Ungdomsstyrelsen (2006:4). *Fokus 06. En analys av ungas kultur och fritid*. Stockholm, Ungdomsstyrelsen.

United Nations-UN. (2021). *One in seven adolescents in the world has a diagnosed mental health problem, says Unicef report*. CE Noticias Financieras, English ed.; Miami.

Österbottens tidning. (den 31 03 2022). Hämtat från *Vilmer Svenlin: Tråkiga nyheter för ungdomar i Jakobstad*: <https://www.osterbottenstidning.fi/Artikel/Visa/573702>

Ungdomslagen 1285/2016. (u.å). Hämtat från [www.finlex.fi](http://www.finlex.fi)

## **Bilaga 1 – intervjufrågor till ledarna**

1. Beskriv verksamheten kort i sin helhet
2. Vad är/var dina uppgifter som ledare?
3. Hur ser ungdomsverksamheten ut i praktiken?
4. Hur är allting uppbyggt?
5. Vad tycker du är bra med verksamheten?
6. Vad fungerar verksamheten?
7. Finns det något du skulle vilja utveckla/ ändra på?
8. Hur når man ut till de unga?
9. Hur får man nya ledare för verksamheten?
10. Vad motiverar/motiverade dig att vara engagerad i verksamheten?

## **Bilaga 2 – intervjufrågor till ungdomarna**

1. Hur hittade du ungdomsverksamheten?
2. Vad är bra med verksamheten?
3. Finns det något du skulle vilja ändra på?
4. Vad ger verksamheten dig?
5. Upplever du att verksamheten påverkar ditt välmående? Motivera