

Grit är en konsekvens av att man upplever mening och glädje, inte ett beställningsjobb

*Nedanstående rader skrev jag ursprungligen som en kommentar till Anders Jönssons tänkvärda artikel "Är "grit" kejsarens nya kläder?" på Skola och Samhälles hemsida. I dialog med redaktören bestämde jag att i stället låta utvidga kommentaren till ett självständigt inlägg, som redaktören därefter prompt bantade ner till en mer kondenserad version som publicerades januari 2018 under rubriken Problemet med grithysterin: <https://www.skolaochsamhalle.se/flode/skolforskning/michael-ranqe-problemet-med-grithysterin/>. Texten nedan är den ursprungliga längre versionen.*

Frågan om "grit" och dess förutsättningar är nog lika gammal som människan. Vi anses av forskare med insikt i vår evolutionära utveckling vara naturligt lata, bland annat i syfte att konservera energi. Föda har åtminstone periodvis varit en bristvara, så de som inte brände extra kalorier på aktiviteter som inte direkt bidrog till överlevnaden hade ett övertag i kampen för existensen. Ett mycket begränsat övertag förvisso, men även små fördelar är tillräckligt för att göra skillnad under evolutionens mångtusenåriga lopp. Många som forskar på vår historiska utveckling anser att vi som jägare och samlare normalt bara arbetade några timmar om dagen, främst med att samla in och bearbeta födan. Därutöver tog vi det ganska lugnt och ägnade oss huvudsakligen åt lättsamt umgänge med vår flock. Kanske bör vi hellre fråga oss vad som får somliga individer att övervinna sin medfödda lättja än undra varför så många inte gör det?

Jag vill här försöka formulera några tankar om grit - tåga kallades det när jag var ung - i skolans värld. Först vill jag emellertid betona att min avsikt inte alls är att klanka på lärare eller andra som arbetar i skolan. Jag har fått en viss om än ytlig inblick genom min kära hustru, lärarinna i Stockholm sedan många år. Ingenstans kan det finnas lika många engagerade och kloka medarbetare som i skolan. Lärarkåren dryper av engagemang och begåvning, men det synes ofta saknas förutsättningar för att låta det dagliga arbetet vägledas av denna utomordentliga grund. I praktiken förefaller skolan lida av en närmast konstant ledarskapskris där skolledningen inte förstår vikten av, alternativt saknar utrymme för att ge lärarna det utrymme och den frihet under ansvar som är ett *sine qua non* för allt verkligt gott arbete. Jag träffar många lärare och har inte så få gånger undrat vad tusan rektorn ifråga egentligen håller på med. En och annan har nog varit väck på riktigt, och därmed på fel plats i livet, men majoriteten har förmodligen tilldelats ett omöjligt uppdrag där de tillgängliga resurserna inte på långa vägar räcker till för de krav som välvilliga men okunniga politiker ställer. Och just precis där sätter förstås karusellen igång. Den förödande kombinationen av högre förväntningar än tilldelade resurser tvingar rektorn till, ur perspektivet lärarnas upplevelse av arbetsglädje och mening, helt orimliga och ofta felaktiga prioriteringar. Sammantaget kan jag ändå inte tycka annat än att det verkar finnas ett problem även på nivån ovanför rektorerna, åtminstone i Stockholm där jag själv bor och har följt utvecklingen genom mina tre barns skolgång. Alltför många rektorer har under alltför många år förefallit göra sämre ifrån sig än vad som trots allt bör ha varit möjligt även med rådande förutsättningar. Självmålen och de missade straffsparkarna har varit alltför många. Varpå såväl elever som lärare får betala ett högt pris för skolpolitikernas och tjänstemännens bristande kompetens och deras oförmåga att skapa system där skolledningarnas faktiska insatser utvärderas och får konsekvenser. "Shit has a tendency to run downhill", som det brukar heta. Ledtråd: De rutinerade och engagerade lärarna kommer i en seriös intervju snabbt och tillförlitligt kunna berätta hur rektorn sköter sitt uppdrag. Men då måste man alltså ta sig tid till detta i stället för att luta sig mot anonyma medarbetarenkäter som inte lämnar utrymme för den mer kvalificerade analys som behövs.

Min huvudtes i denna artikel är att grit inte är ett oberoende psykologiskt fenomen utan en funktion av något annat, nämligen en upplevelse av mening och syfte. Brist på grit kommer då av brist på

mening. Detta är naturligtvis en självklarhet om man tänker efter, men insikten lyser icke desto mindre med sin frånvaro i många artiklar inom området. "Men varför kan dom inte..." (fyll i det som saknas)? Ja säg det! Men en utomordentligt bra plats att börja på. "Exakt vad tror du skulle få dig att själv vilja göra läxorna i detta ämne?" Vår uppgift är inte att få eleverna att göra det vi vill att de ska göra – historien visar att det sällan fungerar. Uppgiften är att hjälpa dem att själva *vilja* göra det de behöver göra. Aron Antonovsky formulerade det väl med KASAM-begreppet. Dan Pink tar i ett hörvärt TED-talk upp vad forskningen visar är avgörande för människors motivation. Yttre belöning fungerar bara prestationshöjande vid uppgifter av löpande bandet-karaktär. Så fort uppgiften kräver ens en minimal kognitiv insats *försämras* insatsen av yttre belöning. Det som då stimulerar till en bättre insats är "autonomy, mastery and purpose". Detta stämmer på prickerna med vad jag tycker mig ha sett utmärka de goda skolor där lärarna tillåts blomma ut och ge allt de har att ge. Som en forskare vid Harvard formulerade det: "You don't have to motivate people. You just have to stop demotivating them." Effektivaste motivationsdödare är misstro och kontroll, som ju är två sidor av samma mynt. Receptet för en bra arbetsplats med nöjda medarbetare är i teorin ganska enkelt: Anställ folk som kan och vill, och släpp dem sedan fria! Förmedla vad som ska uppnås, vilka resurser som finns att tillgå och vilka ramar som gäller. Be dem säga till när de behöver hjälp och vägledning. Ge kontinuerlig och ärlig återkoppling (inte falskt beröm, vuxna människor måste lära sig klara även negativa omdömen när sådana är motiverade). Visa att du ser vad de gör och tacka för insatsen. Man inser lätt att mycket kan gå snett i tillämpningen varpå onda cirklar riskerar att utvecklas. När löner och övriga villkor försämrats tillräckligt kan man inte längre välja de mest lämpade till lärarutbildningen eftersom dessa inte längre vill bli lärare. När den politiska styrningen blir alltför kvävande är det inte längre möjligt att vara en bra rektor som fokuserar på det *egentligen* mest väsentliga (sannolikt något helt annat än vad politikerna just detta år fått för sig ska rädda skolan). Man kan inte styra och kontrollera sig fram till en bra skola; enda vägen är att släppa viljan och begåvningen fri. Överdrivet reglerande av allt och alla *kan* förvisso sannolikt någon gång då och då förhindra någon mindre lyckad insats av någon viss medarbetare - som möjligen inte skulle ha anställts över huvud taget - men det sker till priset av att man underutnyttjar *alla* lärarna, även de bästa, och skördar mediokra insatser över hela linjen. Barry Schwartz TED-talks kan varmt rekommenderas för varje arbetande medborgare i vårt sönderreglerade land. För att gå resonemanget litet i förväg är det för mig en gåta att *lärarna* lyckas uppbåda så mycket grit som de ändå gör, med tanke på de omständigheter de verkar under. Hela resonemanget ovan kan för övrigt med fördel läsas "dubbelt" på så vis att det handlar om både lärarnas och elevernas motivation och arbetsmiljö. Hur kan skolledningen undvika att "avmotivera" lärarna, och hur kan lärarna undvika att avmotivera eleverna?

Kan det vara så att brist på grit är en sund reaktion på avsaknad av lust och meningsupplevelse, att bristande grit är ett helt naturligt tillstånd för oss människor när vi inte ser en tydlig mening med det vi förväntas göra och dessutom inte tycker att det är roligt att syssla med? I så fall skulle grit hos eleverna kunna ses som en *konsekvens* av att de upplever glädje och mening med skolan och arbetsuppgifterna, snarare än ett oberoende fenomen eller till och med någon sorts personlig egenskap? Om grit är ett resultat av något är det kanske inte konstruktivt eller ens rimligt att *begära* grit av eleverna? Snarare behöver skolan i så fall arbeta på att tillhandahålla de förutsättningar - glädje och mening - som möjliggör och skapar grit. Lärarens uppgift blir då att hjälpa eleven se och förnimma dessa aspekter av det hen förväntas lära sig, inte att försöka tvinga eleven att ägna sin energi åt något som upplevs jättetråkigt. Vem kan eller ens bör i längden uppbåda någon större grit för sådant som upplevs tråkigt och icke meningsfullt? Det förefaller närmast osunt och kanske rent av självdestruktivt att ägna sig åt meningslösa och tråkiga sysslor någon längre tid. Så när eleven undrar

vad detta inslag eller denna läxa ska vara bra för är det i grund och botten en mycket klok fråga som läraren gör klokt i att ta på allvar och försöka ge ett användbart svar på.

Jag har länge - förvisso från min begränsade horisont av rapportering från mina egna barn och deras vänner - förundrats över hur litet skolan verkar fokusera på att hjälpa eleverna se meningen med att gå i skolan. Varför skulle de då vara annat än uttråkade och uppvisa alla de beteendevikelser som följer av ett sådant sinnestillstånd? Mitt intryck är att många barn idag har svårt att förstå meningen med att anstränga sig i skolan eftersom de inte inser vilken skillnad dessa insatser kan göra för det liv som väntar dem. Att *läraren* förstår poängen hjälper ju inte om inte barnet gör det. Somliga unga verkar inte förstå att ett dåligt liv är ett fullt möjligt alternativ även i ett "rikt" land som Sverige. Är det ö h t rimligt att tala om ett "rikt" land så länge många bor i otrygga förortsområden där man kastar sten på räddningspersonal, där många skolor omgäende skulle stängas av skyddsombuden om de var arbetsplatser för *vuxna o s v*? Ibland har jag känt en stark lust att ta en tur på stan med en och annan yngling för att peka ut ett antal arbeten de absolut inte vill ägna fyrtio år av sitt liv åt, och påpeka att om de inte kommer på någon annan anledning att lägga manken till i skolan är detta skäl nog (*vilka yrken jag skulle peka ut avstår jag av självbevarelsedrift från att nämna här*). Och jag skulle passa på att visa ett antal bostadsområden där de inte vill bo. Några barn – de brukar nyktra till mot slutet av tonåren - har fått för sig att lönen inte spelar någon större roll för deras framtida livskvalitet, och då påpekar jag gärna att det förhåller sig så orättvist att de tråkigaste och mest slitsamma jobben vanligen *också* är de sämst betalda. Barn från bättre bemedlade områden riskerar överta föräldrarnas ibland narcissistiskt färgade föreställningar om att det kommer att gå bra för dem oavsett hur de sköter skolan. Typfallet är den framgångsrike "self-made" pappan som glatt talar om för alla som vill höra att han misskötte skolan och mycket annat på vägen, men att det minsann har gått bra ändå i livet, titta bara! Kanske har han inte kommit att fundera på om det kan vara så att han lyckats i livet *trots* att han struntade i skolan, inte tack vare. Våra unga får inte alltid den hjälp de skulle behöva av oss för att begripa att ett uselt liv är ett fullt tänkbart alternativ för dem trots den ibland benådade starten. "... helpless like a rich man's child" (Bob Dylan, Temporary Like Achilles). Barn från utsatta områden riskerar däremot uppfatta att goda insatser i skolan inte kommer att hjälpa dem ur den förtvivlade sociala situation de ser sig omgivna av, så de ser ingen anledning att anstränga sig eftersom läget ändå är hopplöst. Allmakt respektive vanmakt. Mitt liv blir bra i alla fall *alternativt* det blir eländigt vad jag än gör. Alltså kan jag lika gärna fortsätta spela datorspel i stället för att börja göra läxorna. Jag får lust att fysiskt gripa tag i och ruska om slöfockarna: "Försök *fatta* att du kan få ett uselt liv om du fortsätter så här, försök *fatta* att vad du gör i skolan nu spelar roll för vilket liv du kommer att få!"

I detta sammanhang kan jag passa på att säga ett par ord om stress, utbrändhet och utmattning. Det är vanligen mindre hälsovådligt att anstränga sig än somliga verkar tro, bara man gör det på rätt sätt och av rätt anledning. Studier talar idag för att en upplevelse av att våra ansträngningar är meningsfulla i ett större perspektiv motverkar risken för att vi ska fara illa av dem. Upplevelsen av meningslöshet i kombination med en *rädsla* för att vi ska bli sjuka av ansträngningen ökar däremot risken för att vi ska bli psykiskt sjuka av insatserna, särskilt om vi därtill är oförmögna att lyssna på kroppen och själens signaler om att vi behöver vila en stund ibland. George Bernard Shaw skrev att "This is the true joy in life, the being used for a purpose recognized by yourself as a mighty one; the being a force of nature instead of a feverish, selfish little clod of ailments and grievances complaining that the world will not devote itself to making you happy. I am of the opinion that my life belongs to the whole community, and as long as I live it is my privilege to do for it whatever I can. I want to be thoroughly used up when I die, for the harder I work the more I live. I rejoice in life for its own sake. Life is no "brief candle" for me. It is a sort of splendid torch which I have got hold of for the moment, and I want to make it burn as brightly as possible before handing it on to future generations." Sandor

Marai uttryckte sig så här i Visdomsord för vardagsbruk: "Det har varit för mycket motstånd, för många oberäkneliga, fientliga, gemena och hopplösa människor; för mycket arbete, för mycket lidande och besvikelser. Men tror du inte att det var just detta "alldes för mycket" som fyllt ditt liv med mening? Känner du inte att du har haft en uppgift, ett personligt åtagande? Vad kan du vara annat än trött? Din uppgift var just detta: att leva och att bli trött." Vad jag känner till drabbades ingen av dem av utbrändhet. "Den som har ett varför för sitt liv överlever varje hur" ska Nietzsche ha skrivit, på ett ungefär. Honom gick det faktiskt illa på slutet, men huruvida hans svåra psykiska sjukdom hade någon koppling till arbetsöverbelastning är mer än jag vet.

Så vi, både föräldrar och lärare, behöver hjälpa våra unga att se meningen med skolan, vilket inbegriper att förmedla insikten att man även år 2017 i ett förment rikt västerländskt land kan få ett mycket bra eller ett mycket dåligt liv, och allt däremellan, och att utfallet i avsevärd grad avgörs av ens insatser i skolan. Men jag inser att uppgiften är svår, med tanke på den kultur av obegränsad "information" och omedelbar behovstillfredsställelse som omger oss alla. Freud hade absolut en poäng när han formulerade tesen om "lustprincipen" – ska vi tro vilken löpsedel eller veckotidning som helst så har vi inte mycket annat än sex, våld och skvaller i huvudet. Vi vuxna behöver alla vara vår egen Sokrates för att rädda såväl oss själva som våra barn från de sämsta inslagen i vårt samhälle för att istället ta del av alla fantastiska alternativ. Varenda människa jag möter har i varje stund en mängd otillfredsställda behov, vilket betyder att varje möte med en annan människa är en möjlighet för mig att göra skillnad i världen genom att hjälpa de jag möter att få det de behöver. Vi har alla något att ge, vi kan alla göra en skillnad. Ett "meningslöst" liv är därför egentligen en omöjlighet, liksom en "meningslös" skola. "Meningslöshet" är alltid ett uttryck för en oförmåga att se. Och kan vi ge våra unga en större gåva än förmågan att se att varje ny dag är en gåva att tacksamt ta emot och förvalta, och att varje människa de möter på livets väg är en möjlighet för dem själva att både ge och få såväl glädje som mening? Som Viktor Frankl säger: Lyckan kommer till oss bakvägen, genom köksdörren, när vi gör något för andra. Den unge behöver få hjälp att förstå att hen faktiskt väljer sitt liv och sin framtid i varje stund. Att passivt följa med strömmen och låta lusten styra är också ett val. Alla val har konsekvenser, så när jag väljer vad jag gör eller inte gör väljer jag också konsekvenserna därav. Vill jag få andra konsekvenser behöver jag göra andra val. Mitt liv är summan av alla de val jag gjort i mitt liv. Att inse detta och låta sitt liv vägledas av insikten är innebörden i att bli vuxen. Att bli vuxen är att inse att det kommer ingen vuxen! Det finns många som gärna väljer mitt liv för min räkning - min partner, min mamma, mina kompisar. Men då överlåter jag ansvaret för mitt liv på dem. Den viktigaste insikt jag kan få, och det viktigaste beslut jag kan ta om jag vill få ett bra liv kommer just precis här: *Någon* väljer mitt liv, så låt det vara jag själv!

Åter till gritten... Det är avgörande att den grit vi förmår uppbåda ägnas rätt saker. Grit må vara värdefullt när det gäller att bita ihop och kämpa på i de fall där uppgiften är uppenbart meningsfull om än inte särskilt rolig, men när det saknas *både* mening och lust ter sig överdriven grit som ett diskutabelt användande av vår begränsade tid här på jorden. Jag kan inte komma ifrån att vad jag än för tillfället sysslar med så skulle jag kunna göra något annat istället. "Är detta verkligen det bästa jag kan använda min tid till just nu?" är en fråga vi kanske borde ställa oss litet oftare än vi gör. Så att vi lutar vår stege mot rätt vägg innan vi börjar klättra. Det kan säkerligen vara bekymmersamt med elever som känner efter för mycket och låter sina handlingar styras av lust allena, men som psykiatriker ser jag inte sällan de trista konsekvenserna av motsatsen. Alla olyckliga vuxna som aldrig lärt sig att känna efter, som aldrig lärt sig lyssna till sin inre röst, som aldrig förmått bry sig om vad de själva tycker om och vad de vill med sina liv. Dessa utifrånstyrda får förr eller senare vad Jesper Juul kallar ett "marionettliv" och en biljett till utbrändhetens öken. Jag har mött många som tidigt råkat välja ostimulerande och meningslösa livsvägar och därefter envist hållit fast vid sina val bara för att de en gång börjat på den inslagna vägen. Detta är för mig det största problemet med den rådande

grithysterin. Hur vet jag när jag faktiskt bör sluta med något för att i stället ägna mig åt något mer givande? När övergår sund grit i självförnekelse och självdestruktivitet? Det råder ingen brist på människor som ägnar sig åt på det stora hela meningslösa sysslor och jagar mål som inte tillför varken dem själva eller andra särskilt mycket av värde. Varför hyllar samtliga dagstidningar och halva folket ett gäng ishockeyspelare som hjältar när de råkat vinna ett par matcher i ett VM - *någon* måste trots allt vinna, oavsett hur bra eller dåligt alla spelar - samtidigt som inte en kotte hyllar eller ens tackar den stackars underbetalda kvinna i hemtjänsten som osjälviskt ger sina åldrade hjälptagare all kärlek hon har var dag, ofta under usla förhållanden? Där har vi de verkliga hjältarna!

Så när barnet nekar att göra något som vi vuxna anser vore bra för det *kan* det vara ett tecken på att barnet är på väg mot sund mognad och förmåga till hälsobringande egna val och gränssättning. "Kommer inte att hända" svarade ett mig närstående barn när jag kom med ett misshagligt önskemål. Inte alls en dålig fras att tillgripa i rätt sammanhang, t ex när en kompis förr eller senare uppmanar honom att smaka av spriten han kommit över. Visa respekt för barnets integritet och ta hens viljetryckning på allvar, men be också barnet förklara hur hen resonerar och vad hen då istället *vill*. Om du säger nej till detta, vad är det då du säger *ja* till? Livets stora uppgift är att ständigt avgöra vem jag ska samarbeta med, om vad, hur mycket och av vilken anledning. Samarbete, anpassning och konformism versus integritet, originalitet och självhävdelse. Man kan inte vara tillsammans med andra utan smärta. Den som aldrig samarbetar får ett tufft liv, liksom den som alltid gör det.

Hur var det Maslow formulerade behovshierarkins topp, på ett ungefär? "Att bli tagen i anspråk helt och fullt, att få använda allt jag kan och allt jag är, för ett syfte utanför mig själv, för något större än mig själv." Jag tror att det var Socialstyrelsen - hör och häpna - som beskrev den goda och hälsobringande arbetsplatsen med orden "Frihet, kärlek och mening". Jag nämnde det för några kollegor, och dessa anmälde omgående intresse för att börja arbeta hos mig så fort jag fått till en sådan arbetsplats. Nu ser det dessvärre ut i vården ungefär som i skolan, så denna arbetsplats ordnar inte heller vi i första taget. Men ge oss en skola präglad av frihet, kärlek och mening så lär vi få - adekvat - grit så det räcker och blir över hos såväl elever som lärare. En bra bit ifrån dagens trask av otillräckliga resurser som i sin tur genererar kvävande misstro, överdriven kontroll och detaljstyrning samt generande floskelutbrott från överordnade instanser. Naturligtvis utan att någon *vill* att det ska se ut på detta vis, utom möjligen en eller annan byråkrat med den olycksaliga kombinationen av formell maktposition och bristande kunskaper om de faktiska förhållandena i dagens skola, inklusive resursbristen, lärarnas arbetssituation och hur de alldeles verkliga barnen egentligen är funtade och har det. Lars H. Gustavsson önskade sig en gång en skola som utgår från de elever skolan faktiskt har, inte de elever skolan skulle önska att de hade. Man kan lätt omformulera detta önskemål till att gälla skolans överordnade instanser och dessas syn på skolan, lärarna, eleverna och pedagogiken. Omedveten kunskapsbrist underlättar i många sammanhang, till exempel om man vill bereda väg för självtillräcklighet, maktfullkomlighet och hybris. Vägen till helvetet är som bekant kantad av goda föresatser, och - som Schiller uttryckte saken - mot dumheten kämpar självaste Gudarna förgäves. Alla i ledande och beslutsfattande roll gällande skolan borde vara ålagda att tillbringa en dag i veckan "på golvet", dvs i klassrummet med de kämpande barnen och lärarna, för att - som vi säger inom psykiatri - realitetsanpassas en smula.

Vad göra med denna långa och bitvis arroganta artikel? Förslag: Printa ut och be eleverna läsa den. Säg som det är - det står en del litet märkliga saker, men du skulle ändå vilja diskutera tankarna med eleverna för att höra vad de tycker och om det är något de skulle vilja att du och/eller skolan ändrar på för att de ska trivas bättre. Håller de med om värdet av grit, håller de med om kopplingen till mening och glädje? Be dem skriva på varsin lapp vad de skulle behöva för att med glatt hjärta och jäklar-anamma börja hugga i - tåga! - och diskutera därefter gemensamt.

Skrivet av en som i sin ungdom faktiskt vikarierade som lärare på högstadiet och i gymnasiet ett par år och trivdes utmärkt med det. Fick efteråt av en av mina klasser i matematik omdömet "Den bästa lärare vi haft, men han förklarar helt obegripligt – man förstod ju ingenting". Slutsats: Värna pedagogikdelen på lärarutbildningen 😊

Michael Rangne, läkare, specialist i psykiatri

*mrangne@gmail.com*