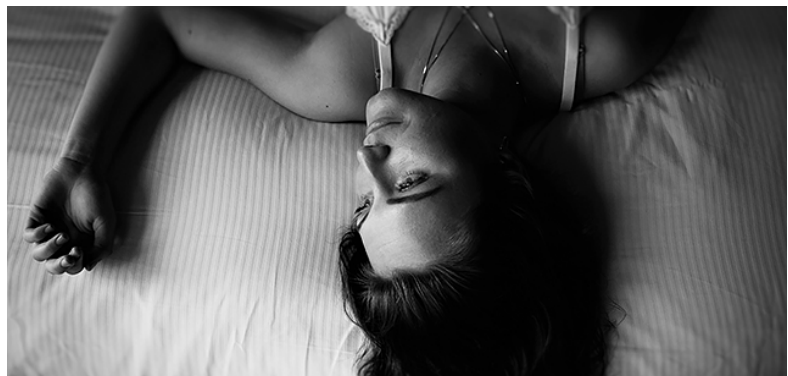




## Växa till vuxen

*En 25-årig kvinna söker svar på vad som skiljer mellan vuxen och tonåring och varför det är så. Med sitt öppna och ärliga sätt intervjuar hon olika forskare som beskriver de fysiska, biologiska och psykologiska effekterna som är under tonåren och vad som händer sedan. Med stor dos igenkänning, oavsett om du är ungdom eller vuxen, får vi vetenskapliga förklaringar till ungdomens excentriska känsloliv ur ett evolutionärt perspektiv. Men, det ställs också i relation till hur dagens samhälle ser ut idag och vilka nya utmaningar det medför. Något som evolutionen inte förberett mänskligheten på.*



**Speltid:** 52 min.

**Från:** 13 år och uppåt

**Ämne:** biologi, värdegrund, psykologi

**Produktionsland:**  
Storbritannien, 2017

**Svensk version:**  
© Filmo, 2018

**Ansvarig utgivare:**  
Sandra Ortíz del Gaiso

**Filmnr:** EDU0095

**För ytterligare källinformation:**  
Kontakta Filmo  
08-445 25 50  
info@swedishfilm.se

### Nyckelord

tonår vs vuxen  
evolution  
frigörelse  
personlighet  
hjärnan  
självkontroll

I filmen får du möta framstående yrkesmänniskor som hjälper en 25-årig kvinna att få svar på vad som skiljer mellan en vuxen och en tonåring. Vi får följa resan som en tonåring gör utifrån fysiska, biologiska och psykologiska aspekter. Line, den 25-åriga kvinnan i filmen försöker förstå om det finns evolutionära skäl till vår vilda ungdom eller om det handlar om renodlad biologi. Hon beskriver att hon vuxit upp i en trygg miljö i en medelklassfamilj i Danmark, världens lyckligaste land.

Hjärnforskaren Adrianana Galván förklarar att man kan se omformningen av hjärnan som sker under tonåren som att man utvecklar kompetens att fatta mogna beslut. Fysiskt förändras kopplingarna mellan regioner i främre delen av hjärnan och även längre in vilket utvecklar drivkraften att bli självständig och oberoende. Ett sätt att bli självständig är genom konflikter med föräldrar och omgivning vilket många studier visat både för människor och andra djur.

Professor Laurence Steinberg har vikt sitt liv åt att studera ungdomars risktagande och berättar att tonåringar är mer riskbenägna p.g.a. könshormonernas effekt på hjärnan. Steinberg förklarar även samband mellan betydelsen av att tillhöra en gemenskap och människans evolutionära utveckling.

Daniel Nettle, en professor som forskat om lycka, beteende och olika personligheter, förklarar att referensramen för vad lycka är något som förändras under livets skeden. Vidare pratar han om begreppet personlighet som något som utkristalliseras med tiden utifrån både arv och miljö. Personlighet handlar om hur man reagerar på olika händelser

eller information. Nettle berättar vidare om sambandet mellan personlighet och lycka.

Att en hjärna hos en tonåring fungerar annorlunda än en vuxens hjärna förklaras av forskning från Jennifer Silvers och professor Sarah-Jayne Blakemore. Tonåringars hjärnor har främst fokus på sig själva och har svårt att förstå andras känslor eller hur en vuxen skulle resonera i samma situation. Under tonåren är känslor väldigt starka och förmågan att reflektera kring omvärlden utvecklas. Denna kombination är grunden till ungdomars impulsivitet.

Terrie Moffitt, har kunskap från forskning i Nya Zeeland kring hur sambanden mellan tonår och framgång ser ut. Det tycks vara viktigt att man revolterar och prövar nya saker under sina tonår, samtidigt som det är en balansgång att inte fastna i något negativt utan att man lyckas behålla sin självkontroll.

Filmen passar i många sammanhang. Dels för högstadie- och gymnasieelever som kan behöva förståelse över grupstryck, bekräftelsebehov, känslostormar, konflikter och mycket mer. Men också som fortbildning för pedagoger som arbetar nära ungdomar för att påminnas om var barnet är i livet och vart det är på väg.

## Diskussionsfrågor

1. Hur förändras relationen förälder-barn vid 15 år och vid 25 år?
2. När är vi vuxna? När har hjärnan vuxit klart?
3. Varför är ungdomsåren så vilda och fantastiska?
4. Varför blir det mycket konflikter med föräldrar och omgivning under tonåren? Hur är det för andra arter?
5. Vad beror det på att tonåringar överskattar sina förmågor, är mer riskbenägna och impulsiva?
6. Hur påverkar ökad mängd könshormoner som exempelvis dopamin ungdomars hjärna? Njutning?
7. Har tonåringars risktagande varit en nödvändig faktor för att mänskligheten utvecklats? Varför?
8. Är man lyckligast när man är 25? Vad är det för mening att leva efter 25?
9. Hur hänger personlighet, livssyn och lycka ihop enligt dig?
10. Vilka förväntningar finns det på tonåringar? Vems är förväntningarna? (egna? föräldrars? samhället? media?)
11. Vilka tankar och förväntningar har ni som är tonåringar på de kommande åren fram till 25 år?
12. Vad tar ni med från filmen?

## Internetkällor

[Vårdguiden om barns utveckling](#)

[Psykologiguide om barn/familj/tonåring](#)

[Adriana Galván TED-talk](#)

[Laurence Steinberg](#)

[Daniel Nettle](#)

[Jennifer Silvers](#)

[Sarah-Jayne Blakemore TED-talk](#)

[Terrie Moffitt](#)

[BRIS om tonår](#)

[Rädda Barnen om tryggt föräldraskap](#)

[Uppsala Nya Tidning – Artikel](#)

[Dunedin studien](#)

[Film: Det är mitt liv \(pubertet\)](#)

[Nationalencyklopedin](#)

[Dagens nyheter skolsajt](#)

[Statistiska centralbyråns \(SCB\) lärar- och elevhjälp där du kan hitta statistiska underlag](#)



Filmen *Växa till vuxen* passar bra för undervisning i värdegrund samt biologi, psykologi, naturkunskap i grundskolan och på gymnasiet. Här enligt några exempel ur det centrala innehållet i Lgr11 och Gy11, se [www.skolverket.se](http://www.skolverket.se).

## I läroplan grundskolan, värdegrund, Lgr11

### *Förståelse och medmänsklighet*

- Medvetenhet om det egna och delaktighet i det gemensamma kulturarvet ger en trygg identitet som är viktig att utveckla tillsammans med förmågan att förstå och leva sig in i andras villkor och värderingar.

### *Rättigheter och skyldigheter*

- Undervisningen ska bedrivas i demokratiska arbetsformer och förbereda eleverna för att aktivt delta i samhällslivet. Den ska utveckla deras förmåga att ta ett personligt ansvar.

### *Skolans uppdrag*

- Skolan har i uppdrag att överföra grundläggande värden och främja elevernas lärande för att därigenom förbereda dem för att leva och verka i samhället.

## I årskurs 7-9, biologi, Lgr11

### *Natur och samhälle*

- Aktuella samhällsfrågor som rör biologi.

### *Kropp och hälsa*

- Människans sexualitet och reproduktion samt frågor om identitet, jämställdhet, relationer, kärlek och ansvar. Metoder för att förebygga sexuellt överförbara sjukdomar och oönskade graviditeter på individnivå, på global nivå och i ett historiskt perspektiv.

### *Biologin och världsbilden*

- Historiska och nutida upptäckter inom biologiområdet och deras betydelse för samhället, människors levnadsvillkor samt synen på naturen och naturvetenskapen.
- Aktuella forskningsområden inom biologi, till exempel bioteknik.

### *Biologins metoder och arbetssätt*

- Källkritisk granskning av information och argument som eleven möter i olika källor och samhällsdiskussioner med koppling till biologi, såväl i digitala som i andra medier.

## I gymnasiet, naturkunskap 1, Gy11

### *Centralt innehåll*

- Samband mellan individens hälsa, dagliga vanor och livsstilar i samhället, till exempel i fråga om träning, kost, droger och konsumtion samt påverkan på miljön. Hur naturvetenskap kan användas som utgångspunkt vid kritisk granskning av budskap och normer i medierna.

## I gymnasiet, psykologi, Gy11

### *Syftestexten*

- Aktuella kunskaper om mänskliga beteenden, känslor och tankar utifrån olika psykologiska perspektiv samt förmåga att relatera dessa kunskaper till egna erfarenheter.
- Kunskaper om arvets och miljöns betydelse för individens psykologiska utveckling, livsvillkor och hälsa.
- Kunskaper om mänskliga beteenden, värderingar och föreställningar i olika sociala sammanhang.

### *Centralt innehåll, psykologi 2a*

- Personlighetspsykologi och dess tillämpningar: hur individen beskrivs utifrån sina egenskaper och hur dessa påverkar individens beteende, känslor och tankar.
- Utvecklingspsykologi och dess tillämpningar: hur människan utvecklas genom livet i samspel mellan arv och miljö.