

Bachelor

Plan B

**En undersøgelse af de udfordringer som unge aktivitetsparate borgere mellem 18-30 år,
som B-mennesker, kan opleve i Jobcentret**

**A study of the challenges that adolescent activity-ready citizens between the ages of 18-30,
as B people, can experience in the Jobcenter**

Udarbejdet af: Gibson, Louise Christina

Professionshøjskolen Absalon, campus Nykøbing F.

Hold: OFES20

Studienummer: of20se017

Anslag: 71.741

Dato: 1. januar 2024

Bachelorvejleder: Pernille Themsén

Bachelorprojektet er udarbejdet af socialrådgiverstuderende ved Professionshøjskolen Absalon som led i uddannelsesforløbet. Projektet foreligger urettet og ukommenteret fra Professionshøjskolen Absalons side, og er således udtryk for den studerendes egne synspunkter. Dette projekt – eller dele heraf – må kun offentliggøres med forfatterens tilladelse. Må gerne udlånes.

Abstract

This is a social constructivist and phenomenological study, about the experiences of adolescent activity-ready citizens between the ages of 18-30, who receive educational financial aid, and are B-people, about navigating the *Jobcentre's* system. The empirical work of the assignment is based on five interviews: two citizens, an expert in chronobiology and a social worker, to which secondary empirical finds include scientific articles, which contributes to supporting the citizens' experiences. Theories included in the analysis are *Bourdieu's* concepts of *doxa* and *power*; *Strupp & Hadley's* criteria for *mental health*; as well as *Giddens's structuration theory*. It's explained in the analysis that the A-society is a social problem for B-people, due to the health risks associated with a shifted circadian rhythm. This, as well as the environment's demands for early meeting times, makes it difficult for the citizens with social problems to meet on time, which results in the sanctioning of their financial aid. This does not bring them closer to the labour market. If *chronoinclusion* is implemented in the area of employment, it is assumed to increase the well-being and health of the citizens, as well as bring them closer to the labour market.

Resume

Dette er en socialkonstruktivistisk og fænomenologisk undersøgelse af, hvordan det opleves for unge aktivitetsparate borgere mellem 18-30 år, som modtager uddannelseshjælp, og er B-mennesker, at navigere i *Jobcentrets* system. Opgavens empiri tager udgangspunkt i fem interviews: to borgere, en ekspert i kronobiologi samt en socialrådgiver, hvortil sekundær empiri med videnskabelige artikler bidrager til at understøtte borgernes oplevelser. Teoretisk inddrages der teorier i analysen med *Bourdieus* begreber om *doxa* og *magt*; *Strupp & Hadleys* kriterier for *psykisk sundhed*; samt *Giddens strukturteori*. Det redegøres for i analysen, at A-samfundet er et socialt problem for B-mennesker, pga. de helbredsrisici der forbindes med en forskudt døgnrytme. Dette, samt omgivelsernes krav om tidlige mødetider, gør det vanskeligt for borgere med sociale problemer at møde til tiden, hvilket resulterer i sanktion af deres ydelser. Dette bringer dem ikke dem tættere på arbejdsmarkedet. Hvis der implementeres *kronoinklusion* på beskæftigelsesområdet, antages det at øge borgeres trivsel og helbred, samt bringe dem tættere på arbejdsmarkedet.

Indholdsfortegnelse

Abstract	2
Resume	2
Indledning	5
Problemstilling	6
Afgrænsning	7
Problemformulering	8
Metode	9
Primær empiri	9
Sekundær empiri	10
Videnskabsteori	11
Socialkonstruktivisme	11
Fænomenologi	12
Teorifremstilling	13
Pierre Bourdieu	13
Strupp & Hadley	14
Anthony Giddens	15
Analyse	17
Del 1: B-mennesker i A-samfundet	18
<i>De dovne</i>	18
<i>Gaming og glødepærer</i>	19
<i>Er det et socialt problem?</i>	20
<i>Doxa og strukturelt problem</i>	21
Del 2: B-mennesker i beskæftigelsesindsatsen	24
<i>Sociale problemer</i>	24

<i>Naturlig rytme</i>	25
<i>Jobsamtaler</i>	27
<i>Beskæftigelsestilbud</i>	29
Del 3: Beskæftigelsesfremmende eller -hæmmende indsats	32
<i>Sanktion</i>	32
<i>Anerkendelse</i>	33
<i>Kronoinklusion</i>	35
Konklusion	37
Perspektivering	39
Litteraturliste	40

Indledning

“Op lille Hans, op og gå i skole”, har de fleste sunget som barn, for det er selvfølgelig gjort i samfundet, at man står tidligt op og får noget ud af dagen. Kronobiologi er studiet af søvn- og døgnrytmer, som er fundamentet for opgaven. Det er genetisk og biologisk bestemt om man er 165 eller 195 cm høj, vi kan ikke gøre for, om vi er høje eller lave. Det samme gælder vores døgnrytme, der ligeledes er genetisk og biologisk bestemt (Center for Anvendt Kronobiologi, 2023a). Man er nemlig født med en døgnrytme, som bestemmer, hvornår kroppen er træt og kan sove. Man kan således ikke tvinge sig selv til, at sove tidligere eller senere end kroppen tillader en, for det er ikke noget man kan træne sig selv til, da klokkegenet PER3, styrer vores såkaldte *indre ur* og døgnrytme. Tre døgnrytmeforskere, *Jeffrey C. Hall*, *Michael Rosbash* og *Michael W. Young*, vandt *Nobelprisen i Medicin* i 2017 for studiet om de molekulære mekanismer, der styrer døgnrytmen (Nobel Prize, 2017). Døgnrytmeforskeren *Till Roenneberg* kortlagde over 300.000 menneskers døgnrytmer, og kategoriserede 7 *kronotyper*:

- 18,9% er lette, moderate eller ekstreme *tidlige kronotyper*, også kaldet A-mennesker.
- 55,7% er lette, moderate eller ekstreme *sene kronotyper*, også kaldet B-mennesker.
- 25,4% er en *mellemliggende kronotype*, såkaldte “light udgaver” af A-og B-mennesker (Center for Anvendt Kronobiologi, 2023b).

A-mennesker går naturligt tidligt i seng og står tidligt op, og kan sove fra kl. 20.00-22.30 til mellem kl. 04.00-06.30 (Center for Anvendt Kronobiologi, 2023b). De er mest friske og aktive om morgenen, og energiniveauet daler efter middagstid, hvor de føler at hele dagen er slut efter kl. 16.00 (Center for Anvendt Kronobiologi, 2023c). Modpolen til dem er B-mennesker, som naturligt går sent i seng og står sent op, og kan sove fra kl. 01.00-04.00 til mellem kl. 09.00-12.00 (Center for Anvendt Kronobiologi, 2023b). De foretrækker en langsom morgen, og deres energiniveau er højest senere på dagen, hvor de føler at dagen lige er startet efter kl. 16.00 (Center for Anvendt Kronobiologi, 2023d). Den *mellemliggende kronotype* går i seng ca. kl. 00.00 og står op kl. 08.00 (Center for Anvendt Kronobiologi, 2023b). Den *sene konotype* og *mellemliggende kronotype* udgør tilsammen 81,1% af verdens befolkning, der helt naturligt ikke ville stå op før kl. 08.00, men samfundet følger en rytme, hvor de fleste møder kl. 08.00, hvilket er tilpasset minoriteten i samfundet.

Problemstilling

Den normale arbejdstid i *Jobcentret* er tilpasset A-mennesker, der møder på arbejde kl. 08.00. Kontakten til borgerne findes i et tidsinterval fra kl. 09.00-15.00 mandag-onsdag, kl. 09.00-17.00 om torsdagen, samt kl. 09.00-12.00 om fredagen (Jobnet, 2023). En borger med en *sen kronotype*, kan derfor ikke modtage hjælp i et mere fleksibelt tidsinterval, end den forholdsvis korte åbningstid. Borgere har dog ret og pligt til selv at booke tid til jobsamtaler, jf. *Lov om en aktiv beskæftigelsesindsats* § 34 (LAB), så de selv kan bestemme hvornår de deltager. Dog kan en borger, som booker lige inden tidsfristen, risikere at møde en allerede fyldt kalender, så chancen for at booke en jobsamtale om eftermiddagen, kan være en udfordring. Desuden kan unge aktivitetsparate borgere fratages selvbooking jf. LAB § 35, og ikke selv bestemme hvornår de indkaldes. En beskæftigelsesindsats for en borger gennem *vejledning og opkvalificering*, jf. LAB § 91 om eftermiddagen, ville sandsynligvis ikke være udfordrende for et B-menneske. Dog, hypotetisk set, kunne borger matches med et tilbud kl. 09.00 om morgenen - eller tidligere - hvis andre indsatser ikke anses for beskæftigelsesfremmende (Caswell, 2013, s. 231-232). En borger med en *sen kronotype*, kan derfor have en oplevelse af at blive pålagt at møde tidligt, for at undgå reprimander i form af sanktion af deres ydelse.

N. F. S. Grundtvig sagde engang: ”*Der skal, saavidt muligt, sørges for, at fattige Gamle, Syge og forladte Børn kunne finde offentlige Tilflugtssteder, og selv de fattigste kunne have Adgang til folkelig Oplysning og Dannelse*”, og retten til offentlig forsørgelse blev medens grundlovsfæstet i 1849 (Aarhus Universitet, 2023). *Danmark* har derfor været et velfærdssamfund i årtier, ved at give alle lige adgang til ”*Oplysning og Dannelse*”. For at alle borgere inkluderes, har man derfor i dag de moderne begreber, såsom ”rummeligt arbejdsmarked” og ”skånehensyn” i beskæftigelsesindsatsen. Dog tages der ikke hensyn til det *indre ur*, mennesket er født med. Det kan antages, at chancen for at få tilknytning til arbejdsmarkedet bliver større, hvis borgere tilknyttet *Jobcentret*, fremadrettet gives mulighed for at møde, så det passer til deres døgnrytme. Ligeledes kan det antages, at adskillige borgere sanktioneres for ikke at møde til tiden, fordi de skulle stå op midt i deres biologiske nat. Ydermere kan det antages, at nogle borgere ”sidder fast” i på overførselsindkomster i flere år, fordi deres biologi ikke passer ind i samfundsstrukturen tilpasset A-mennesket. Dette kan have store konsekvenser for samfundet og det enkelte individ.

Afgrænsning

Projektet er indsnævret til at fokusere på målgruppen; unge aktivitetsparate borgere mellem 18-30 år, jf. LAB § 6, pkt. 5, som modtager uddannelseshjælp jf. *Lov om aktiv socialpolitik* § 23 (LAS).

En undersøgelse fra 1990, fra *E. P. Bradley Hospital* og *Brown University*, belyser at unge mennesker naturligt går senere i seng og står senere op, samt at de har brug for mere søvn end andre aldersgrupper, dog vidste man ikke helt hvorfor dengang (Carskadon). I dag ved man fra nyere studier, at majoriteten af unge mennesker er konsekvente B-mennesker, uanset om de er biologisk disponerede til at blive A-mennesker som fuldt udviklede 30-årige. Mænd er mest B-mennesker når de er 21 år, og kvinder som 19,5 årige (Roenneberg et al., 2004). Desuden er det bekræftet at 27% af alle unge danske 19-årige, sover for lidt (VIVE, 2022, s. 65).

Ud over at være *sene kronotoper*, har de unge andre sociale problemer ud over ledighed, hvilket beskrives jf. *Bekendtgørelse om en aktiv beskæftigelsesindsats* § 4, stk. 4 (BAB):

En person er aktivitetsparat efter § 1, nr. 5, hvis personen vurderes at have problemer af faglig, social og/eller helbredsmæssig karakter og dermed har behov for ekstra støtte og hjælp i længere tid end ca. et år, inden personen kan påbegynde en uddannelse og gennemføre denne på almindelige vilkår.

Det kan derfor være udfordrende for unge, at møde tidligt til en jobsamtale i *Jobcentret*, eller i en beskæftigelsesindsats, fordi de både er B-mennesker og har sociale problemer. Selvom ledige i alle aldre tilknyttet *Jobcentret*, kan opleve samme problematikker, har flere unge udfordringer ifm. søvn, hvorfor denne aldersgruppe er i fokus.

Problemformulering

Hovedspørgsmål:

- *Hvordan opleves det for unge aktivitetsparate borgere mellem 18-30 år på uddannelseshjælp, at være i A-samfundets rammer i Jobcentret?*

Underspørgsmål:

- *Kan Jobcentrets nuværende struktur være beskæftigelseshæmmende for unge aktivitetsparate borgere?*
- *Hvordan kan Jobcentret blive rummeligt for alle borgere, både A- og B-mennesker?*

Metode

Primær empiri

Den primære empiri af kvalitativ oprindelse er indhentet gennem fem semistrukturerede interviews. Kendetegnet ved semistrukturerede interviews er, at samtaleformen er delvist åben, og styres via udvalgte spørgsmål uden faste eller låste svar. Dette giver anledning til at interviewer kan stille yderligere spørgsmål, så informanterne kan give uddybende svar (Brinkmann & Kvale, 2015, s. 49).

De interviewede personer er henholdsvis:

- To unge aktivitetsparate borgere mellem 18 og 30 år, jf. LAB § 6, pkt. 5, der modtager uddannelseshjælp jf. LAS § 23, som er B-mennesker. De belyser hvordan det opleves for B-mennesker at leve i et A-samfund, i en beskæftigelsesrettet indsats, samt hvordan dette kan opleves forskelligt fra to individers synspunkter, hvilket bidrager til en dybere og bredere forståelse. Informanterne anonymiseres som henholdsvis "Borger 1" og "Borger 2".
- En socialrådgiver tilknyttet *Jobcentret*, der arbejder med målgruppen aktivitetsparate borgere mellem 18 og 30 år, jf. LAB § 6, pkt. 5, der modtager uddannelseshjælp jf. LAS § 23. Socialrådgiveren er ikke bekendt med projektets tema om B-mennesker. Dette er for at inddrage systemperspektivet objektivt, så interviewet ikke tager en drejning, hvor det handler om, hvorvidt de unge sover for længe eller ej, men i stedet har fokus på hvordan de unge *bør* mødes i systemet, uanset hvilke udfordringer de har med sig. Interviewet belyser desuden, hvilke sociale problemer de unge har, samt hvilke faglige metoder man som socialrådgiver anvender i arbejdet med udsatte unge. Informanten anonymiseres som "Socialrådgiver".

- *Camilla Kring*, civilingeniør med *ph.d. i balancen mellem arbejdsliv og privatliv*, indehaver af konsulentvirksomheden *Super Navigators*, ekspert i anvendt kronobiologi, forfatter, foredragsholder, samt stifter af *B-samfundet* (<https://www.camillakring.dk/>). Informantens viden indenfor hvordan samfund og døgnrytmer interagerer, bidrager til at øge forståelsen af borgernes oplevelser.

Alle 5 interviews foregik online, blev optaget med informanternes samtykke, og blev derefter transskriberet. Fordelen ved interviews med de unge er, at man får indblik i, hvordan de selv forstår bestemte begivenheder, situationer eller fænomener i deres eget liv, hvilket er formålet med undersøgelsen (Poulsen, 2016, s. 77). Ulempen ved at interviewe eksperter og fagpersoner er derimod, at personlige holdninger kan skinne igennem, hvilket der er opmærksomhed på i udvalget af citater.

I udvalgte citater til analysen, er der gjort brug af brackets for at synliggøre at noget fra det originale citat er taget ud, fx [...]. Dette synliggøres for at vise man ikke har til hensigt at tage noget ud af kontekst; samt gøre læser opmærksom på, at resten af citatet findes i bilaget tilknyttet.

Sekundær empiri

Indhentningsmetoden af *den sekundære empiri* er udelukkende af *kvantitativ* oprindelse (Hussain & Kristensen, 2016, s. 20). Empirien stammer fra videnskabelige studier om menneskers helbred ifm. søvn, videnskabelig forskning i kronobiologi, samt faktuelle tal fra bl.a. *Styrelsen for Arbejdsmarked og Rekruttering* (STAR).

De *kvalitative* bløde interviews i *primær empirien*, er diametrale modsætninger til de hårde tal og fakta fra den *kvantitative sekundære empiri*. Dette er en fordel, for de supplerer hinanden godt, da den *objektive viden* kædes sammen med, samt validerer udsagnene fra de *kvalitative* interviews (Harboe, 2018, s. 81).

Videnskabsteori

Den indhentede empiri behandles gennem en analysestrategi, med en *dialektisk vekselvirkning* mellem empiri og teori. Strategien kan dermed kategoriseres som *abduktiv*, da der både benyttes *induktiv* og *deduktiv styring* (Christensen & Lysen, 2021, s. 36).

Først er projektet *induktivt styret* ud fra empirisk, objektiv viden, som udgjorde fundament for at påpege, at der fandtes en problemstilling for B-mennesker (Christensen & Lysen, 2021, s. 35). Det gav indflydelse på valg af *primær empiri*, ift. hvordan de *kvalitative* interviews blev udarbejdet, samt valg af interviewpersoner. *Primær empirien* analyseres derefter *deduktivt*, med udgangspunkt i eksisterende teori og antagelser på det sociale område (Christensen & Lysen, 2021, s. 35-36).

Analysen foretages desuden gennem to sæt videnskabelige forståelser; henholdsvis *det socialkonstruktivistiske perspektiv* samt *det fænomenologiske perspektiv*.

Socialkonstruktivisme

I *Socialkonstruktivismen* tager man afsæt i hvordan noget konstrueres, e.g. hvordan et samfund eller et socialt problem konstrueres af mennesket (Jacobi, 2021, s. 156). I konstruktionen inddrages *den historiske, kulturelle og sociale kontekst; menneskelig adfærd og handlinger* samt *sociale processer og relationer* (Jacobi, 2021, s. 161-162). Desuden rummer perspektivet en konsensus om, at videnskaben bør have et *frigørende sigte* for mennesket (Christensen & Lysen, 2021, s. 26-27).

Det *socialkonstruktivistiske perspektiv* inddrages, fordi A-samfundet kan opfattes som en menneskelig konstruktion. Ligeledes er beskæftigelsesområdets struktur en del af konstruktionen, hvorfor et samfundskritisk syn på konstruktionen udgør en væsentlig del af analysen. Der søges dermed forklaret ud fra en *historisk, kulturel og social kontekst*, hvorfor samfundet i dag er konstrueret til A-mennesker; hvilken indflydelse dette har ved *sociale processer og relationer*; samt hvordan det påvirker *menneskets adfærd og handlinger*.

Fænomenologi

Det primære fokus i *den eksistentielle fænomenologi* er menneskets oplevelsesverden, hvor menneskets opfattes som et psykologisk, biologisk, historisk, socialt og kulturelt væsen. Samfundets sociale og kulturelle aspekter er ens for mange i *den kollektive eksistens*, men individet har sin egen *personlige eksistens* og oplevelse af verden (Feilberg & Nissen, 2021, s. 94). *Praktisk indstilling* er det grundlæggende begreb i dette perspektiv, hvor man ved at være åben, nysgerrig og forstående over for det menneske, og dets oplevelser, som man undersøger (Feilberg & Nissen, 2021, s. 96).

Det *fænomenologiske perspektiv* inddrages for at belyse, hvordan det opleves for unge B-mennesker tilknyttet *Jobcentret*, opbygget i A-menneskets samfundsstruktur, for at opnå en dybere forståelse af de unges oplevelsesverden. Dette åbner op for, at der i konklusionen fremsættes et hypotetisk forslag til, hvordan *Jobcentret* kan nytænkes, og dermed bidrage til et *frigørende sigte*.

Teorifremstilling

Der bruges et eklektisk mix af teorier i analysen, hvoraf *Bourdieu's* begreber om *doxa* og *magt*, *Strupp & Hadleys* kriterier for *psykisk sundhed*, samt *Giddens strukturationsteori* er hovedteorierne i analysen, hvilket redegøres for her:

Pierre Bourdieu

Den franske sociolog *Bourdieu* rettede sin opmærksomhed mod magtfulde tendenser i samfundet, og det redegøres for hvordan hans begreber om *Doxa* og *magt* har indflydelse på det sociale arbejde, med eksempler fra *Jobcentret*.

Bourdieu rettede et kritisk blik mod den statslige planlægning, og mente desuden at det skulle rettes mod det sociale arbejde, som pålægger udsatte borgere at forandre deres liv i overensstemmelse med de dominerende normer i samfundet (Bourdieu i Larsen, 2013, s. 93). De dominerende normer afspejles i begrebet *Doxa*, som er noget selvfølgeriggjort, dét man i samfundet ikke sætter spørgsmålstegn ved (Bourdieu i Larsen, 2013, s. 99).

Bourdieu mente, at der fandtes en *skjult magt* i samfundet, som udøves, når velfærdsstaten intervenserer gennem socialt arbejde. Han belyste en kritik af problemerne, der udfoldes når der ikke gøres tilstrækkeligt for at modificere sociale uligheder (Bourdieu i Larsen, 2013, s. 94). Hvis fx en ung aktivitetsparat borger ikke virker motiveret for at tage en uddannelse, *kan* det opfattes som et udtryk for en individuel mangel. Dette kaldes en *miskendt magt*, hvor samfundsmæssige magt- og ulighedsforhold fejllæses som et udtryk for noget andet, i dette tilfælde den unges individuelle mangel på motivation eller evne til at gennemføre en uddannelse (Bourdieu i Larsen, 2013, s. 95).

En socialrådgiver i *Jobcentret* besidder en *objektiv magt* til at træffe afgørelser med betydning for borgere. Dog besidder denne ydermere en *symbolsk position*, hvilket bevirker at denne bedre kan træffe afgørelser, gennem et socialpolitisk *doxa* om hvordan sociale problemer bør forstås. Dette *doxa* giver socialrådgiveren en *symbolsk magt* til at bestemme, hvordan noget fortolkes, samt hvilken mening der skabes omkring en given situation (Bourdieu i Larsen, 2013, s. 104). Socialrådgiverens opfattelse af, hvad et socialt problem er i lyset af samfundets dominerende

normer, kan dog gøre, at vedkommende risikerer at udøve en *miskendt magt* over for borgeren, hvis opfattelsen af det sociale problem fejllæses. Er fejllæsningen meget forkert, kan socialrådgiveren risikerer at udøve *symbolsk vold* over for borgeren, hvis denne sættes i en situation, hvor den magtfuldes fortolkning påtvinges, og den underlagte ikke kan udtrykke legitim uenighed med dette. Nogle *doxa* i samfundet, fører lettere til *symbolsk vold* end andre, hvorfor socialrådgiveren bør være opmærksom på sin *symbolske position*. De dominerende sandheder i samfundet, har derfor indflydelse på hvordan en borger opfattes, hvilket kan føre til forskellige grader af magt udøvet over for borgere, hvorfor denne teori er valgt.

Strupp & Hadley

Det gode arbejde har mange facetter, og der er mange teorier om hvordan det gode arbejde kan se ud. *Strupp & Hadley* nævner tre hovedkriterier, hvor *mental sundhed* er et krav til et sundt og kvalitetsbetonet job:

- *At den person, som har arbejdet, selv oplever og betegner det som godt.*
 - *At arbejdet fremmer og ikke skader personens fysiske og psykiske sundhed og udvikling.*
 - *At personen i sin jobadfærd alt andet lige foretrækker arbejdet frem for andre mulige.*
- (Strupp & Hadley i Graversen & Larsen, 2004, s. 81).

Desuden har adskillige fagpersoner forsøgt at belyse, hvad begrebet *psykisk sundhed* indbefatter. Problemet er, at det varierer, hvad nogen vil kalde sundt. *Strupp & Hadley* påpeger, at *psykisk sundhed* derfor er værdiladet, og kan afspejle den som definere dets kulturbundne normer og menneskesyn. Derfor identificeredes der tre udgangspunkter for *psykisk sundhed*:

- Personens egen *oplevelse af velbefindende*, om vedkommende trives og har det godt.
- *Omgivelsernes forventninger og krav* til personen, at vedkommendes adfærd er i overensstemmelse med samfundets gældende normer for normal opførsel, og at denne kan håndtere de udfordringer og krav der mødes.
- Om personen tænker, handler, føler og udvikler sig i overensstemmelse med de personlighedsmodeller og metoder, som fagpersoner bekender sig til.

Disse udgangspunkter skelner ikke altid mellem psykisk eller fysisk sundhed, da de kan ses som en af samme, men når det gøres indgår der elementer af personlig vækst, social fungeren og samspil med omverdenen i den *psykiske sundhed* (Strupp & Hadley i Graversen & Larsen, 2004, s. 110). Da borgernes oplevelse er fokus i opgaven, er denne teori valgt for at belyse, hvorvidt de trives i beskæftigelsesindsatsen.

Anthony Giddens

Den engelske sociolog *Giddens' strukturationsteori*, forklarer forholdet mellem det handlende individ og de samfundsmæssige institutioner og strukturer. I teorien påvirker individet samfundet og omvendt (Giddens i Bak, 2010, s. 81). Først redegøres der for teoriens begreber om *bevidsthed* og *handlingsprocesser*, hvorefter nøglebegreberne; *social praksis, agenter, systemer og strukturer* forklares efterfølgende med eksempler fra *Jobcentret*.

Praktisk bevidsthed er de daglige handlinger, som virker normale uden at vide hvorfor. En tavs viden om hvordan man udfører et socialt, rutinepræget og automatiseret liv. En socialrådgiver kan have praktisk, rutinepræget bevidsthed om udførelsen af arbejdet i et *Jobcenter*, hvorimod en borger ikke har den samme *praktiske bevidsthed* om dette; omvendt kan borgen have *praktisk bevidsthed* om noget andet som socialrådgiveren ikke har. Modpolen til dette er den *diskursive bevidsthed*, hvor man reflekterer over, hvorfor man gør noget, samt forklarer og begrunder det over for andre (Giddens i Bak, 2010, s. 84).

Handlingsprocesser er ikke en enkeltstående handling, men en kontinuerlig strøm uden start og slut, kendt som en *strukturationsproces*. *Handlingsprocessen* foregår gennem; *refleksiv handlingsregulering, handlingsrationalisering* samt *handlingsmotivering*. Gennem *Refleksiv handlingsregulering* registrerer man hele tiden ens omgivelser og andre mennesker, og regulerer ens adfærd efter de observerede forhold. Ved *handlingsrationalisering* vurderes forholdet mellem handling og intentionen ift. den, og først hvis rutinen brydes spørges der ind til intentionen. *Handlingsmotivering* er et potentiale for en handling, et motiv der forekommer når rutiner brydes (Giddens i Bak, 2010, s. 85-87).

Social praksis skaber det sociale liv, og konstituerer mennesket som *agent* (Giddens i Bak, 2010, s. 83). *Agenter* er individer i samfundet, med en *praktisk bevidsthed*. De lever i et samfund med

systemer og strukturer (Giddens i Bak, 2010, s. 84). Et *system* består af *agenter*, hvor deres mønster af handlinger danner en social relation. Et *system* findes i et *Jobcenter*, hvor *agenterne* er de unge borgere og de ansatte i *Jobcentret*, og det mønster af handlinger der finder sted er jobsamtalerne, som danner sociale relationer mellem unge og ansatte (Giddens i Bak, 2010, s. 87-88). *Strukturer* er regler, rammer og normer, som kun eksisterer i en praksis skabt af *agenter*. *Strukturer* kan være retningslinjer for, hvornår jobsamtalerne afholdes, og *strukturer* eksisterer kun hvis de bruges af de ansatte, og de kan kun gøre brug af dem hvis der kommer borgere til jobsamtaler (Giddens i Bak, 2010, s. 88).

Jobcentret er således både en *struktur* med regler, rammer og normer, hvilket kun kan skabes gennem praksis af de ansatte og dets borgere, men er ligeledes et *system* som skaber relationer gennem handlinger i jobsamtalen. Jobsamtalen kan ikke foregå uden regler, rammer og normer i praksis, i.e. *strukturen*, medens *Jobcentrets struktur* ikke kan eksistere uden en praksis hvor ansatte og borgere deltager i jobsamtaler, i.e. et *system*. *System* og *struktur* er derfor to sider af samme mønt. *Struktur* påvirker derfor *systemet* gennem regler, rammer og normer, men omvendt kan et *system* påvirke *strukturen* gennem *handlingsprocesser*. Disse handlinger er foretaget af *agenter* med *praktisk bevidsthed* gennem deres praksis. Tager *agenterne* den *diskursive bevidsthed* i brug og reflekterer over hvorfor noget bliver gjort, og *handlingsrationaliserer* om intentionen med handlingen, er der grundlag for *handlingsmotivation*. Med andre ord, ændrer en *agent* sine handlinger, kan det påvirke den praksis, som skaber *strukturen*. Dermed kan *agenter* forandre *struktur* og *system*, mens *strukturen* ligeledes påvirker *agenternes* handlinger i *systemet*. Dette kaldes *strukuration*. Teorien er valgt fordi den forklarer nutidens A-samfundsstruktur, samt hvordan denne kan ændres.

Analyse

Tilgangen i analysen har fokus på tre dele:

1. Først afklares det, hvilke problematikker B-mennesker i det nutidige samfund generelt oplever, hvilket leder til en diskussion om, hvorvidt A-samfundet kan defineres som et socialt problem for B-mennesker, samt hvorfor det er en selvfølgelighed at møde tidligt.
2. Dernæst indsnævres fokus på målgruppen, aktivitetsparate borgere mellem 18-30 år, og hvordan det opleves for B-mennesker, at navigere i Jobcenterregiet, samt hvordan en socialrådgiveres arbejde med borgerne og tidsstrukturen kan påvirke dette.
3. Det udfolder en diskussion om, hvorvidt beskæftigelsesindsatsen kan opfattes som beskæftigelsesfremmende eller -hæmmende, i den nuværende A-samfundsstruktur, samt hvilke tiltag der kunne implementeres for at forbedre indsatsen i *Jobcentret*.

Del 1: B-mennesker i A-samfundet

De dovne

Søger man på nettet om A- og B-mennesker, finder man mange subjektive artikler og holdninger, hvor der diskuteres hvorvidt B-mennesker blot bør stå tidligere op, fx: *“Når alt kommer til alt, er det så ikke bare jer [B-mennesker], der er nogle dovne teenagere, der ikke kan komme ud af døren til tiden?”* og: *“Jeg er selv A-menneske, og jeg er tidligt oppe - også i weekenderne - men resten af min familie dovner den ofte hele formiddagen”* (Frederiksbergliv, 2022; Alt, 2020). Ekspert på området Camilla Kring siger: *“Hvis du prøver at google B-mennesker, så ser du i høj grad sovende mennesker, eller nogen, der kæmper med vækkeuret, hvor et A-menneske ses som morgenfrisk og får noget ud af dagen”* (bilag 4, s. 1).

Attituden er klar og tydelig: B-mennesker skildres af mange som dovne. Det at gå sent i seng, tilsteder B-mennesker en *stigmatisering af karaktermæssig fejl*, hvor de ses som udisciplinerede og dovne, og dette kan være problematisk, da det giver en *miskrediterende egenskab* til *sene kronotyper* (Goffman, 2009, s. 45-46). B-mennesker sover dog ikke mere end A-mennesker, men blot på andre tidspunkter, og er aktive på andre tidspunkter. B-mennesker sover dog mindre på arbejdsdage end A-mennesker, da de ikke falder i søvn selvom de går tidligt i seng, men de skal stadig tidligt op i A-samfundets mødetider. *“Der er rigtig meget skyld og skam forbundet med at være B-menneske, og det er jo ret tankevækkende også, når vi kigger på statistikkerne, fordi at majoriteten af os alle sammen er jo [...] sene kronotyper”* siger Camilla Kring (bilag 4, s. 1). Stigmabetegnelsen “doven” kommer af de fordomme i samfundet, som maler et negativt billede af B-mennesker, hvilket utilsigtet kan ende i *diskrimination*, der begrænser deres udfoldelsesmuligheder (Goffman, 2009, s. 46-47).

De muligheder der begrænses ses bl.a. ved, at samfundets struktur er skruet sammen til én type mennesker; dem som går tidligt i seng og står tidligt op, og de belønnes endvidere for dette. A-mennesker forfremmes oftere, og tjener 7% mere i gennemsnit end B-mennesker (Rockwool Fonden, 2011). B-mennesket forskelsbehandles derfor på arbejdsmarkedet ift. A-mennesker, da de er tvunget til at gå på arbejde midt i deres biologiske nat, og derfor ikke kan præstere på samme niveau. Dog er de fleste er vokset op med at lære, at man skal stå tidligt op, og længe har den norm

eksisteret; *Benjamin Franklin* sagde ligeledes: “*Tidligt i seng og tidligt op, gør en mand sund, rig og klog*”, hvilket afspejles i nutidens fordeling af indkomster blandt A- og B-mennesker (Wikipedia, 2023).

Imidlertid handler indkomstfordelingen ikke altid om, hvor effektive de ansatte er, for studier viser, at alene det at møde ind tidligt på en arbejdsplads, giver højere performance-evalueringer, end hvis man møder ind senere og laver det samme (Yam, Fehr & Barnes, 2014). Mange har nok luret, at det at møde tidligt “er bedre”, for der findes adskillige artikler og bøger, som giver B-mennesker råd til, at lære at stå tidligt op, fx: “*6 tricks, der garanterer, at du bliver et morgenmenneske*” og bogen: “*Bliv et A menneske - lær at stå tidligt op med hypnose*” er blot nogle af de få (Woman, 2016; Mindly). Dette er til trods for, at videnskabelig forskning taler for, at de ville give mere produktive medarbejdere, elever med højere karakterer, og en sundere befolkning, hvis B-mennesker mødte senere i stedet for at underlægge sig 8-16-rytmen (Sleep Foundation, 2023; Bono & Hill, 2020).

Gaming og glødepærer

Men, kan B-mennesker træne sig selv til at gå tidligere i seng? Professor og overlæge fra *Dansk Center for Søvnmedicin*, *Poul Jørgen Jennum*, siger: “*Et udlevet B-menneske er ikke nødvendigvis et genetisk betinget B-menneske, men en person, der simpelthen ikke kan komme i seng*” (Samvirke, 2017). Citatet vægter at B-mennesker har en genetisk betinget døgnrytme, de ikke kan ændre; men også at der, for nogle, kan være tale om at presse søvnrytmen mere, end hvad kroppen er biologisk disponeret til. “*Der er nogle unge mennesker, for hvem det er at sidde og game [...] til kl. 06.00 eller 07.00 om morgenen, og det er ikke nødvendigvis dit indre ur, der gør, at du skal gå i seng kl. 07.00*” siger *Camilla Kring* (bilag 4, s. 4). Rent genetisk er det en udfordring for B-mennesker at møde i A-samfundets mødetider; men der kan, ifølge eksperterne på området, være tale om at presse sin rytme ud over det naturlige. Dette skal dog ikke negligere, at er tale om en reel problemstilling for B-mennesker:

Der er nærmest 12 timers forskel mellem et ekstremt “A” og ekstremt “B”, det skyldes Thomas Edisons opfindelse af det elektriske lys eller glødepæren, som gør, at vi mennesker ikke har særlig meget kontrast mellem lys og mørke [...] grunden til, at vi har et indre ur, er for at synkronisere os

til jordens rotation omkring sit eget aks. Det er noget urgammel biologi, der er i os, og et af de vigtigste tidssignaler, det er gennem øjnene (Camilla Kring, bilag 4, s. 3).

Der er dermed flere faktorer, som spiller en rolle; genetik, lys og mørke, samt om man presser sin døgnrytme yderligere end naturligt. Mennesker kan ændre på lysindtag, og lade være med at presse kroppen til yderpunktet af træthed. Dog kan man ikke ændre på generne, hvorfor der igen refereres til klokkegenet, PER3, som styrer vores *indre ur*, hvilket man ikke er herre over (Nobel Prize, 2017).

Nogle forskere antager dog, at skærmforbrug er en afgørende faktor, der påvirker døgnrytmen, dog uden videnskabelig sikkerhed (VIVE, 2022, s. 64-65). Dette *kan* muligvis påvirke om man presser sin søvnrytme yderligere, som både *Poul Jørgen Jennum* og *Camilla Kring* er inde på, men det ændrer ikke på, at B-mennesker er født med en bestemt genetik. Dog er det bevist, at skærmforbrug ikke får unge B-mennesker til at gå senere i seng end naturligt. Et studie af *Quilombo* folket i *Brasilien* uden adgang til elektricitet, viser at skærmforbrug eller kunstigt lys, ikke har indflydelse på, hvornår unge bliver naturligt trætte og falder i søvn, da unge med adgang til elektricitet udviser samme søvnmønster; begge grupper unge går sent i seng (Roenneberg, 2019). Til dette kommenterer *Camilla Kring*: "*Vi skal helt væk med den der diskussion om disciplin og mobiltelefoner*" (bilag 4, s. 5).

Er det et socialt problem?

Opsummeret kan B-mennesker opleve at blive *stigmatiseret*; de har det sværere på arbejdsmarkedet; og de kan ikke ændre deres gener, men kan A-samfundet kategoriseres som et socialt problem for dem? Definitionen af et socialt problem lyder: "*Det er en iagttaget, uønsket social (livs)situation, som der er en udbredt opfattelse af, at offentlige institutioner har et ansvar for at søge afhjulpethed gennem en hjælpeindsats. Denne kan udføres alene eller i samarbejde med andre institutioner*" (Bundesen, 2011, s. 15).

Når man taler om en "*iagttaget, uønsket social (livs)situation*", kan det være de helbredsmæssige konsekvenser, B-mennesker kan påtage sig, da det er sundhedsskadeligt for et B-menneske at arbejde i A-menneskes arbejdstider. Det kan bl.a. lede til depression, kronisk søvnmangel,

hjertesygdomme, større risici for diabetes samt rygning, overvægt og *socialt jetlag*. Derudover har B-mennesker 10% større chance for at dø tidligere, i modsætning til A-mennesker. Dette blev belyst i et studie med næsten ½ million deltagere (Northwestern University, 2018). *Socialt jetlag* er et begreb, som beskriver de negative helbredsmæssige konsekvenser, man får ved at leve ude af takt med sit *indre ur*. Dette skyldes de samfundsmæssige krav, der er ifm. mødetid i skoler og på arbejdspladser, som oftest er kl. 08.00, og derfor ligger tidligere ift. hvornår *sene kronotyper* naturligt står op. De falder nemlig ikke i søvn, fordi de går tidligere i seng, hvilket resulterer i et søvnunderskud på skole- og arbejdsdage. Det indhentes ved at sove i længere tid i weekenden, hvilket resulterer i et forskudt søvnmønster og helbredsproblemer (Roenneberg et al., 2012).

For at fastslå at A-samfundet er et socialt problem, skal der være "*en udbredt opfattelse af*" at søge problemet afhjulpet (Bundesen, 2011, s. 15). Den udbredte opfattelse kan bestå af den majoritet i befolkningen, som er de 55,7% af mennesker der falder indenfor kategorien *sen kronotype*, som jeg antager ikke er interesserede i helbredsproblemer. Ydermere vågner *den mellemliggende kronotype* naturligt kl. 08.00, og vil dermed komme for sent, hvis vedkommende mødte kl. 08.00, så denne *kronotype* vil ligeledes få *socialt jetlag* ved at vågne tidligere. Tæller man denne kategori med, findes der en majoritet på 81,1% af befolkningen, som vil påtage sig helbredsproblemer i A-samfundets traditionelle mødetider.

I og med at helbredsproblemer er en opgave, som sundhedssystemet i Danmark har "*ansvar for at søge afhjulpet gennem en hjælpeindsats*", kan A-samfundet derfor blive opfattet, gennem *Bundesens* definition, som et socialt problem (2011, s. 16). Så er spørgsmålet, om det er hensigtsmæssigt at lade det gå så vidt, at sundhedssektoren skal afhjælpe helbredsproblemerne, eller om man skulle *forebygge* at de kommer til at opstå.

Doxa og strukturelt problem

Professor i kronobiologi, *Malcolm von Schantz* fra *Surrey Universitet*, siger: "*Dette er et folkesundhedsproblem, som ikke længere kan ignoreres. Vi bør diskutere, at tillade aftentyper at starte og afslutte arbejdet senere*" (Neuroscience news, 2018). Men hvad er så grunden til, at vi ikke har et samfund, som er bedre tilpasset de døgnrytmer, man er født med? "*Det handler om den kultur, vi stadigvæk sidder fast i, det er fortidens landbrugs- og industrikultur, der stadigvæk sidder*

dybt i mennesket, og styrer de samfundsmæssige rytmer” siger Camilla Kring (bilag 4, s. 2). Det er fortidens dominerende normer der er en selvfølge, et *Doxa*, hvor man i samfundet ikke sætter spørgsmålstejn ved, hvorfor man møder kl. 08.00, selvom det udfordrer en stor del af befolkningen med helbredsproblemer (Bourdieu i Larsen, 2013, s. 99).

“8-16-rytmen, det er 8-8-8-rytmen fra 1919; 8 timers arbejde, 8 timers fritid, 8 timers søvn. Det er en kollektiv one-size fits all rytme, som er dybt forankret i det danske samfund” tilføjer Camilla Kring (bilag 4, s. 5). Rytmen er inkorporeret i den kollektive danske *praktiske bevidsthed*, som en helt normal handling, uden at vide hvorfor, som en del af det rutineprægede og automatiserede liv. Der findes ikke, på nuværende tidspunkt, en udpræget *diskursiv bevidsthed* i samfundet, hvor man reflekterer over hvorfor man møder kl. 08.00, og sætter spørgsmålstejn ved det, for mange kender ikke til den videnskab, der i dag (Giddens i Bak, 2010, s. 84).

Dog findes der minoriteter, der ønsker mere opmærksomhed på problemet, bl.a. *B-samfundet*, med medlemmer i over 50 lande, og man finder diverse debatter online, med B-mennesker der har “fået nok”: *“Hele livet har jeg, ligesom millioner af andre, været underlagt A-menneskernes foretrukne verdensorden, men nu må vi altså få talt om det”* og *“Stop tyranniet fra A-menneskerne! Ryk mødetiden til klokken 10 for alle unge”* (B-society; TV2 Kosmopol, 2022; Politikken, 2018). Men det er et stort oplysningsarbejde at informere om videnskaben, og tager man *stigmatiseringen* af B-mennesker i betragtning, kan man antage at der er en stor andel af befolkningen med de selvsamme følelser, der ikke tilkendegiver sig.

Grunden til at der ikke er sket en ændring af 8-16-rytmen, kan være fordi at mennesket lever i *systemer og strukturer* (Giddens i Bak, 2010, s. 84). *Systemet* er arbejdspladsen eller skolen, hvor sociale relationer dannes (Giddens i Bak, 2010, s. 87-88). *Strukturen* er 8-16-rytmen, som udledes gennem uskrevne regler, rammer og normer, som eksisterer fordi det passede ind i bonde- og industrisamfundet (Giddens i Bak, 2010, s. 88). *“Det er en lang rejse at ændre de institutionelle strukturer [...] og flytte dem fra en industriel tidslogik til en mere bæredygtig tidsstruktur og rytme, der understøtter menneskets biologiske rytmer”* siger Camilla Kring og tilføjer: *“I bund og grund handler det her om, hvordan vi får flyttet det danske samfund fra et industrisamfund til et videns-*

og servicesamfund, og det kræver en nytænkning omkring tid og rytme” (bilag 4, s. 1; bilag 4, s. 6).

For at der er potentiale for ændring, skal der være *handlingsmotivering*, et motiv som forekommer når rutiner brydes. Rutinen som 8-16-rytmen er, kan brydes gennem *handlingsrationalisering*, hvor forholdet vurderes mellem handlingen, i.e. at møde tidligt, og intentionen, i.e. at være aktiv og produktiv (Giddens i Bak, 2010, s. 85-87). Så er B-mennesker aktive og produktive kl. 08.00 om morgenen? Det viser forskning, at de ikke er, samt at det er usundt for dem. Det er dermed samfundets *doxa*, *system* og *struktur*, dannet af fortidsmennesket i landbrugs- og industrisamfund, som bevirker, at det nu er et socialt problem for B-mennesket i videnssamfundet, og dette bør der stilles spørgsmålstejn ved.

Del 2: B-mennesker i beskæftigelsesindsatsen

Der er i del 1 beskrevet, hvordan B-mennesker opfattes og *stigmatiseres* i samfundet; hvilke udfordringer de har på arbejdsmarkedet; at de ikke kan ændre deres biologi; at det kan opfattes som et socialt problem for *sene kronotyper* at leve i A-samfundets struktur; samt hvorfor vi lever i en verden struktureret på denne måde. A-samfundet er udfordrende for helt gængse B-mennesker, men nu vil fokus være på, hvordan det er for unge B-mennesker med sociale problemer, at være tilknyttet *Jobcentret*.

Sociale problemer

Unge aktivitetsparate borgere, har jf. BAB § 4, stk. 4, sociale problemer ud over ledighed. En socialrådgiver beskriver nogle af de udfordringer:

Det er jo hele paletten [...] en diagnose, der skinner mere igennem nu, end den har gjort før er autisme. For nogle år siden, var det borderline [...] vi ser også ADHD [...] men problemet er, at de tit har mange andre udfordringer [...] Så det er en kombination af psykiatriske diagnoser [...] meget lav IQ [...] kriminalitet, hjemløshed osv. (bilag 3, s. 1-2).

Det er en bred vifte af udfordringer, de unge kan have, som er individuelt fra borger til borger. Fælles for dem er, at de ofte ikke kun ét socialt problem har, men flere, hvor man som fagperson kan være nysgerrig på, hvilket socialt problem ledte til det andet, for at søge det løst med en lineær forståelse, ved at løse ét problem ad gangen. Men i og med, at sociale problemer ofte forstærker hinanden, og ikke udklækkes som ét problem efter det andet, er problemerne cirkulære: en ond cirkel hvor sociale problemer forstærker hinanden (Kongsgaard, 2017, s. 82-83). Så problemet for de unge er ikke blot adskillige sociale problemer som forstærker hinanden, men en genetik som udfordrer deres søvn, produktivitet og helbred, hvis de pålægges at møde tidligt.

Når studier viser, at det er udfordrende for B-mennesker *uden* sociale problemer at møde tidligt, hvordan påvirker det dem *med* sociale problemer? Socialrådgiveren siger om de unge borgeres arbejdsevne: *“Mange af dem, jeg sidder med, der er job slet ikke en mulighed. De kan måske arbejde mellem 2-5 timer på en uge, hvis de kan arbejde”* (bilag 3, s. 2). Komplekse sociale problemer spiller en stor rolle ift. deres arbejdsevne. Dog kan det antages at de unges *sene*

kronotype, ikke gør det lettere at komme i uddannelse eller arbejde, fordi arbejdsevne vurderes i samspillet mellem den unges *funktion*, og *krav fra omgivelserne*, og krav om mødetid udfordres af deres *kronotype* (Diderichsen, 2016, s. 466). Tab af arbejdsevne, eller tab af evne til at komme i uddannelse, kan have psykologiske konsekvenser, ved at borgerne føler sig utilstrækkelige. Det kan give dårlig samvittighed, som over tid kan ende i *depression* og *social isolation*, som er andre sociale problemer, der igen forstærker de problemer de i forvejen har (Münchow, 2016, s. 524-525). Borgerens egen *oplevelse af velbefindende*, i.e. om vedkommende trives og har det godt, kan påvirkes af *omgivelsernes forventninger og krav* til personen, da borgers adfærd som *sen kronotype*, der sover sent og står sent op, ikke er i overensstemmelse med samfundets gældende normer for normal opførsel. Det er dermed sandsynligt, at *kronotype* har indflydelse på borgernes *psykiske sundhed* i den nuværende tidsstruktur. Det er derfor også muligt, at nogle unge fastholdes på overførselsindkomster, fordi de sociale problemer forstærker hinanden, og døgnrytmen, i den nuværende samfundsstruktur, ligeledes forstærker dem. Ydermere er borgernes *psykiske sundhed* vurderet ift. fagpersonernes perspektiv, ved at de tænker, handler, føler og udvikler sig i overensstemmelse med de metoder, fagpersonen bekender sig til, men problemet er, at der ikke findes metoder og teorier i socialt arbejde, der understøtter arbejdet med B-mennesker (Strupp & Hadley i Graversen & Larsen, 2004, s. 110).

Naturlig rytme

Døgnrytme kan dermed påvirke borgernes *psykiske sundhed*. Denne rytme undersøges nærmere, og der spørges ind til, hvornår de går i seng naturligt, og til dette oplyser Borger 1:

Jeg vender og drejer mig i mange timer, og det er uanset hvad tidspunkt jeg står op på [...] og egentlig burde være træt [...] jeg plejer at stå op ved en 9-10 tiden [...] jeg er ikke frisk lige med det samme, jeg vil gerne have en stille og rolig opstart. Hvis jeg stresser ud af sengen, så har jeg bare en træls dag resten af dagen (bilag 1, s. 1).

Tilsvarende siger Borger 2:

Helt normalt plejer jeg at vågne et sted mellem kl. 09.00 og 10.00 [...] og så sover jeg typisk om aftenen et sted mellem kl. 24.00 og 02.00. Om morgenen, der bruger jeg lidt tid på at vågne, jo tidligere jeg er stået op, jo længere tid bruger jeg også på at vågne (bilag 2, s. 1).

De udviser begge klassiske B-menneske træk; går senere i seng og står senere op; foretrækker rolige morgener; og topper mentalt senere på dagen (Center for Anvendt Kronobiologi, 2023d). Begge kan kategoriseres som *lette* til *moderate sene kronotyper*, som vågner mellem kl. 09.00 og 10.00 (Center for Anvendt Kronobiologi 2023b). Deres rolige morgener gør, at de trives og har det godt, samt har en *oplevelse af velbefindende*, og det modsatte gør sig gældende hvis de “*stresser sig ud af sengen*” grundet *omgivelsernes krav* (Strupp & Hadley i Graversen & Larsen, 2004, s. 110).

Hvis begge borgere inviteres til en jobsamtale kl. 09.00, er det sandsynligt at de står op 1 ½ time inden. Dette udregnes fra at man gennemsnitligt bruger 29-36 min. på morgenmad (Rockwool Fonden, 2016, s. 17-18). Et gennemsnitligt bad tager 8 min. og hvis du skal tørre dig og have tøj på, lad os give det 8 minutter mere (BBC, 2011). Gennemsnitlig transporttid for alle i Europa, offentlig transport eller i bil, er 70 min. om dagen, så det kan tage 35 min. at transportere sig selv til *Jobcentret* (Ing, 2018). Det kan dermed tage 80-87 min. fra borger står op til at være på *Jobcentret*. De skal derfor være oppe kl. 07.30 for at være der kl. 09.00. Borgerne oplever *socialt jetlag*, ved at stå op kl. 07.30, ift. at stå op kl. 09.00 eller 10.00. *Camilla Kring* fortæller hvordan dette udregnes:

Du [måler] socialt jetlag af forskellen på et søvnmidtpunkt på en arbejdsdag/skoledag og fridag. Lad os sige, at du på en arbejdsdag går i seng ved midnat og står op kl. 06.00, har du søvnmidtpunkt kl. 03.00. Hvis du i weekenden går i seng kl. 02.00 og står op kl. 10.00, har du søvnmidtpunkt kl. 06.00. Fra 6 og 3 har du 3 timers socialt jetlag. Mange unge mennesker har 4-5 timers jetlag. Forskningen viser også, at har du over 4 timer socialt jetlag, finder vi 60% rygere i den kategori. Bare hvis man har én time socialt jetlag, så stiger risikoen for overvægt med 33% pr. time [...] du lever totalt i modvind, fordi du lever totalt ude af takt med dit indre ur (bilag 4, s. 4).

Voksne har et gennemsnitligt søvnbehov på 8 timer (WebMD, 2022). På normale dage går borger i seng kl. 02.00 og vågner kl. 10.00, med et søvnmidtpunkt kl. 06.00, og sover indenfor sit optimale søvnvindue. Lykkes det borger, aftenen inden en jobsamtale, at falde i søvn tidligt kl. 00.00, og ikke ligger og vender og drejer sig, og skal vågne kl. 07.30, er søvnmidtpunkt kl. 03.45. Fra kl. 03.45 til 06.00 er der et *socialt jetlag* på over 2 timer, fra naturlige dage til jobsamtaledage. Skulle borger i *virksomhedspraktik* og møde kl. 08.00, skulle borger endnu tidligere op, og ville dermed tilegne sig et markant større *socialt jetlag*.

Borger 2 siger: *“jeg føler altid der er noget galt med mig, at jeg på en eller anden måde er forkert, fordi jeg ikke kan og ikke har energi til de samme ting, eller ikke er lige så morgenfrisk som de andre”* (bilag 2, s. 2). Den *“modvind”* borger oplever, går ud over dennes egen *oplevelse af velbefindende*, ved ikke at trives og have det godt, fordi *omgivelsernes krav* resulterer i *socialt jetlag* (Strupp & Hadley i Graversen & Larsen, 2004, s. 110). At føle sig *“forkert”* kan have noget at gøre med den *stigmatisering* der er i samfundet, om at være en *sen kronotype*, da borger afviger fra den kulturelle norm; at skulle stå tidligt op og være *“morgenfrisk som de andre”* (Goffman, 2009, s. 45-46).

Jobsamtaler

Unge aktivitetsparate borgere har dermed sociale problemer, som forstærkes af deres biologiske døgnrytme, hvis der stilles krav til tidlige mødetider. Men på hvilke tidspunkter stilles der krav til dem i *Jobcentret*? Ift. jobsamtaler jf. LAB § 27, skal *Jobcentret* tilrettelægge og gennemføre fleksible kontaktforsøg, i form af individuelle jobsamtaler, under hensyn til personens ønsker og forudsætninger og arbejdsmarkedets behov. Borgere har ret og pligt til selv at booke tid til jobsamtaler, jf. LAB § 34, så de bestemmer hvornår, medmindre de er frataget selvbooking jf. LAB § 35, og dermed ikke har nogen indflydelse. Socialrådgiveren oplyser:

De er ikke frataget, og de booker heller ikke. Der er nogle få, der booker, og så er der nogle, hvor jeg siger: Skal vi prøve det? Så holder jeg lidt øje med dem, og hvis jeg kan se, at det skrider lidt dét her, så skynder jeg mig at indkalde dem (bilag 3, s. 3).

Borger 1 udtrykker sig om selvbooking: *“det gør jeg ikke, de styrer det hele, det har de gjort i mange år. Jeg har slet ikke noget at skulle have sagt”* (bilag 1, s. 2). Så der er mange unge der ikke booker jobsamtaler selv, frataget eller ej. Dog er dem som *ikke* er frataget givet muligheden. Spørgsmålet er, om de sociale problemer udfordrer dem tilstrækkeligt til, at de ikke selv kan booke dem, da *krav fra omgivelserne* er for store (Strupp & Hadley i Graversen & Larsen, 2004, s. 110). Socialrådgiver indkalder de unge, antageligt for at undgå at de sanktioneres i deres ydelser, og derfor varetager deres interesser. Socialrådgiveren siger:

Jeg har typisk to samtaler om dagen, [...] jeg plejer at indkalde dem, gerne om formiddagen, og ikke tidligere end klokken ni [...] så jeg kan nå at forberede mig ordentligt [...] Og så dukker de forhåbentlig op, jeg vil tro 30-33% [...] eller ca. 1 ud af 4 udebliver (bilag 3, s. 1).

At en ung aktivitetsparat inviteres fra kl. 09.00 om morgenen eller inden frokosttid, vil muligvis ikke være et problem for et ungt A-menneske. Dog er majoriteten af de unge B-mennesker, og derfor kan dette være problematisk, hvilket måske er derfor at mange udebliver. I dette tilfælde kan en velmenende socialrådgiver, der varetager borgers interesser, helt uvidende, risikere at udøve en *miskendt magt* ved at indkalde et ungt B-menneske med sociale problemer til en jobsamtale kl. 09.00 (Bourdieu i Larsen, 2013, s. 95). Dette er qua socialrådgivers socialpolitiske *doxa* om, hvordan sociale problemer forstås, og ved sandsynligvis ikke, at de fleste unge er konsekvente B-mennesker, da vi lever i et samfund med et *doxa* om, at man står tidligt op, uden nogen *diskursiv bevidsthed* om hvorfor.

Der er derfor ikke nok opmærksomhed på problematikken på beskæftigelsesområdet, hvis unge indkaldes tidlig formiddag. Om at møde tidligt siger Borger 1: *“Det har jeg ikke lyst til, jeg får total angst, jeg føler jeg skal præstere ud over mit præstationsniveau og det er ikke særlig rart”* og tilføjer: *“Jeg har borderline, og det trigger min borderline helt vildt. Jeg har meget lidt lunte når jeg ikke får nok søvn, jeg kan ikke tage konflikter med folk, fordi jeg bare farer op i en spids”* (bilag 1, s. 2). Her ses det, at borgerens diagnoser påvirkes negativt, og dermed skader den *psykiske sundhed og udvikling*, hvilket gør det vanskeligere at finde et sundt og kvalitetsbetonet job eller uddannelse (Strupp & Hadley i Graversen & Larsen, 2004, s. 81). Tilsvarende kommenterer Borger 2 om at møde tidligt:

Jeg falder jo ikke tidligere i søvn, så jeg sover stadig først et sted mellem 00.00 og 02.00. Så sover jeg super dårligt, fordi jeg er bange for at sove for længe [...] så det bliver bare sådan noget kaos og så føler jeg ikke jeg er klar til det jeg skal [...] jeg er ikke så imponerende kl. 08.00 om morgenen, som jeg er kl. 16.00 (bilag 2, s. 1-2).

Når borger siger at det bliver “noget kaos”, er det grundet *omgivelsernes forventninger og krav* om tidlig mødetid, fordi det går ud over søvn, samt at vedkommende ikke føler sig “klar” (Strupp & Hadley i Graversen & Larsen, 2004, s. 110). Dog vil Borger 1 foretrække eftermiddag, da vedkommende ikke er “så imponerende kl. 08.00”.

Beskæftigelsestilbud

De unge B-mennesker risikerer dermed at inviteres til jobsamtaler tidlig morgen, hvilket påvirker deres trivsel, og der undersøges nu, om de unge er med til at bestemme, hvilke beskæftigelsestilbud de tilknyttes. Til dette oplyser socialrådgiveren:

Så vidt det kan lade sig gøre, så får de lov at vælge selv. Jeg plejer at servere for dem, hvad det er, vi har af muligheder [...] Men når det nu også er, at kravet kun er inden for 12 måneder, så kan vi sagtens bruge, at de selv finder en virksomhed, de vil være i praktik i, det bruger jeg allermest” (bilag 3, s. 2).

Muligheden for at unge selv finder en praktikplads, med en arbejdstid der understøtter deres døgnrytme, er derfor en mulighed. Socialrådgiver anerkender borgers ønsker “*så vidt det kan lade sig gøre*” ift. lovgivning og rammer, og anerkender borger som et unikt individ, ved at lade borger selv skabe forbindelser til arbejdsfællesskaber, inden for sit eget interesseområde (Honneth i Kongsgaard, 2017, s. 145).

De skal føle sig hørt og set [...] og de skal føle at de har indflydelse. Der har jo stået i mange år at “De skal være deltagende i egen sag” osv. men de skal også selv føle [...] at de selv har peget på det, de nu engang bliver placeret i (Socialrådgiver, bilag 3, s. 5).

Problemet er dog, at mange beskæftigelsestilbud findes i et tidsrum som understøtter *tidlige kronotyper*. Det tidsmæssige strukturelle problem, som 8-16 rytmen er, presser de unge ud i tilbud, med frit valg på alle hylder, hvor de fleste tilbud findes et tidligt tidsrum. Der er dog undtagelser. Nogle korte forløb jf. LAB § 91, om *vejledning og opkvalificering* kan fx være 2 timer fra kl. 08.00 til 10.00, fra 10.00-12.00 eller 13.00-15.00 eller tilsvarende. Men vurderes et sent liggende tilbud, ikke beskæftigelsesfremmende for borger, men kun det om morgenen, er der ikke meget valg, ellers tilknyttes borger et tilbud der kun matcher døgnrytme, ikke behov (Caswell, 2013, s. 231-232). *Virksomhedspraktik* jf. LAB § 57 kan ligeledes være en undtagelse, for der findes arbejde i alle tidsrum, der understøtter alle *kronotyper*, hvilket socialrådgiveren også bruger "*allermest*". Men, matcher borgers interessefelt for valg af praktikplads deres døgnrytme? Borger 1 har blandede oplevelser, og siger: "*Jeg [var] ved Dynaudios køkken, så jeg lavede mad og de var rigtig søde. De vidste godt, at jeg ikke var så funktionel om morgenen, så der fik jeg lov til at møde senere*" (bilag 1, s. 2-3). Borger 1 er "heldig" at have et interessefelt, hvor det er muligt at matche døgnrytmen med en praktikplads, dog har denne også oplevet et dårligt match: "*Jeg blev sat ud i Arbejdsmarkedscenter Syd [...] det var fra morgenstunden af [...] det var ikke særlig fedt. Jeg endte ofte med at tage vildt tidligt hjem igen, fordi ja, det kunne jeg slet ikke*" (bilag 1, s. 2). Borger 2 har kun udfordringer med at finde match mellem døgnrytme og interessefelt:

De arbejdstider, der ligger for de fleste professioner lige nu, det er bare meget tidligt om morgenen. Der kan jeg selvfølgelig ikke præstere i samme omfang [...] de præstere jo væsentligt bedre i det her morgentidsrum end jeg gør, og på sigt præstere de også bedre, for de er friske og udhvilede, hvor jeg konstant mangler en lille smule søvn (bilag 2, s. 2).

Borger 2 fortsætter: "*Jeg bliver sådan sat op til at fejle [...] eller sove for længe*" og tilføjer: "*Kan man finde et job der går fra [...] kl. 12.00 til kl. 20.00, så kunne det jo være fint*" (bilag 2, s. 2). Begge borgere har oplevet, at det arbejde som de har interesse for, som de kunne betegne som godt, ikke fremmer deres *fysiske og psykiske sundhed og udvikling*, fordi det bliver på bekostning af deres søvn og helbred. Deres søgen i hvilket uddannelsesfelt de retter sig imod, og dermed deres mulige fremtidige profession, hæmmes ved at det fremtidige arbejde, ikke foretrækkes frem for andre mulige, hvor deres døgnrytme og helbred tages hensyn til (Strupp & Hadley i Graversen & Larsen, 2004, s. 81). Når socialrådgiveren siger "*så vidt det kan lade sig gøre, så får de lov at vælge*

selv”, giver det de unge mulighed for - måske - at finde et match mellem beskæftigelsestilbud og døgnrytme. De gives “frit valg”, dog med begrænsninger fra det omkringværende samfund, da *system* og *struktur* er bundet til 8-16-rytmen, dybt forankret i det danske samfund gennem *den praktiske bevidsthed* (Giddens i Bak, 2010, s. 84).

Del 3: Beskæftigelsesfremmende eller -hæmmende indsats

Der er i del 2 beskrevet hvordan sociale problemer forstærker hinanden; at krav der udfordrer døgnrytme kan forværre problemerne og de unges velbefindende; at unge ofte inviteres til jobsamtaler om formiddagen, hvilket resulterer i *socialt jetlag*; samt at de risikerer at deltage i beskæftigelsesindsatser tidligt, qua samfundet 8-16-rytme. Fokus er nu på, om *Jobcentrets* nuværende struktur er beskæftigelsesfremmende eller -hæmmende.

Sanktion

Den *skjulte magt* i samfundet udøves, når velfærdsstaten intervenserer gennem socialt arbejde (Bourdieu i Larsen, 2013, s. 94). Dette sker ved, at socialrådgiveren har *objektiv magt* til at træffe afgørelser for borgere, samt en *symbolsk position*, ved bedre at træffe afgørelser, gennem et socialpolitisk *doxa* om hvordan sociale problemer forstås. Det giver en *symbolsk magt til* at bestemme, hvordan noget fortolkes, og hvilken mening der skabes omkring det (Bourdieu i Larsen, 2013, s. 104). Socialrådgiveren er underlagt *Lov om organisering og understøttelse af beskæftigelsesindsatsen m.v. § 6 (LOUB)*, hvor ansatte i *Jobcentret* skal have fokus på beskæftigelse, selvforsørgelse og rådighed. Hvis borger ikke står til rådighed, og ikke har en legitim grund for udeblivelse, skal der sanktioneres jf. LAS §§ 36-40a. Mange unge aktivitetsparate borgere sanktioneres, og i hele landet sanktioneres de gennemsnitligt 1432,57 gange i kvartalet, set på statistikker fra 2022, samt de første tre kvartaler af 2023. Dette svarer til, at en ung gennemsnitligt sanktioneres 2,33 gange i kvartalet, ifølge STAR (bilag 5). Socialrådgiveren kommenterer om sanktioner: *“Hvis de ligger dér på kanten mellem at kunne betale deres husleje [...] så bringer det ikke nogen som helst tilbage, at jeg begynder at tage pengene fra dem”* og tilføjer:

Hvis hele deres tankevirkosomhed er omkring “Hvordan får jeg mad på bordet i morgen?” så vil vi andre også have svært ved at arbejde [...] min teori det er: får de den ro, de skal bruge, så skal de nok vise mig, hvad de kan (bilag 3, s. 3-4).

Dette viser at socialrådgiver foretrækker, at finde en legitim grund til ikke at sanktionere, således borgers fokus ikke skifter fra at fokusere uddannelses- og beskæftigelsesrettet, til at tænke på fysiske og sikkerhedsbehov, såsom husly, finansiel sikkerhed og mad, hvilket ville være

beskæftigelseshæmmende (Maslow i Graversen & Larsen, 2004, s. 40). Hvis borger udebliver tilstrækkeligt uden rimelig grund, er socialrådgiver dog nødsaget til at sanktionere.

Hvis én gentagende gange bliver sanktioneret [...] handler det som regel, om et eller andet som nogen kan gøre noget ved, om enten det er psykisk, misbrug eller at man er for længe op om aftenen. Så er det alt efter, om det er en pædagog, psykolog, eller psykiater, vi skal have fat i (bilag 3, s. 4).

Socialrådgiver søger grund til udeblivelse, og hjælp til at bevare borgers selvforsørgelse gennem støtte fra andre fagpersoner, men skal, for at varetage beskæftigelsesindsatsens regler, sanktionere, hvis borger udebliver uden rimelig grund. Ved at socialrådgiver vurderer, at en borger der “er for længe op om aftenen” kunne have brug for hjælp fra en fagperson, bekræfter at der ikke er opmærksomhed problemstillingen B-mennesker oplever. I lyset af samfundets dominerende normer risikerer socialrådgiveren, utilsigtet, at udøve en *miskendt magt* over for borgeren, ved at vurdere, at en anden fagperson skal træde til, for det ses derfor som en individuel mangel fra borgers side, og ikke som en biologisk udfordring, man ikke kan gøre noget ved (Bourdieu i Larsen, 2013, s. 95).

Hvis den magtfuldes fortolkning påtvinges, og den underlagte, borgeren, ikke kan udtrykke legitim uenighed med sanktionen, er det *symbolsk vold* (Bourdieu i Larsen, 2013, s. 104). Socialrådgiveren er dog underlagt rammer, som påtvinger sanktion, og det er samfundets *doxa* om tidsstruktur, der udfordrer borger i at møde op. Det agtes derfor, at den som udøver den *symbolske vold*, er samfundets *doxa*, da socialrådgiver hverken kan sige fra eller til ift. sanktion, da denne er underlagt en lovgivning. Dette kan resultere i, at unge sanktioneres, hvilket skifter fokus fra uddannelse til hvordan de får “*mad på bordet*”, hvilket er beskæftigelseshæmmende.

Anerkendelse

Hvordan kan *Jobcentret* så blive beskæftigelsesfremmende? Det kan de bl.a. ved at anerkende borgerne, gennem social relation og handling. *Handlingsprocesser* findes mellem to *agenter* i samfundet, borger og socialrådgiver i den *sociale praksis*, *Jobcentret* (Giddens i Bak, 2010, s. 83). Borger og socialrådgiver indgår i et *system*, fordi deres mønster af handlinger ved jobsamtaler danner en social relation (Giddens i Bak, 2010, s. 87-88). Denne sociale relation opbygger socialrådgiver således: “*Det er ikke nok, at de bliver hørt, de skal selv føle at de bliver hørt, for det*

er det, der rykker noget [...] hvis ikke du har gensidig respekt med borgeren, så rykker du dem heller ikke” (bilag 3, s. 5-6). Her stræber socialrådgiver efter at være anerkendende overfor unge borgere i *handlingsprocessen*. Dette gøres ved brug af *refleksiv handlingsregulering*, ved at registrere omgivelserne i rummet og hos borgeren, og regulere adfærden efter de observerede forhold, så borger føler sig hørt. Socialrådgiveren fortsætter:

Den dér følelse, de får, at de virkelig er set og hørt, at de ikke bare kommer her, og så at jeg enten slår dem oven i hovedet, tager deres penge, eller jager dem til et eller andet, ud og lime blade på træerne, det er der ikke nogen, der får job af (bilag 3, s. 5).

Heri kan det antages, at såfremt borger føler sig hørt og respekteret gennem socialrådgivers handlinger, styrker det muligheden for at finde uddannelse eller job, og dermed er beskæftigelsesfremmende.

Ved *handlingsrationalisering* vurderes forholdet mellem handling og intentionen ift. den. Handlingen er jobsamtalen, og intentionen er at få borger i uddannelse eller job. Hvis først rutinen brydes ved at borger ikke møder op, og dermed sanktioneres og kommer længere væk fra uddannelse eller job, reflekteres der over hvorfor. Det er grundlag for *handlingsmotivering*, et potentiale for en handling, et motiv der forekommer når rutiner brydes (Giddens i Bak, 2010, s. 85-87). Rutinen brydes, antageligt fordi borgers sociale problemer forstærkes af hinanden, og vedkommendes *kronotype* udfordrer at kunne deltage aktivt i *Jobcentrets handlingsprocesser*, i.e. jobsamtaler og beskæftigelsesindsatser. Dette understøttes af, hvor mange unge der sanktioneres på landsplan; at socialrådgivers borgere ofte er fraværende om formiddagen; samt de udtalelser Borger 1 og 2 har, om oplevelsen af at være B-menneske i *Jobcentret*. *Jobcentret* er en *struktur* med regler, rammer og normer, som gør at borgere sanktioneres, hvilket kun kan skabes gennem praksis af de ansatte og dets borgere. *Jobcentret* er ligeledes et *system*, der skaber relationer gennem handlinger i jobsamtalen. Jobsamtalen foregår ikke uden regler, rammer og normer i praksis, i.e. *strukturen*, medens *Jobcentrets struktur* ikke kan eksistere uden en praksis hvor ansatte og borgere deltager i jobsamtaler, i.e. et *system*.

Struktur og *system* er derfor i en gensidig påvirkning af hinanden, og et *system* kan påvirke *strukturen* gennem *handlingsprocesser*. Handling kan derfor forandre *system* og *struktur*, så hvis man reflekterer over, og *handlingsrationaliserer* om noget er beskæftigeshæmmende for borger,

er der grundlag for *handlingsmotivation*. Bliver man på beskæftigelsesområdet opmærksom på, at B-mennesker hæmmes i nutidens 8-16-rytme, kan der sættes spørgsmålstejn ved, om de unge skal møde tidligt. Denne ændring kunne muliggøre at flere unge undgik at blive sanktioneret, samt at de ville føle sig hørt, hvilket ville være beskæftigelsesfremmende fordi det ifølge socialrådgiveren “rykker dem” frem.

Kronoinklusion

Hvis den nuværende 8-16-rytme er beskæftigeshæmmende, hvordan kan *Jobcentret* blive rummeligt for alle borgere, både A- og B-mennesker? *Camilla Kring* siger:

En af de ting, som jeg har længe ytret et ønske om, er at vi får anerkendt kronotyper [...] at det bliver en del af EUs diskriminationsparagraf [...] så vil det blive en rettighed for dig, at du skulle kunne tage en uddannelse og arbejde i takt med din kronotype (bilag 4, s. 2-3).

EU's charter om grundlæggende rettigheder, artikel 21, forbyder forskelsbehandling på baggrund af bl.a. køn, race, farve, religion, handicap, alder, seksuel orientering m.m. (EUR-Lex, 2012). *Camilla Kring* forklarer de optimale mødetider:

Lad os nu sige, du er et let B-menneske [...] som går i seng eller sover mellem kl. 01.00 og 09.00, [...] Du vil nok kunne starte dit arbejde ca. fra kl. 10.00 [...] Hvis man er mere over i den ekstreme B, så har vi jo mennesker, som vil gå i seng kl. 04.00 om natten, og stå op midt på dagen (bilag 4, s. 3-4).

Hvis *kronoinklusion* tilføjes, vil et let B-menneske ikke kunne pålægges at møde i *Jobcentret* kl. 09.00, men tidligst kl. 10.00. Et moderat til ekstremt B-menneske senere. Hvis *sene kronotyper* kun inviteres til jobsamtaler efter frokost, er der ingen strukturel ændring for *Jobcentret*, for de vil have de samme åbningstider. Den eneste ændring er, at jobsamtaler (oftest) vil foregå eftermiddag, samt at administrativt arbejde (oftest) vil foregå formiddag. *Camilla Kring* siger: “[Ved] at gå fra et A- til B-samfund, [skal] A også være en del af B-samfundet. Det er meget vigtigt for mig, at det ikke skal være opponenter [...] B'et er for To be or not to be” og fortsætter: “be yourself, be in your own rhythm, just be” (bilag 4, s. 6; bilag 4, s. 1).

Kronoinklusion er inklusion af alle *kronotyper*, hvorpå alle ville have lige rettighed og adgang til deltagelse i samfundet, uden at det blev på bekostning af helbredet (Levitas i Andersen & Larsen, 2016, s. 278-279). Skræddersyes beskæftigelsesindsatsen til den enkelte, som den allerede er, dog med tilføjet opmærksomhed på *kronotype*, er det rummeligt for både A- og B-mennesker. En ung borger med *tidlig kronotype*, skal have ligeså meget ret til en jobsamtale kl. 09.00, som en *sen kronotypes* ret til en jobsamtale kl. 14.00. Det vil gøre en forskel for borgerne, for de ville ikke føle sig så "forkerte" og at de "bliver sådan sat op til at fejle". Det er et menneskeligt, biologisk og sundhedsmæssigt behov, at B-mennesker får lov til at møde, så det passer til deres *kronotype*. *Camilla Kring* siger:

De fleste mennesker - også unge mennesker - har brug for noget struktur. Strukturen behøver bare ikke at være, at man skal op kl. 06.00 om morgenen, for at møde kl. 08.00. Strukturen kunne sagtens være, at man møder kl. 10.00 eller 11.00 [...] For unge mennesker vil den mest naturlige mødetid være omkring kl. 11.00 (bilag 4, s. 5).

Ifølge *Folketingets Ombudsmands God forvaltningskik*, pkt. 4.5 om *Åbenhed*, bør en myndighed have "hensigtsmæssige åbningstider" (Folketingets Ombudsmand). Hensigtsmæssige åbningstider tilpasset borgers *kronotype*, vil desuden opfylde de fire etiske principper, som socialrådgivere arbejder efter: respekt for borgers selvbestemmelse, vise hensyn til borgers integritet, udvise agtelse for borgers værdighed, samt vise omsorg for det sårbare (Busk, Madsen & Schulin, 2011, s. 8-9).

Konklusion

Ud fra ovenstående analyse beskrives det, at B-mennesker udsættes for *stigmatisering*, selvom de fødes med en *kronotype*, for klokkegenet PER3 styrer døgnrytmen, hvilket man ikke kan fravige sig. Qua de sundhedsmæssige risici der følger majoriteten i befolkningen, ved at leve ude af takt med deres *indre ur*, kan det opfattes som et socialt problem for *sene kronotyper* at leve i A-samfundets tidsstruktur. Denne *struktur* skyldes samfundets *doxa*, de dominerende normer fra fortidens landbrugs- og industrikultur, hvilket bevirker at det i dag er en selvfølge at man følger 8-16-rytmen.

Unge aktivitetsparate borgere mellem 18-30 år, er hovedsageligt B-mennesker. Målgruppen karakteriseres ved at have adskillige sociale problemer, som forstærker hinanden. Kombinationen af sociale problemer, døgnrytme, samt *omgivelse*nes forventninger og krav om tidlig mødetid, bevirker, at de udfordres til at deltage i jobsamtaler og beskæftigelsesindsatser. Deres adfærd er i uoverensstemmelse med samfundets gældende normer for normal opførsel; at stå tidligt op; hvilket resulterer i at de føler sig utilstrækkelige, stressede, kaotiske, forkerte og trætte, medens der endvidere er risiko for at det opildner deres eventuelle diagnoser. De unges *oplevelse af velbefindende*, indfries når de får søvn inden for deres optimale søvnevindue, og får lov til at leve i takt med deres *indre ur*. Tidlige mødetider udfordrer dette, hvilket resulterer i *socialt jetlag*, med dertilhørende helbredssekvenser. De beskæftigelsestilbud de unge har mulighed for at deltage i, stemmer ikke altid overens med interesse eller *kronotype*, så de kan være nødsaget til at møde tidligt. Set fra en fagpersons perspektiv; tænker, handler, føler og udvikler de unge sig ikke overensstemmelse med de personlighedsmodeller og metoder de bekender sig til, fordi der på området ikke er oplysning om problemet, hvilket utilsigtet kan skade de unges *fysiske og psykiske sundhed og udvikling*.

Gennem det sociale arbejde udøves en *skjult magt*, hvorpå de unge sanktioneres i deres ydelser fordi de udfordres i at møde op. Dette kan være beskæftigelsehæmmende, da fokus skifter fra at tænke beskæftigelsesrettet til at tænke på deres fysiske og tryghedsbehov. Når de unge sanktioneres pga. deres døgnrytme, udøves en *miskendt magt*, da socialrådgiver har en *objektiv magt* til at træffe afgørelser af betydning for dem, hvori der ligger en *symbolsk position*, fordi denne bedre kan træffe afgørelser, gennem et socialpolitisk *doxa* om hvordan sociale problemer forstås. Dette giver

socialrådgiver en *symbolsk magt* til at bestemme, hvilken mening der skabes; at de unge har individuelle mangler fordi de ikke kan møde til tiden. Det er samfundets *doxa* og *praktiske bevidsthed*, at alle bør gå tidligt i seng og stå tidligt op, som er den *symbolske vold*, der udøves overfor dem, uden nogen *diskursiv bevidsthed* om hvorfor. Dog gør socialrådgivere brug af personlighedsmodeller og metoder, i de *handlingsprocesser* som er jobsamtalerne, gennem *refleksiv handlingsregulering*, ved at anvende anerkendelse i deres arbejde, ved at få borgerne til at føle sig set og hørt. Dette kan lede til *handlingsrationalisering*, hvor der er grundlag for refleksion over, hvorfor unge ikke møder op tidligt. Dette kan fremkalde *handlingsmotivering*, hvor der aktivt søges at ændre *handlingsprocessen* i *Jobcentret*, så de unge har lettere ved at deltage aktivt og ikke udebliver. Får man i beskæftigelsesindsatsen oplysning om de videnskabelige undersøgelser fra kronobiologien, samt hvilke sundhedsmæssige risici der følger ved at leve ude af takt med sin døgnrytme, er der motiv for handling.

For at ændre indsatsen, kan man i *strukturen*; i.e. *Jobcentrets* regler, rammer og normer; implementere *kronoinklusion*, så man i *systemet*, i.e. jobsamtaler og andre beskæftigelsestilbud, får en skræddersyet indsats, der tager hensyn til alle *kronotyper*. Det kan gøres uden at *Jobcentret* skal ændre nuværende åbningstider. Et andet mere indgribende forslag kunne være, at indføre en længere åbningstid i *Jobcentret*, fordi majoriteten af befolkningen er *sene kronotyper*, hvorfor der derfor ligeledes findes ansatte i *Jobcentret*, der vil trives bedre i senere mødetider. Den hurtige og lette løsning, uden en strukturel ændring, ville være *kronoinklusion* for borgerne. Dermed vil *Jobcentret* blive rummeligt for både A- og B-menneske borgere. Denne *strukturen* kan bidrage til et *frigørende sigte*, modificere sociale uligheder, være beskæftigelsesfremmende, øge trivsel, forebygge helbredsproblemer, samt give borgere bedre chancer for at komme tættere på arbejdsmarkedet.

Perspektivering

Der er allerede ni folkeskoler, som har indført senere mødetid for eleverne, fordi de har fundet ud af, at det øger deres trivsel. De får mere søvn, og er mere friske og veloplagte til deres undervisning, hvilket resulterer i højere karakterer (Avisen Danmark, 2023). *“Det er honning i min øregang. Det giver så meget mening”* siger søvneksperter og -vejleder *Mikael Rasmussen* om senere mødetider (TV2, 2022).

Skoler er ikke de eneste, den norske virksomhed AbbVie, lader ansatte arbejde når de peaker i deres aktivitetsniveau, tilpasset døgnrytmen. Det er forbudt at kommentere andre kollegers mødetider, og en medarbejder siger: *“Den sociale kontrol, som man møder på mange arbejdspladser omkring mødetider, den findes ikke her. Alle kan komme og gå, uden der bliver stillet spørgsmålstejn ved det”*. Det virker, for målt på indtjening pr. medarbejder er produktiviteten steget med 50% (Jyllands-Posten, 2015).

Plejhjem tager ligeledes hensyn til døgnrytmer nu. På GuldBoSund på Lolland, skal en ældre herre, som er A-menneske, ikke vente på morgenkaffen, for han får den serveret af nattevagten kl. 05.30, og en ældre kvinde får lov at sove til kl. 09.30 uden at blive vækket. Det har ifølge plejhjemmet øget borgernes trivsel, ved at sikre deres livskvalitet og værdighed (B.T., 2022).

Litteraturliste

Aarhus Universitet (2023). *Grundtvig og velfærdsstaten*.

<https://danmarkshistorien.dk/vis/materiale/grundtvig-og-velfærdsstaten>

Alt (2020, juli). *Jeg er træt af min sløve familie*. <https://www.alt.dk/artikler/brevkasse-jeg-er-træt-af-min-sloeve-familie>

Andersen, J. & Larsen, J. E. (2016). *Fattigdom og social eksklusion*. I Larsen, J. E. & Møller, I. H. (red.)(2016). *Socialpolitik*. (4. udg.). Hans Reitzels Forlag.

Avisen Danmark (2023, august). *Skoler med senere mødetid: Få noget søvn, snup en ekstra lille én på øjet*. <https://avisendanmark.dk/danmark/skoler-med-senere-moedetid-faa-noget-soevn-snup-en-ekstra-lille-en-paa-oejet>

Bak, C. K. (2010). *Anthony Giddens*. I Andersen, P. T. & Timm, H. (red.)(2010). *Sundhedssociologi - En grundbog*. Hans Reitzels Forlag.

BBC (2011, november). *People's showering habits revealed in survey*. <https://www.bbc.com/news/science-environment-15836433>

Bekendtgørelse om en aktiv beskæftigelsesindsats (BAB), jf. bek. nr. 2636 af 28. december 2021.

Bono, T. J. & Hill, P. L. (2020, maj). *Sleep quantity and variability during the first semester at university: implications for well-being and academic performance*. <https://doi.org/10.1080/13548506.2021.1971724>

Brinkmann, S. & Kvale, S. (2015). *Interview: Introduktion til et håndværk* (3. udg.). Hans Reitzels Forlag.

B.T. (2022, maj). *Plejhjem lader de ældre selv bestemme: 'Det er da virkelig et sted, jeg gerne ville blive gammel'*. <https://www.bt.dk/samfund/plejhjem-lader-de-aeldre-selv-bestemme-det-er-da-virkelig-et-sted-jeg-gerne-ville>

Bundesen, P. (2011). *Sociale problemer og socialpolitik* (4. udg.). Syddansk Universitetsforlag.

Busk, C., Madsen, M., & Schulin, B. (2011). *Etik i praksis for socialrådgivere*. Forlaget Systeme.

B-society (udateret) *About*. <https://www.b-society.org/about/>

Carskadon, M. A. (1990). *Patterns of Sleep and Sleepiness in Adolescents*. *Pediatrician* 1990;17:5-12.
http://www.sleepforscience.org/stuff/contentmgr/files/94a9f6f63æ18bc30f3d2d0b005e42fa/pdf/carskadon_pediatrician1990.pdf

Caswell, D. (2013). *Socialt arbejde på beskæftigelsesområdet - arbejdsløse, aktive tilbud og sanktioner*. I Guldager, J. & Skytte, M. (red.)(2013). *Socialt arbejde - teorier og perspektiver*. Akademisk Forlag.

Center for Anvendt Kronobiologi (2023a). *Center for Anvendt Kronobiologi*.
<https://www.doegnrytmer.dk/>

Center for Anvendt Kronobiologi (2023b). *7 kronotyper*. <https://www.doegnrytmer.dk/7-kronotyper>

Center for Anvendt Kronobiologi (2023c). *A-menneske*.
<https://www.doegnrytmer.dk/a-menneske>

Center for Anvendt Kronobiologi (2023d). *B-menneske*.
<https://www.doegnrytmer.dk/b-menneske>

Christensen, M. & Lysen, N. H. (2021). *Introduktion. Skabelse og anvendelse af videnskabelig viden*. I Christensen, M., Jørgensen, R. E., Lysen, N. H. & Rosenberg, C. (red.)(2021).

Videnskabsteori og socialt arbejde - En grundbog. Samfundslitteratur.

Diderichsen, F. (2016). *Socialpolitik og sundhed*. I Larsen, J. E., & Møller, I. H. (red.)(2016).

Socialpolitik. (4. udg.). Hans Reitzels Forlag.

EUR-Lex (2012, oktober). *Den Europæiske Unions charter om grundlæggende rettigheder*.

<https://eur-lex.europa.eu/legal-content/DA/TXT/?uri=CELEX:12012P/TXT>

Feilberg, C. & Nissen, M. A. (2021). *Eksistentiel fænomenologi - den sansende verden*. I

Christensen, M., Jørgensen, R. E., Lysen, N. H. & Rosenberg, C. (red.)(2021). *Videnskabsteori og socialt arbejde - En grundbog*. Samfundslitteratur.

Folketingets Ombudsmand (udateret). *God forvaltningsskik*.

https://www.ombudsmanden.dk/myndighedsguiden/generel-forvaltningsret/god_forvaltningsskik/#cp-title

Frederiksbergliv (2022, december). *9. klasseelever er trætte om morgenen og vil møde senere*:

Nu bakkes de op af politikere. <https://frederiksbergliv.dk/frederiksberg/9-klasseelever-er-trætte-om-morgenen-og-vil-moede-senere-nu-bakkes-de-op-af-politikere>

Goffmann, E. (2009). *Stigma – Om afvigerens sociale identitet*. (2. udg.). Samfundslitteratur.

Graversen, G. & Larsen, H. H. (2004). *Arbejdslivets psykologi*. Hans Reitzels Forlag.

Harboe, T. (2018). *Metode og projektskrivning - En introduktion*. (3. udg.). Samfundslitteratur.

Hussain, M. A. & Kristensen, C. J. (red.)(2016). *Metoder i samfundsvidenskaberne*.

Samfundslitteratur.

Ing (2018, maj). *Trods nye teknologier bruger vi samme tid på transport*.

<https://ing.dk/artikel/trods-nye-teknologier-bruger-vi-samme-tid-paa-transport>

Jacobi, C. B. (2021). *Socialkonstruktivisme - kritisk refleksion og kampen om virkeligheden*. I Christensen, M., Jørgensen, R. E., Lysen, N. H. & Rosenberg, C. (red.)(2021). *Videnskabsteori og socialt arbejde - En grundbog*. Samfundslitteratur.

Jobnet (2023). *Jobcenter Guldborgsund*. <https://info.jobnet.dk/mit-jobcenter/sjælland-og-lolland-falster/guldborgsund>

Jyllands-Posten (2015, september). *Her bestemmer medarbejderne selv, hvornår de møder på arbejde*. <https://jyllands-posten.dk/livsstil/ECE7980433/her-bestemmer-medarbejderne-selv-hvornaar-de-moeder-paa-arbejde/>

Kongsgaard, L. T. (2017). *Multiteoretisk praksis i socialt arbejde*. (2. udg.). Samfundslitteratur.

Larsen, N. B. (2013). *Pierre Bourdieu - praksis, magt og sociale skel*. I Hansen, S. J. (red.) (2013). *Sociologi i socialrådgivning og socialt arbejde*. Hans Reitzels Forlag.

Lov om aktiv socialpolitik (LAS), jf. lovbek. 1031 af 22. juni 2023, som senest ændret ved lov nr. 879 af 21. juni 2022.

Lov om en aktiv beskæftigelsesindsats (LAB), jf. lovbek. nr. 701 af 22. maj 2022, som senest ændret ved lov nr. 754 af 13. juni 2023.

Lov om organisering og understøttelse af beskæftigelsesindsatsen m.v. (LOUB), jf. lov nr. 1482 af 23. december 2014, som senest ændret ved lovbek. nr. 1294 af 20. september 2022.

Mindly (udateret). *Bliv et A menneske - lær at stå tidligt op med hypnose*.

<https://mindly.dk/vaner-og-adfærd/bliv-et-a-menneske-lær-at-staa-tidligt-op-med-hypnose>

Münchow, M. (2016). *Sygdom, arbejdsidentitet og stress*. I Goli, M., & Hansen, L. (red.)(2016). *Beskæftigelsespolitik og socialt arbejde – I teori og praksis*. (2. udg.). Hans Reitzels Forlag.

Neuroscience news (2018, april). *Night Owls Have Higher Risk of Dying Sooner.*

<https://neurosciencenews.com/night-owl-early-death-8768/>

Nobel Prize (2017). *Scientific Background Discoveries of Molecular Mechanisms Controlling the Circadian Rhythm.* <https://www.nobelprize.org/prizes/medicine/2017/advanced-information/>

Northwestern University (2018, april). *Night owls have higher risk of dying sooner.*

<https://news.northwestern.edu/stories/2018/april/night-owls-have-higher-risk-of-dying-sooner/>

Politikken (2018, april). *Emil Sloth Andersen: Stop tyranniet fra a-menneskerne! Ryk mødetiden til klokken 10 for alle unge.*

<https://politiken.dk/debat/debatindlæg/art6419069/Stop-tyranniet-fra-a-menneskerne-Ryk-m%C3%B8detiden-til-klokken-10-for-alle-unge>

Poulsen, B. (2016). *Semistrukturerede interviews.* I Hussain, M. A. & Kristensen, C. J.

(red.)(2016). *Metoder i samfundsvidenskaberne.* Samfundslitteratur.

Rockwool Fonden (2011, april). *Ny undersøgelse af danskernes søvnmønster: A-mennesker tjener mere end B-mennesker.*

<https://rockwoolfonden.dk/udgivelser/ny-undersoegelse-af-danskernes-soevnmoenster/>

Rockwool Fonden (2016). *Tiden vi spiser.* <https://rockwoolfonden.dk/udgivelser/tiden-vi-spiser/>

Roenneberg, T. (2019). *Das Recht auf Schlaf.* Dtv.

Roenneberg, T., Allebrandt, K. V., Mellow, M. & Vetter, C. (2012, maj). *Social Jetlag and*

Obesity. DOI: 10.1016/j.cub.2012.03.038. [https://www.cell.com/fulltext/S0960-9822\(12\)00325-9](https://www.cell.com/fulltext/S0960-9822(12)00325-9)

Roenneberg, T., Kuehnle, T., Pramstaller, P. P., Ricken, J., Havel, M., Guth, A. & Mellow, M.

(2004). *A marker for the end of adolescence.* DOI: 10.1016/j.cub.2004.11.039.

[https://www.cell.com/fulltext/S0960-9822\(04\)00928-5](https://www.cell.com/fulltext/S0960-9822(04)00928-5)

Samvirke (2017, januar). *A- eller B-menneske? Du kan selv styre det.*

<https://samvirke.dk/artikler/a-eller-b-menneske-du-kan-selv-styre-det>

Sleep Foundation (2023, november). *The Link Between Sleep and Job Performance.*

<https://www.sleepfoundation.org/sleep-hygiene/good-sleep-and-job-performance>

TV2 (2022, august). *Søvneekspert storroses eleveres senere mødetid – men skoleforsker er skeptisk.*

<https://nyheder.tv2.dk/2022-08-30-soevneekspert-storroses-elevares-senere-moedetid-men-skoleforsker-er-skeptisk>

TV2 Kosmopol, (2022, maj). *Kære A-mennesker, I ligger, som I har ret.*

<https://www.tv2kosmopol.dk/lorryland/kære-a-mennesker-i-ligger-som-i-har-redt>

VIVE (2022). *Børn og unge i Danmark: Velfærd og trivsel 2022.*

<https://www.vive.dk/media/pure/18610/14872861>

WebMD (2022, august). *How Much Sleep Do I Need?* <https://www.webmd.com/sleep-disorders/sleep-requirements>

Wikipedia (2023). *Waking up early.* https://en.wikipedia.org/wiki/Waking_up_early

Woman (2016, november). *6 tricks, der garanterer, at du bliver et morgenmenneske.*

<https://woman.dk/sundhed/wellness/saadan-forvandler-du-din-graa-morgenstund-til-aegte-kvalitetstid>

Yam, K. C., Fehr, R., & Barnes, C. M. (2014). *Morning employees are perceived as better employees: Employees' start times influence supervisor performance ratings.* *Journal of Applied Psychology*, 99(6), 1288–1299. <https://doi.org/10.1037/a0037109>