

Gruppe 1. Frygt for at blive gjort grin med

- Mange holder igen med at vise interesser, meninger eller tøjstil, fordi de er bange for at blive til grin foran klassen.

Gruppe 2. Vennernes forventninger

- For nogen betyder det meget at passe ind i en vennegruppe. Hvis man skiller sig for meget ud (fx interesser, sprog, musiksmag), kan man frygte at blive holdt udenfor.

Gruppe 3. Stereotyper og normer

- “Piger kan ikke spille fodbold” eller “drengene skal ikke danse ballet”. Sådanne normer kan gøre, at børn og unge ikke tør følge deres interesser eller være den de er.

Gruppe 4. Forventninger fra voksne

- Hvis voksne presser på med bestemte forventninger (fx "man er kun rigtigt klog vi man får mange 12-taller" eller "hvis man ikke tager sig en uddannelse på et universitet bliver man aldrig til noget"), kan børn og unge føle, at deres egne drømme eller måder at være på ikke er accepterede.

Gruppe 5. Sociale medier og sammenligning

- Mange spejler mange sig i, hvad de ser på TikTok/Instagram/YouTube. Hvis de føler, at de ikke ligner eller lever op til det de ser, kan man blive ked af den måde man ser ud eller er på.