



BSOBAC Bacheloroppgave

Resiliens - hvorfor klarer noen seg på tross av risiko?



Universitetet
i Stavanger

Det samfunnsvitenskapelige fakultet

Bachelor i sosialt arbeid

UiS april 2023

Kandidatnummer: 4507

Innholdsfortegnelse

1	INNLEDNING	3
1.1	Bakgrunn for valg av tema	3
1.2	Presentasjon av problemstilling	3
1.3	Avgrensing	4
1.4	Relevans av problemstilling til faget	4
1.5	Formål med oppgaven	4
1.6	Begrepsavklaring	5
1.6.1	Miljøterapi	5
1.6.2	Beskyttelsesfaktorer	6
1.6.3	Risikofaktorer	6
1.6.4	Resiliens	7
2	TEORETISK FORSTÅELESERAMME	8
2.1	Resiliensteori	8
2.2	Bioøkologisk utviklingsmodell av Bronfenbrenners	9
2.3	Sense of Coherence	11
3	METODE	13
3.1	Valg av metode	13
3.2	Datainnsamling ved en litteraturstudie	13
3.3	Inklusjon og eksklusjonskriterier	14
3.4	Analyse ved hjelp av en matrise	15
3.5	Studiens reliabilitet og validitet	15
4	PRESENTASJON AV FUNN OG SAMMENDRAG AV ARTIKKLENE	17
4.1	Valgte artikler	17
5	DRØFTING	21

5.1	Funn og drøfting Gartland et al. (2019) «What factors are associated with resilient outcomes in children exposed to social adversity? A systematic review».....	21
5.1.1	Individuelle og sosiale faktorer	21
5.1.2	Skole og mestringsfaktorer.....	23
5.1.3	Miljømessige faktorer og andre faktorer	24
5.2	Funn og drøfting av Lou et al. (2018) «Resilience and resilience factors in children in residential care: a systematic review».....	26
5.2.1	Individuelle og sosiale faktorer	26
5.2.2	Skole og mestring faktorer	27
5.2.3	Miljømessige faktorer	28
5.3	Funn og drøfting av Schafer (2022) «Recognizing resilience in children: A review»	28
5.3.1	Individuelle og sosiale faktorer	29
5.3.2	Andre faktorer som påvirker resiliens	30
6	AVSLUTNING	31
	LITTERATURLISTE	33
	VEDLEGG 1 SØK OG SKRIV SKJEMA.....	36

1 INNLEDNING

1.1 Bakgrunn for valg av tema

Barn som er blitt utsatt for samme risikofaktorer og traumer gjennom oppveksten kan ha ulik utvikling og atferd. Derfor er det interessant å finne ut hva som skiller seg ut ved de som klarer seg bra. Å klare seg bra har jeg i denne oppgave definert som de som har klart å ha nok økonomiske og sosiale ressurser, god helse, god livskvalitet og dermed ikke la sine utfordringer og risikoer påvirke dem negativt å få ett bra liv.

Risikoutsatte barn har noen ganger utviklet seg overraskende bra og har klart å etablere seg godt i samfunnet, til tross for at de har vært utsatt for store risikoer og sosiale utfordringer som skulle motsi dette (Kvello, 2019). Begrepet resiliens blir brukt for å betegne de som har klart seg bra ved å overkomme de vanskelige utfordringene på en god måte og prosesser og faktorer bak dette ble identifisert (Rutter, 2007).

Fokuset i denne oppgaven vil være på resiliens hos barnevernsbarn og andre sårbare barn, og hvordan de til tross for å ha vært utsatt for store risikoer og sosiale utfordringer gjennom oppveksten kan utvikle seg på en positiv måte. Forskning har undersøkt hvordan en persons utvikling og miljø kan bidra til å bygge opp eller hindre resiliens. Bronfenbrenner (2006) illustrerer og bekrefter i sin bioøkologiske systemteori at resiliens kan bygges opp gjennom positive erfaringer og støttende miljøer. Videre viser teorien at miljøet kan støtte en persons evne til å håndtere motgang og utfordringer senere i livet.

Adverse Childhood Experiences (ACE)-studien som Schafer (2022) henviser til i artikkel tre, viser at konsekvenser for utvikling av fysiske, psykiske og sosiale utfordringer kan henge tett sammen med risiko: «I et folkehelseperspektiv er det viktig å finne hvilke ikke-arvelige faktorer som har betydning for psykisk helse, siden det oftest er disse vi kan gjøre noe med.» (FHI, 2019). Vi som sosialarbeidere kan da identifisere hva som må endres og iverksette tiltak som fremmer resiliens og god utvikling.

1.2 Presentasjon av problemstilling

Opgavens problemstilling er: Resiliens- hvorfor klarer noen seg på tross av risiko?

Ved hjelp av den litteraturen jeg velger å bruke i oppgaven, ønsker jeg å trekke frem hvilke faktorer som kan bidra til positiv utvikling med søkelys på de som er i barnevernets omsorg. Oppgaven vil undersøke hva vi som sosionomer kan lære av forskning og praksis og samtidig bruke tiltak som fremmer god og sunn utvikling, uavhengig av risiko. Resiliensteori gir håp og jeg vil finne ut hva som kan styrke det.

Jamfør lovverket i Lov om barnevern (barnevernsloven, § 10-19-bvl.) er det barnevernstjenestens plikt å følge opp barn på barnevernsinstitusjoner, jf. kapittel 8. Å følge opp barn handler om å gi de alle muligheter til å ha en god psykososial utvikling, god omsorg og tilstrekkelige ressurser slik at de kan oppleve god livskvalitet, utvikling og mestring. Da er resiliens et viktig verktøy å fremme som hjelper både de, deres familie og deres oppvekstmiljø.

1.3 Avgrensing

I lys av min praksis innenfor barnevernet, vil jeg avgrense fokuset i oppgaven til å omhandle barnevernsbarn og barn generelt som lever i sårbare oppvekstmiljøer. Gjennom oppgaven min bruker jeg begrepet «barnevernsbarn» flere ganger. Med dette mener jeg barn som har vokst opp i en barnevernsinstitusjon. Disse barna har allerede en økt sårbarhet for å oppleve psykiske, somatiske og sosiale vansker på grunn av de mange risikofaktorene de står overfor i livene sine (Kvelling, 2019, s. 334). Resiliens vil derfor være en spesielt avgjørende faktor i utviklingen deres.

1.4 Relevans av problemstilling til faget

Siden barn i barnevernets omsorg allerede er en sårbar gruppe i samfunnet, kan overgangen til voksenlivet være en mer utfordrende fase for dem enn for jevnaldrende (Schafer, 2022). Det er derfor avgjørende å fremme ressurser som kan utjevne eventuelle forskjeller. Sosialt arbeid har en viktig rolle i forebyggingen av disse sosiale forskjellene som omfatter flere systemer. Bronfenbrenners bioøkologisk teori viser til mange aspekter som kan belyse resiliens i barn og hvordan det kan fremmes (Bronfenbrenner, 2005).

1.5 Formål med oppgaven

Formålet med denne oppgaven er å belyse faktorer som kan fremme resiliens, og ha en positiv effekt på utviklingen til barn i barnevernet og andre sårbare barn. Ved hjelp av teori skal jeg

forklare hvorfor noen barn klarer seg bedre enn andre, til tross for at de blir utsatt for lignende risiko og utfordringer.

Resiliensforskning har bidratt med å kartlegge resiliente menneskers naturlige måter å komme videre i livet, med god vekst og utvikling. Ved å få en forståelse av de mekanismer og beskyttelsesfaktorer bak resiliens, kan vi bruke det i vår rolle som sosionomer og bli bedre fagpersoner.

1.6 Begrepsavklaring

I dette delkapittelet skal jeg kort definere sentrale begreper som er relevante for å forstå oppgaven og problemstillingen.

1.6.1 Miljøterapi

Miljøterapi kan defineres som «en type terapi der miljøet, inkludert fysiske omgivelser, relasjoner, aktiviteter og rutiner, brukes som en behandlingsmetode for å hjelpe individer med ulike psykiske og atferdsmessige helseproblemer» (Helsedirektoratet, 2019). Målet med miljøterapi er å gi en sikker og støttende atmosfære for barn og hjelpe dem med å utvikle nye ferdigheter og mønstre for å møte utfordringer og fremme mestring.

Det er viktig å bemerke seg at resultater av miljøterapi for ungdom i institusjoner kan variere avhengig av en rekke faktorer. Dette inkluderer pasientens diagnose, alvorlighetsgrad, tidligere erfaringer og motivasjon for terapi (FHI, 2019). Gjennom min erfaring fra praksisarbeid har jeg opplevd viktigheten av at kjemien mellom ungdom og miljøarbeider er positiv. God relasjonsbygging og kunnskap om dens betydning er derfor viktig (Amble og Dahl -Johansen, 2016). «Trygge tilknytningsrelasjoner (...) bidrar til at barn blir mer resilient i møtet med senere belastninger, blant annet fordi de har god erfaring med å søke hjelp og støtte når noe blir vanskelig (Idan, Eriksson og Al-Yagon, 2017)».

Gjennom miljøterapi kan sosionomer hjelpe barn og ungdom til å bli mer resiliente og dermed bidra til en positiv utvikling. Dette gjøres ved at barn får oppleve anerkjennelse, respekt, mestring, følelse av egenverdi og sosial kompetanse. Ved å jobbe med det i en barnevernsinstitusjon gjør vi ungdommene rustet til å klare seg i samfunnet på lik linje med

sine jevnaldere (Amble& Dahl -Johansen,2016, s. 21). For oss som fremtidige sosionomer er det viktig å ha et helhetssyn og se hele mennesket – inkludert risikofaktorer og ressurser.

1.6.2 Beskyttelsesfaktorer

Beskyttelsesfaktorer er elementer i individets miljø og/eller de personlige egenskapene de besitter som kan dempe risikofaktorer de utsettes for (Kvello, 2019). Beskyttelsesfaktorer blir bare aktuelle når en blir utsatt for risikofaktorer og må ta bruk de ressursene man har tilgjengelig for å dempe de mulige negative konsekvensene dette kan utløse (Kvello, 2019, s.246). I tillegg viser Kvello (2019, s.246) til Schoon (2007) og Werner (2005) at: «... akkurat som ved risikofaktorer, omfatter beskyttelsesfaktorer både genetiske, biologiske, mentale, miljømessige og sosiale faktorer». Beskyttelsesfaktorer er viktige å identifisere og styrke for å bidra til økt resiliens og positiv utvikling, samt hindre negative atferd.

1.6.3 Risikofaktorer

Forhold og omstendigheter som øker sannsynligheten for at en person vil oppleve sosiale problemer kalles risikofaktorer. Det kan for eksempel være oppvekstvilkår og diverse sosiale utfordringer. Konsekvensen av det kan være at man utvikler psykiske, sosiale eller somatiske utfordringer senere i livet. I utviklingspsykologi deler de psykososial risiko i tre grupper: individuell risiko, familie og miljø(samfunns)risiko. Det er viktig her å forstå hvordan barn utvikler seg i forskjellige miljøer og at utvikling er en dynamisk prosess (Borge 2018, s. 92).

Borge (2019) skriver også at risiko alene ikke er en årsaksfaktor, men at dette kan påvirke miljøet av et allerede sårbart individ. Hun viser også til at det ikke bare er risikofaktor som betyr noe, men også egenskapene til risikofaktorene som varighet, type, dose og alvorlighetsgrad. Når det er for mange risikoer eller traumer å håndtere, kan det derfor gå utover resiliens-bygging (Kvello, 2019 og Borge, 2019).

Hvordan vi reagerer på risikoene avhenger av hva slags strategier man har lært for å håndtere de og hvor vi er i livsløpet. Å bli utsatt for risiko er noe som påvirker yngre sårbare barn mest, fordi de ikke har en buffer med gode erfaringer å falle tilbake på når de blir utsatt for utfordringer eller stress (Borge,2019, s.92). Dette er fordi de er tidlig i utviklingen, og traumer og risiko kan ha store konsekvenser for deres utvikling fremover (Kvello, 2019).

ACE er traumer barn har opplevd før de ble voksne (Schafer 2022). De som opplever dette i disse formative årene, har høyere risiko for å utvikle dårlige livsbetingelser med lav resiliens.

1.6.4 Resiliens

Resiliens er beskrevet med stor variasjon, men i min oppgave refererer jeg til Rutter (2000) som definerer begrepet som «prosessen for å komme seg gjennom vanskelige opplevelser eller traumer på en god måte til tross for at barn har hatt erfaringer med situasjoner som innebærer en relativt stor risiko for å utvikle problemer eller avvik (Borge, 2019, s. 20)». Personer som har blitt utsatt for like utfordringer i livet kan reagere svært forskjellig, noe som førte til bruken av begrepet «resiliens» (Bekkehus, 2012). Christie og Waaktaar (2000) som referert av Borge (2019, s. 19) skriver at resiliens omfatter komplekse samspill mellom en person og situasjoner som blir bestemmende for utfallet av belastninger på det enkelte mennesket. Hvis miljøet stimulerer eller motvirker resiliens har dette en stor betydning for barns utvikling.

Det «resiliente barn» har opparbeidet seg gode mestringsstrategier som hjelper med å håndtere utfordringer og stress bedre. Enten ved å ha gode støttespillere eller ved å ha opparbeidet egne mestringsstrategier som hjelper dem, hvis de opplever motgang. «Det betyr ikke at de tåler alt, derfor er løvetannbarn en misvisende tolkning (Borge, 2019 s. 28)». Borge (2019) påpeker at de vokser ikke uansett hva de opplever. De tåler mye, men det betyr ikke at de ikke har ikke-resiliente perioder i livet sitt. God omsorgssituasjon, gode sosiale relasjoner og et godt fungerende nettverk og miljø rundt et barn kan veie opp mye mot utfordringer og stress i et barns liv.

2 TEORETISK FORSTÅELESRAMME

I dette kapitlet vil jeg presentere teori fra utviklingspsykologien som jeg benyttet for å undersøke problemstillingen i denne oppgaven. Bronfenbrenner (2006) sin bioøkologiske systemteori har stor betydning for forståelsen av hvordan individet og samfunnet påvirker hverandre gjensidig. Modellen understreker at barns utvikling ikke bare er styrt av individuelle egenskaper, men alle systemer og relasjoner de er del av – indirekte eller direkte. Dette gir håp om at barn ikke trenger å bli værende i de levekårsutfordringene de vokser opp i og at positiv utvikling kan skje med god oppfølging.

Videre vil jeg også undersøke andre perspektiver rundt begrepet resiliens, som også tar hensyn til systemperspektivet og vektlegger viktigheten av relasjoner og samspillet mellom forskjellige systemer i barns utvikling, for eksempel «Relational Development Systems» (RDSs)-teorien (Schafer, 2022). Jeg vil se på likheter og forskjeller mellom disse perspektivene og hvordan de kan bidra til å forstå barns utvikling og resiliens.

2.1 Resiliensteori

Rutter beskriver resiliens som «prosesser som gjør at utviklingen når et tilfredsstillende resultat, til tross for erfaringer med situasjoner som innebærer en relativt stor risiko for å utvikle problemer eller avvik» (Rutter, 2000, referert i Borge 2019, s. 20). Vi har ikke en klar definisjon som omfavner hele resiliens- begrepets kompleksitet og det viser hvor sammensatt det er, og hvorfor forskjellige definisjoner og perspektiver oppstår.

Resiliensteori handler om menneskets evner til å håndtere stress og belastning, og å komme sterkt tilbake etter negative hendelser eller kriser. «Dette er en styrkebasert og ikke en problembasert måte å forstå utvikling på» som Masten, 2014; Rutter, 2013; Zimmerman, 2013 refereres av Borge (2019, s. 38-39). Det gir håp om at vi kan komme oss gjennom store belastninger og til og med vokse og bli sterkere som resultat av dem (Borge, 2019, s. 39).

Resiliensteorien har vært gjenstand for mye forskning og debatt de siste årene. Kritikken av Agar (2013) beskrives i Borge (2019, s. 39) og er knyttet til at begrepet resiliens er vagt, men ofte må det blir litt vagt hvis den skal inneholde så mange forskjellige perspektiver.

Resiliens er ikke bare en egenskap en har med seg, men er påvirket av de rundt seg, og de systemer en tilhører i utviklingen (NHI, 2023). Vi som sosionomer kan da styrke de ressurser som kan skape positiv endring som bidrar til selvhjelp, mestring og utvikling som gir bedre livsbetingelser og livskvalitet.

Trygg tilknytting til en omsorgsperson kan være viktig i spedbarnsalder, men mindre viktig som ungdom, dersom vår sosial identitet blir formet av andre enn bare våre nærmeste. En viktig person som ser deg, «a significant other» som ofte referert i resiliensteorien, kan være det en trenger til at positiv utvikling skjer.

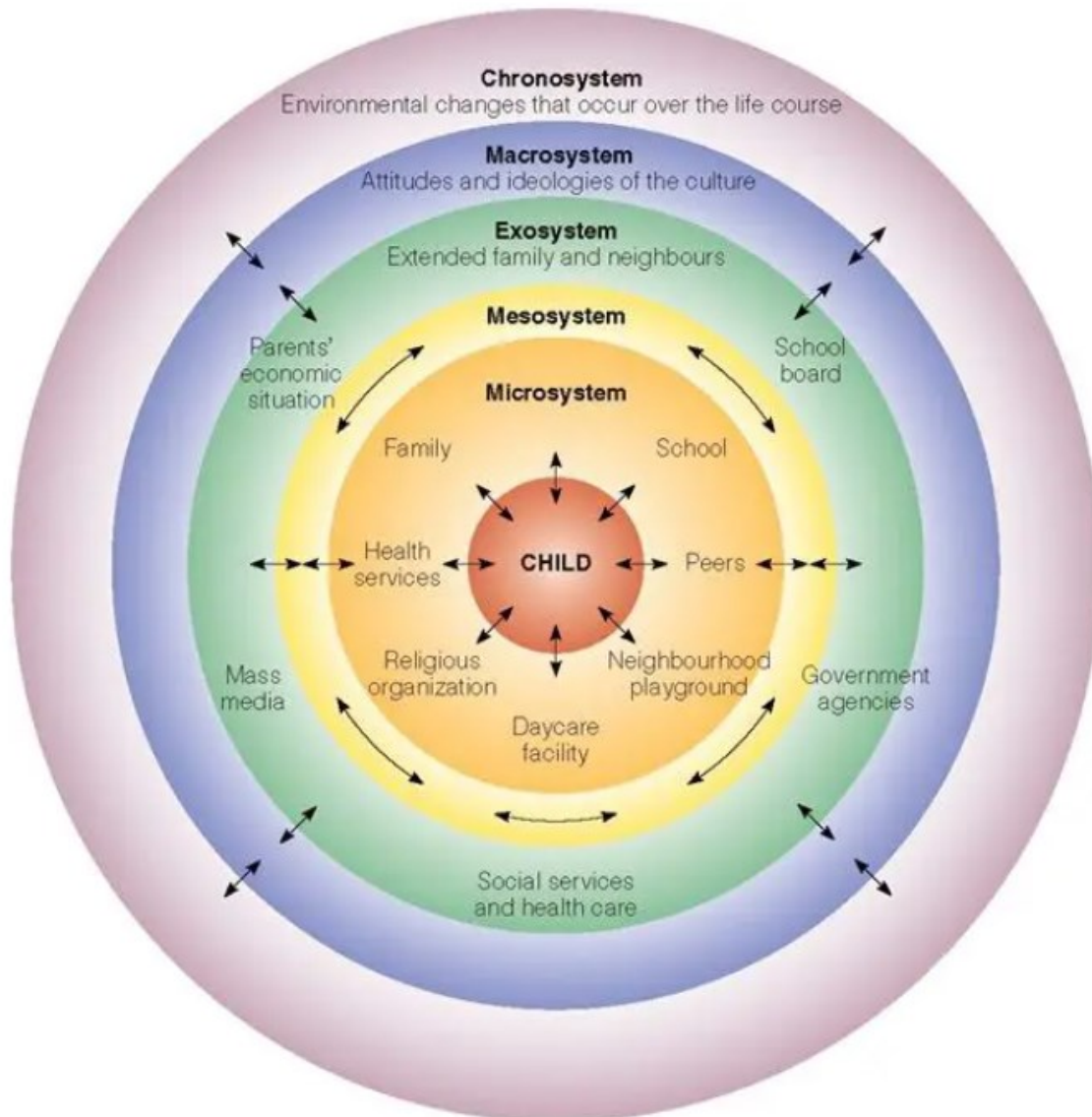
Resiliens er ett globalt begrep og felles for resiliensteori i forskjellige land er at det dreier seg om både individ og systemene de er del av (Borge, 2018, s. 24). Derfor kan det jeg skal analysere og drøfte i de utenlandske artiklene overføres til norske forhold.

2.2 Bioøkologisk utviklingsmodell av Bronfenbrenners

Bronfenbrenners (2006) bioøkologiske systemteori tar for seg hvordan individet og deres utvikling påvirkes av flere nivåer og er dynamisk i ens livsløp (Tetzchner, 2012).

Bronfenbrenner identifiserte fem hovednivåer av økologiske systemer som påvirker individets utvikling: mikrosystemet, mesosystemet, eksosystemet, mikrosystemet og kronosystemet som han la til senere i 2005.

(se figur 1).



Figur 1 Bronfenbrenners bioøkologisk utviklings modell (1979/2005). Diagram av Joel Gibbs

Basert på disse fem ulike nivåene utviklet Bronfenbrenner en modell som beskriver hvordan barns utvikling påvirkes av samspill mellom fem ulike nivåer. Disse nivåene omfatter ulike sosiale og miljømessige faktorer, hvor den nærmeste påvirkningen har størst betydning for utviklingen av barnet. Senere i sin karriere i 2005 inkluderte Bronfenbrenner også Kronosystemet for å ta hensyn til tidsbegrepet og samfunnsendringer over tid. Ifølge Bronfenbrenner kan samspillet mellom disse systemene ha både positive og negative effekter på barnets utvikling (Kvelling, 2019, s. 27 og Bronfenbrenner, 2005).

Den kan ses i sammenheng med Relational Development Systems teori (RDSs). Mens begge teoriene anerkjenner betydningen av eksterne faktorer for en persons utvikling, er det forskjeller i deres primære fokus. Bronfenbrenners modell setter søkelys på bredere sosiale og miljømessige faktorer som påvirker utviklingen, mens RDSs legger mer vekt på relasjoner og sosiale interaksjoner og hvordan barn påvirker og blir påvirket av de av de rundt seg (Schafer, 2022, s. 470). Schafer vektlegger en form for plastisitet i utvikling, som gir håp om at barn kan komme seg ut av vanskelige forhold ved hjelp av gode relasjoner, og som viser at utviklingen er dynamisk.

Bronfenbrenner og Ungar sine teorier gikk også fra et individ-preget fokus (mikrosystem) til et mer sammensatt og helhetlig bilde av barns utvikling (alle systemene fra mikro til kronosystem). Utviklingen kan være forskjellig i ulike situasjoner, og både miljøet og personlige egenskaper spiller en rolle gjennom hele livsløpet. Nye situasjoner kan gi forskjellige utfall, som et resultat av at miljøet og personlige egenskaper er i konstant endring i livsløpet (Schafer, 2022, s. 470).

De forskjellige systemer er både samkoblet og komplementerer hverandre (Bronfenbrenner, 2005, i Borge, 2019). At vi, som sosionomer, forstår hvordan å endre variabler i et system har ringvirkninger på hele systemet, kan være nyttig når vi velger tiltak som kan fremme resiliens og god utvikling hos barn. «Mer tverrfaglig samarbeid og tverretatlig samarbeid er nødvendig mellom økonomer og fagfolk som hjelper risikoutsatte barn og familier» (Larsen, 2015, s. 158). Dermed hadde det gitt gevinster på ett menneskelig og økonomisk plan forklarer Larsen videre.

2.3 Sense of Coherence

Beskyttelsesfaktorer og «sense of coherence» (SOC), på norsk oversatt til opplevelse av sammenheng (OAS), kan spille en betydelig rolle i en persons evne til å håndtere traumer og utvikle positive livsbetingelser. Antonovsky utviklet den teorien om opplevelse av sammenheng, beskrevet av Borge (2019, s. 30): «Tolkning av eget liv og hvordan barnet håndterer, mestrer og gir risikoen forståelse omtales som «sense of coherence» (SOC), opplevelse av sammenheng (Waaktaar, 2000; Borge, 2003)». Antonovsky beskrev at SOC/OAS er når en klarer å tilpasse seg på en god måte, selv om en opplever traumer eller motgang. Antonovsky lurte på hvordan noen folk klarer å overleve, tilpasse og overkomme

vonde og stressende livssituasjoner. Han forklarte at beskyttelsesfaktorer og SOC er elementer innen en persons miljø eller ens personlige egenskap så kan de redusere den negative virkningen av stress og påkjenninger. Videre kan det økes deres resiliens.

Begrepet SOC ble først brukt om voksne kvinner som hadde vært i konsentrasjonsleir (Borge, 2019, s. 31). Kvinnene hadde et bra liv selv med de traumer de hadde opplevd i barndommen, og derfor kan det overføres til en viss grad til min målgruppe i oppgaven. Selv om resiliente individer med lang livserfaring har en annen kognitiv utvikling enn barna jeg beskriver i min oppgave er Antonovsky ofte referert i litteraturen om resiliens og utvikling i barn.

Noen eksempler på beskyttelsesfaktorer som beskrevet av Borge (2019, s. 28-29) er sosial støtte, positive mestringsstrategier og -håndtering, individuelle egenskaper som skaper resiliens og tilgang til ressurser.

3 METODE

3.1 Valg av metode

«En systematisk litteraturstudie er en oppsummering og sammenstilling av relevant forskning av eksisterende kunnskap innenfor et bestemt forskningsområde» (Universitet i Oslo, 2015 referert i Thidemann, 2019, s. 79). Ved hjelp av en skjematisk oversikt i en matrise kan en oppsummere og analysere eksisterende kunnskap om et bestemt tema som i en problemstilling (Thidemann, 2019) og ble derfor valgt metode.

Metoder som intervju og observasjon hadde muligens tatt mer høyde for kulturelle forskjeller som eksisterer i institusjonslivet om jeg hadde nådd flere informanter. Grunnet tidsbegrensingen og andre faktorer ble disse metodene ikke gjennomførbare. Ettersom de artiklene jeg har lagt til grunn i oppgaven inneholdt studier som brukte flere forskningsmetoder har det likevel gitt min oppgave et mer helhetlig perspektiv.

I litteraturen og teorien fant jeg studier som bekrefter hva jeg har opplevd i praksis. En ulempe med å velge andre sine studier kan for det første være at den ikke fanger opp det jeg spesifikt ute etter (Dalland, 2020). For det andre må en forholde seg til hva de har konkludert med, og det kan være preget av hvilke faglige briller de hadde på seg i litteraturgjennomgangen. Til slutt må vi lese alt kritisk og reflektert, da vi referer til andres interpretasjoner av andres arbeid ved bruk av sekundære kilder (Dalland, 2020, s. 56-87).

Til tross for noen innvendinger er fordeler med en litteraturstudie at forskningen allerede er gjort, og dermed tidsbesparende sammenlignet med andre metoder.

3.2 Datainnsamling ved en litteraturstudie

Datainnsamling i en litteraturstudie involverer å samle inn og analysere eksisterende data og informasjon fra ulike kilder som da knyttes til din problemstilling (Thidemann, 2019). For å samle inn data, må du først definere forskningsspørsmålet ditt og identifisere nøkkelord og søkeord som er relevant og fra god faglig kvalitet for å gi deg svar (Thidemann, 2019 s. 85). Jeg brukte Google Scholar, Oria, Brage, PubMed og andre relevante databaser.

I starten brukte jeg «Søk og Skriv» sitt skjema (se vedlegg 1) for å finne relevante studier og artikler som jeg kunne inkludere eller ekskludere i min oppgave. Alt eldre enn fem år ble

ekskludert, men ble brukt for å styrke oppgaven med bakgrunns teori. Jeg startet med datasøk i desember 2022 og var ferdig i februar 2023. Flere plasser henviste meg videre til engelske artikler og følgelig engelske begreper. Fordeler med det var at de ofte var mer oppdaterte og flere artikler på engelsk.

I mitt «søk og skriv»-skjema søkte jeg etter «resiliens», deretter «resiliens og barn» og til slutt «resiliens og ungdom». Jeg fikk flere treff ved å bruke engelske søkeord, eksempelvis «resilience in youth in care», enn på norsk. Jeg søkte da videre på engelsk og fulgte de anbefalte litteraturreferansene og skimleste litteraturlister i disse artiklene og bøker jeg fikk treff på. Jeg måtte utelukke mange artikler fordi resiliens er et så vidt begrep. Ved å bruke mine tidligere nevnte avgrensinger og inklusjonsteknikken anbefalt av Thidemann (2019) fikk jeg avgrenset mitt søk. De artiklene jeg valgte hadde en bred empiri og da fikk jeg pålitelige resultater ettersom de var fagfellevurdert og fra anerkjente forfattere i resiliensstudier.

Det er viktig å evaluere kvaliteten og reliabiliteten på de valgte studiene og dokumentene for å sikre at de er relevante og pålitelige. Jeg vurderte de gjennom faktorer som publiseringssted, forfatterens kvalifikasjoner, forskningsdesign, metoder og resultater (Dalland, 2019).

Når skriver Dalland (2019) at når en har samlet inn data, må en analysere og tolke resultatene for å svare på problemstilling. Samtidig skriver han at det også er viktig å dokumentere kildene du bruker, slik at du kan gi riktig anerkjennelse til forfatterne og unngå plagiering. Dette forsterker også da troverdighet av dine funn ved at det er etterprøvbart.

3.3 Inklusjon og eksklusjonskriterier

Ved å ha problemstillingen som en rød tråd i søket mitt ved hjelp av IMRaD (Thidemann, 2019 s. 66), klarte jeg å sette inklusjons- og eksklusjonskriterier som begrenset søket mitt og utelukket artikler som ikke besvarte problemstillingen min. IMRaD er en struktur som brukes for å skrive oppgaver eller forskningsartikler. Systematiske oversikter struktureres etter IMRaD-modellen (introduksjon, metode, resultater og diskusjon). Jeg benyttet denne strukturen for å få hjelp til å inkludere og ekskludere forskningsartikler basert på relevans til min problemstilling (Thidemann, 2019 s. 90).

De tre valgte artiklene jeg fant var relevante for problemstillingen min og ble derfor inkludert i oppgaven min. De var nylig fagfellevurdert og skrevet av anerkjente forfattere innenfor fagfeltet. Sammen med min veileder besluttet jeg at utvalgte internasjonale studier kunne sammenlignes med forholdene i Norge. Det er viktig å merke seg at kulturelle og strukturelle forskjeller mellom land kan påvirke forskning, noe som må tas i betraktning når man tolker studier fra andre land.

3.4 Analyse ved hjelp av en matrise

Etter jeg hadde valgt de tre artiklene jeg skulle bruke i oppgaven laget jeg en oversikt i en matrise som anbefalt for å sortere funnene, sammenligne og få en oppsummering av artiklene på en lett oversiktlig måte (Thidemann 2019, s. 95). I skjemaet skrev jeg tittel, forfatter, årstall og kilde, hensikt, metode, funn og relevans av artikkel i forhold til min problemstilling. Ved å ha ett skjema, ble mitt søk etterprøvbart av andre (Thidemann 2019, s. 89). Se matrise i kapittel 4 Presentasjon av funn.

Det er viktig å være kritisk når man leser fagartikler, selv om alle er fagfellevurdert og publisert i anerkjente tidsskrifter. Dette er fordi konklusjonene og funnene er basert på en annen forfatter sin bakgrunn og forståelse for faget. Vi vil finne svar som enten bekrefter eller avkrefter våre spørsmål og derfor stiller vi strenge krav til hva som inkluderes og ekskluderes oppgaven.

3.5 Studiens reliabilitet og validitet

Studiens reliabilitet er viktig for å gi trygghet om at hva vi skriver om er nøye og kritisk gjennomgått og funnene er presentert så de så langt som mulig ikke kan betviles (Dalland, 2020, s. 58).

Validitet innebærer at en artikkel er relevant og gyldig ved at en annen kan komme til de samme konklusjoner som deg, og at opplysningene i oppgaven stemmer og en annen hadde funnet den samme konklusjonen du beskriver i din oppgave (Dalland, 2020, s. 143). De to første artiklene identifiserte de spesifikke faktorene assosiert med resiliens hos utsatte barn, mens den tredje gir en mer generell oversikt av konseptet resiliens hos barn og forskjellige måter den kan ses og måles på med søkelys på RDS teorigrunnlaget. Alle artiklene har jeg først funnet gjennom mitt eget søk, men fant dem også da jeg leste andres kildelister. Dette ga

styrket validitet og reliabilitet siden de samsvarte mellom min egen praksis erfaring og teorien.

Forskningsetikk er å sette seg inn i moralske og etiske spørsmål knyttet til forskning. Det omfatter de moralske standarder og prinsipper som forskere og samfunnet generelt må følge for å sikre at forskningen er gjort på en måte som er rettferdig (regjering.no). Hadde jeg brukt andre forskningsmetoder, slik som observasjon eller intervju måtte jeg innhentet tillatelse av Norsk senter for forskningsdata (NSD).

4 PRESENTASJON AV FUNN OG SAMMENDRAG AV ARTIKKLENE

Matrise 1,2 og 3 nedenfor, presenterer artiklene brukt i litteraturstudien.

4.1 Valgte artikler

Alle tre artikler ble lest flere ganger og med tanke på Bronfenbrenners systemteori i minne. Det jeg fant skrev jeg opp i en matrise for å vurdere om de kunne være relevant å ta med videre.

Den første artikkel er valgt fordi den beskrev grundig og systematisk hvilke faktorer som påvirket resiliens hos risikoutsatte barn og hva slags tiltak kunne bli brukt for at de fikk bedre utvikling. Ettersom det er viktig å motvirke risikofaktorer som sosionom var denne artikkelen relevant til min oppgave. I kildelisten til den artikkelen fant jeg mange relevante kilder som jeg hadde lest om tidligere i forhold til min problemstilling, så da bekreftet det at jeg var på rett vei.

Den andre artikkelen fant jeg nyttig siden den var spesifikt rettet mot barn som var under omsorg av staten, og det var den gruppen jeg jobbet med i praksis og hadde mest kunnskap om fra før. Her gikk de dypere inn på tiltak som kunne fremme resiliens og tiltak som kunne hjelpe barn under omsorg av staten til å få bedre livsbetingelser og funnene kunne jeg bruke i min problemstilling.

Den tredje artikkelen var også en litteraturstudie og brukte RDS som bakgrunns teori og kunne ses i sammenheng med Bronfenbrenners teori. Ettersom de begge konsentrerer seg om individuelle egenskaper, familiestøtte, samfunnsstøtte og tiltak som fremmer resiliens. Her ble resiliens beskrevet som en dynamisk prosess som utvikles over tid som Bronfenbrenner også henviser til.

Videre beskriver Schafer (2022) at vi må tilpasse tiltak til hvert enkelt individ, deres situasjon og familiens kontekst. Det er viktig å styrke beskyttelsesfaktorer og ressurser samtidig som vi motvirker risikofaktorer en kan være utsatt for. Denne artikkelen gikk mer i dybden på ACEs. Videre refererte Schafer til Ungar et al. (2022). som er mye referert til i resiliensforskning.

Referanse	<p>Gartland et al. (2019): What factors are associated with resilient outcomes in children exposed to social adversity? A systematic review</p> <p>Forfatter: Deirdre Gartland, Elisha Riggs, Sumaiya Muyeen, Rebecca Giallo, Tracie O. Afifi, Harriet MacMillan, Helen Herrman, Eleanor Bulford & Stephanie J Brown</p> <p>Årstall: 2019</p> <p>Tidsskrift: BMJ Open 2019;9: e024870. doi:10.1136/ bmjopen-2018-024870</p>
Hensikt	<p>Å identifisere hvordan barns motstandsdyktighet måles og hvilke faktorer som er assosiert med resiliente resultater. I tillegg identifisere hvilke evidensbaserte tiltak som kan settes inn for å fremme resiliens.</p>
Metode	<p>Systematisk litteratursøk gjennomført i CINAHL, MEDLINE og PsychInfo fra januar 2004 til oktober 2018 ved bruk av søkeordene med trunkering (*) «resilien*» og «child*» i tittelen eller sammendraget.</p>
Resultat/Funn	<p>Stor systematisk forskningsartikkel som går gjennom de ulike faktorer som fremmer resiliens hos barn som har opplevd sosial motgang. Artikkelen konkluderer med at resiliens i barn er en dynamisk prosess og forskjellige faktorer som individuelle, familiære og sosiale/skolefaktorer bidrar til resilient utvikling uansett kontekst av motgang og de store variasjoner av sosiale forskjeller vi finner i samfunnet.</p>
Relevans	<p>Artikkelen var relevant siden den henviste til de faktorer som fremmer resiliens og hva som kan gi resilient og positiv utvikling hos barn, og det vil jeg ha svar på i min problemstilling. Videre skrev den om hva som forhindrer resilient utvikling og de faktorer som bidro til det. Begge er viktig og relevant til min problemstilling.</p>

Matrise 1

Referanse	<p>Lou et al. (2018): Resilience and resilience factors in children in residential care: A systematic review</p> <p>Forfatter: Yunfei Lou, Emily P. Taylor & Simona Di Folco</p> <p>Årstall: 2018</p> <p>Tidsskrift: Children and Youth Services Review 89 (2018) 83–9</p>
Hensikt	<p>Å undersøke hvordan resiliens påvirker barn i barneverninstitusjoner. Studien identifiserer flere faktorer som er assosiert med resiliens.</p>
Metode	<p>Det er en systematisk litteraturgjennomgang som ser hvordan resiliens påvirker barn i barneverninstitusjoner.</p>
Resultat/Fun	<p>Studien identifiserer flere faktorer som er assosiert med resiliens blant barn i offentlig omsorg. Inkludert her var støttende relasjoner, positive mestringsstrategier, følelse av mestring og kontroll. Høyere nivåer av resiliens var assosiert med bedre utviklingsresultater. Den anbefalte å systematisk inkludere og evaluere design og intervensjoner som fremmer motstandsdyktighet i institusjonsmiljøer.</p>
Relevans	<p>Ungdom som bor i institusjoner, ble rapportert å være mer sårbare og ha flere problemer sammenlignet med jevnaldrende. Høyere nivåer av resiliens var assosiert med bedre utviklingsresultater. Dette har jeg sett selv i praksis og er relevant for å underbygge mine teorier i min oppgave.</p>

Matrise 2

Referanse	<p>Schafer (2022): Recognizing Resilience in Children: A Review</p> <p>Forfatter: Emily Smith Schafer</p> <p>Årstall: 2022</p> <p>Tidsskrift: Trauma Care 2022, 2, 469–480.</p> <p>https://doi.org/10.3390/traumacare2030039</p>
Hensikt	<p>Det er en systematisk oversikt over konseptet resiliens hos barn og de forskjellige måtene det kan måles og vurderes på.</p>
Metode	<p>Det er en narrativ gjennomgang av litteraturen som inkluderte 169 resultater, men kun 48 kom seg gjennom eksklusjonskriteriene. Den tok utgangspunkt i RDS-teori som har likheter med Bronfenbrenners sin teori jeg beskriver i oppgaven.</p>
Resultat/Funn	<p>Artikkelen antyder at resiliens er en kompleks konstruksjon som involverer både interne og eksterne faktorer, og at det kan være vanskelig å definere og måle.</p>
Relevans	<p>Denne artikkelen var relevant siden den tar utgangspunkt i RDSs som jeg ser som har likhetstrekk til Bronfenbrenners sine teorier. Den beskriver hvordan en er påvirket av sine relasjoner i sitt miljø og individuelle faktorer som samhandle og påvirke hverandre som fremme resiliens. Den henviser også til teoretikere som er relevante for resiliens-forskning og for min oppgave.</p>

Matrise 3

5 DRØFTING

Som beskrevet tidligere er det mange faktorer som spiller inn på hvorfor noen barn og ungdom utvikler resiliens og noen ikke gjør det, selv om de er utsatt for samme risiko (Kvello, 2019). Likevel er de fleste innen forskning enige i at individuelle, relasjonelle og utdanning er viktige faktorer når det gjelder resiliens. Formålet med denne oppgaven var å illustrere dette gjennom artikler, teori og praksis.

Det er en gjennomgående enighet blant forskere og teoretikere innenfor resiliens-feltet om at resiliente barn kan defineres som barn som klarer å oppnå sine utviklingsmessige milepæler, til tross for å ha opplevd motgang, stress eller traumer, som beskrevet av Kvello (2019, s. 242). Videre er det også enighet om at for å oppnå resiliens, må man bli utsatt for negative livserfaringer (3-4 av 9 risikofaktorer). Uten slike erfaringer kan man ikke utvikle resiliens.

Gartland et al. (2019) skriver at barn som er født i fattigdom og/eller med intergenerasjonell traumer har større sannsynlighet for å oppleve dårlig utvikling. På bakgrunn av den kunnskapen er det viktig å sette i gang gode tiltak tidlig for å forebygge skjev utvikling hos barn.

Generelt sett er de tre artiklene jeg valgte enige om at resiliens er et viktig konsept for å forstå hvordan barn håndterer motgang. Likevel skiller de seg fra hverandre i sitt spesifikke fokus og omfang. De to første artiklene er systematiske gjennomganger som identifiserer spesifikke faktorer som er assosiert med resiliens hos barn som er utsatt for sosial motgang. Den tredje er en narrativ gjennomgang som gir en mer generell oversikt over konseptet resiliens hos barn.

5.1 Funn og drøfting Gartland et al. (2019) «What factors are associated with resilient outcomes in children exposed to social adversity? A systematic review»

5.1.1 Individuelle og sosiale faktorer

Gartland et al. fant individuelle faktorer som intelligens, temperament, kognitive evner og positive mestringsstrategier, positivitet, god selvfølelse og sosial kompetanse som viktige faktorer som stimulerte resiliens (2019, s. 9).

Gartland et al. (2019) skriver i artikkelen at individuelle faktorer er de faktorer som kjønn, temperament, følelsesregulering, kognitive ferdigheter, sosiale ferdigheter, mestringstro / «self-efficacy» og selvfølelse som en enten er født med eller tillært i oppveksten. Eksempelvis er de som har gode verbale ferdigheter mer resiliente enn de som slet med språk, derfor er det viktig å gi barn nok språkreiskaper for å kunne utrykke seg verbalt og få mestringfølelse. Det fikk jeg bekreftet i praksis, at de med godt språk var lettere å hjelpe og forstå. Når du kan sette ord på følelser, så kan en lettere forklare sine følelser og si ifra hvis en trenger hjelp. Jaffee et al. (2007), referert i Gartland D. (2019), viser at barn med omsorgssvikt som hadde høye kognitive evner tilhørte den resiliente gruppen.

Videre viste funnene deres at støttende relasjoner med foreldre, omsorgspersoner og andre sentrale voksne også bidrar til resiliens (Gartland et al., 2019). Det er også vist at andre sosiale relasjoner enn primæromsorgsgiver kan være betydningsfulle for å gi resiliens (Borge, 2019). Dette er i tråd med min egen erfaring fra praksis, der jeg har observert at flere ungdommer har utviklet seg positivt gjennom gode relasjoner med miljøarbeidere, som også har ført til en forsterket opplevelse av mestring gjennom de relasjoner på områder de tidligere hadde slitt med og bekreftet både Bronfenbrenners (2005) og de RDSs (Schafer, 2022) sine teorier.

Dette støttes også av Bronfenbrenners teori om at barns utvikling blir påvirket av de rundt seg og systemene de befinner seg i. Videre påpekte Gartland et al. (2019, s. 11) at tilhørighet til en spesifikk gruppe eller religion kunne styrke resiliens, men bare når det var lite sosial kontroll i miljøet.

«Videre er det viktig å påpeke at kontinuitet og sammenheng i utviklingen, sammen med tidligere erfaringer påvirke en» (Kvello, 2019). Trygge og positive relasjoner er viktig å skape som miljøarbeider, den skapes sammen med dem, i tillegg til gjennom fritidsaktiviteter, skole og andre sosiale arenaer.

Til tross for godt miljøarbeid kan det å bli utsatt for vedvarende stress og traumer hindre en å utvikle trygghet og å åpne opp, siden en har blitt skuffet så ofte før (Kvello, 2019). Hos noen ungdommer tok det veldig lang tid å opparbeide tillit og respekt. Vi må ikke glemme at de var

helt «vanlige» ungdommer og kunne derfor reagere likt sine jevnaldrende. Vi må ikke alltid finne en diagnose eller sykdom bak atferden.

5.1.2 Skole og mestringsfaktorer

Ifølge Kvello blir barns kognitive evner reduserte når de har for mange risikofaktorer å håndtere (2019). Dermed er det vanskelig å fremme resiliens uansett hvor god omsorgspersonen er. Derfor er det viktig å forebygge risikofaktorer med gode tiltak, slik at deres kognitive evner ikke påvirker deres utvikling og utdanning negativt (Bekkehus, 2012).

«Det er først når en risikofaktor får en motvekt med en dempende beskyttelseeffekt at resiliens kan oppstå» (FHI, 2019). Derfor støtter Bronfenbrenners (2006) bioøkologisk systemteori det som Gartland et al. (2019) bekrefter. Resiliens kan bli fremmet eller undertrykt av ulike situasjoner, miljøer og omsorgspersoner (NHI, 2023).

Resiliens innebærer å håndtere daglige utfordringer eller mer alvorlige traumatiske hendelser på en god måte, men da må omgivelser og relasjoner gi barn nok læring og utviklingsplass for at de skal kunne tilegne seg den kunnskapen. Gjennom praksis lærte jeg eksempelvis at sosiale utfordringer opplevd av barnevernsbarn viste seg å ha en større påvirkning på skolegangen deres enn jeg tidligere hadde trodd. De har utfordringer jevnaldrende kanskje tåler bedre, fordi de ofte har kontinuerlig støtte hjemme eller i miljøet.

Institusjonsboende ungdom opplever ofte uforutsigbarhet, og dette kan gjøre det vanskelig for dem å føle seg trygge og sterke nok til å håndtere både akademiske og sosiale utfordringer i skolemiljøet. Dette kan føre til at de velger vekk skole, siden det er enda en utfordring de må mestre.

Skole er en del av det mikrosystemet Bronfenbrenner beskriver, og poengterer viktigheten av at barn og miljøet påvirker hverandre. Her lærer barn og ungdom om sosiale relasjoner, kultur og hva som er akseptert av jevnaldrende og samfunnet. Ved å ikke gå på skole går de glipp av mye sosial læring som i noen tilfeller ikke kan tas igjen hvis tiltak settes inn for sent. Dette kan gå ut over både utdanning og fremtidig arbeid. Dette kan resultere i at de har mindre valg senere som forskning gjennomgått av Gartland et al. (2019) viser. Resiliente studenter kom fra skoler som hadde gode student-lærer relasjoner, var trygge, velorganiserte og hadde et godt foreldresamarbeid (Gartland et al., 2019, s. 11). Gode og trygge utdanningsmuligheter

eller praksiserfaring ga dem mestring og mer motivasjon til å fortsette skolegang, som senere kunne bidra til positiv utvikling og resiliens.

Rutter og Maughan (2002) fant gjennom forskning at elevene kunne nå lengre enn sine foreldre hvis de gikk på en velfungerende skole selv om barn kom fra ulike bomiljø og foreldre hadde ulikt utdanningsnivå (Borge, 2019, s. 137).

5.1.3 Miljømessige faktorer og andre faktorer

Gartland et al. (2019) fokuser videre på de beskyttelsesfaktorene og positive ressursene som kan styrke resiliens i en bestemt kontekst. Andre miljømessige faktorer inkluderte tilgang til materielle og sosiale ressurser, utdanningsmuligheter og samfunnsstøtte. Tilgang til flere ressurser kan bety flere valgmuligheter og ofte bedre psykososial og fysisk helse (FHI, 2019)

Kognitive evner refererer til mentale prosesser som påvirker vår evne til å lære, tenke, forstå, huske og løse problemer. Disse evnene kan variere fra person til person og kan påvirkes av faktorer som alder, arv, utdanning og miljø (Kvello, 2019). Selv om noen barn kan være født med mer kognitive evner enn andre, kan alle lære å utvikle resiliens gjennom positive erfaringer og støttende omgivelser. Resiliens er en styrkebasert egenskap og prosess. Personer med høye kognitive evner kan være bedre i stand til å håndtere motgang ved å finne kreative løsninger og tilpasse seg nye situasjoner. Disse evnene kan også hjelpe til med å bygge selvtillit og selvfølelse, som er viktige faktorer for å bygge resiliens.

Bronfenbrenner har et helhetlig perspektiv når han skriver om utviklingen til et barn og det samspillet mellom de nivåer et barn er en del av (i figur 1). Han henviser til både de positive og negative påvirkningene en kan få av miljøet sitt, mens artikkelen legger mest vekt på å identifisere de spesifikke beskyttelsesfaktorene som kan utligne de negative konsekvensene av motgang.

Noen situasjoner kan oppstå der ens resiliens ikke er på plass, mens andre situasjoner viser til timing av resiliens er utslagsgivende. Selv om en har mange ressurser og gode kognitive evner, betyr det ikke at en alltid er resilient eller aldri har emosjonelle eller fysiske utfordringer i løpet av livet. Det er viktig å påpeke at du kan være resilient i en fase i livet, uten å nødvendigvis være det i hele livsløpet. For eksempel kan man være resilient i en utdanningssammenheng eller i sosiale relasjoner, men likevel ha dekket over alvorlige

psykiske utfordringer som ikke oppdages (Helsedirektoratet, u.å.). Rutter (2007) og andre forskere forklarer at du kan ha en genetisk sårbarhet, men det er forholdene i miljøet som skrur på de genene.

Edwardsen et al. (2017, s. 14) skriver at «gode oppvekstvilkår i barndommen gir forutsetninger for ett godt liv også i voksenliv». Når traumer og sår fra barndommen ikke blir oppdaget og gitt oppmerksomhet i tide kan det prege barn lenge i livet. Dette blir bekreftet i ACE-studien hvor krenkelser eller omsorgssvikt viste seg å gi betydelig skade langt inn i voksenlivet, med de psykiske og fysiske belastninger det bringer med seg.

Heldigvis blir vi ikke preget av all risiko vi utsettes for (Kvello, 2019). Samtidig kommer det an på hvor alvorlig en hendelse er, hvor langvarig en risiko er, når i utvikling den oppstår, og hvilken risiko man blir utsatt for (Kvello, 2019). Vedvarende stress over lang tid eller å bli utsatt for kroniske risikofaktorer er det mest skadelig ifølge Kvello. Når kroppen er i konstant kriseberedskap eller full av negative tanker har hjernen ikke kapasitet å mestre andre hverdagslige ting.

Det fikk meg til å bedre forstå hvorfor noen barn eller ungdommer ikke var i stand til å gjøre de samme tingene som jeg forventet av jevnaldrende barn som ikke bor på institusjon. De har gjerne ikke kapasitet til å mestre vanskelige følelser eller opplevelser fordi de hele tiden må kompensere. Årsaken ligger sannsynligvis langt bak i tid og et opphold i institusjon kan ikke utviske all negativ atferd og egenskaper de bærer med seg. Heldigvis kan mye bli reprogrammert med god sosial støtte, og et positivt og trygt læringsmiljø i hjemmet eller i miljøet, selv om det tar krefter og tid.

Ifølge Woolender (2014) tilegner vi oss fra fødsel til ungdomstiden mange ferdigheter ved en interaksjon mellom oss og omgivelsene. Å bli utsatt for mange risikoer, og ikke ha en beskyttende motvekt i denne fasen kan medføre betydelig skade for sunn utvikling i kritiske faser i oppveksten. De første leveårene er vi mest påvirkelige og hjernen er som en svamp som tilegner seg mange ferdigheter og kunnskaper som kan brukes senere når mer faller på plass (Woolender, 2014). Dette bekrefter Bronfenbrenner i sin teori om at alle systemer vi tilhører påvirker hverandre gjennom utviklingen i livet. Læring skjer heldigvis kontinuerlig,

men hvis vi blir utsatt for mange risikofaktorer kan hjernen slite med å tilpasse seg, og bli skadet underveis i utviklingen (Kvillo, 2015).

Gartland et al. viser videre til at gode relasjoner med omsorgspersoner og god foreldrekompetanse bidro til resiliens. I henhold til Friborg (2010) kan stress være en positiv opplevelse for barn fordi det også kan utløse positive følelser som mestring. Imidlertid skriver han at det er viktig å ha visse forutsetninger for å oppnå dette, som trygghet, omsorg, en følelse av kontroll og en følelse av mening. Å kunne håndtere kriser på en god måte er faktisk mer vanlig enn å ikke klare det, og å ha innsikt i resiliens kan hjelpe flere til å håndtere selv de mest smertefulle opplevelsene.

Når vi oppsummerer essensen av artikkelen finner vi at vi må se på en flerdimensjonal tilnærming for å fremme resiliens hos barn som opplever motgang gjennom oppveksten. Vi må sette inn tiltak som setter søkelys på å bygge individuelle og familieressurser, men samtidig vurdere sosiale og økonomiske faktorer som gjør at sosial motgang oppstår i vårt samfunn.

5.2 Funn og drøfting av Lou et al. (2018) «Resilience and resilience factors in children in residential care: a systematic review»

5.2.1 Individuelle og sosiale faktorer

Artikkelen ser på de faktorene som fremmet resiliens og dermed korrelerte med positive utvikling for barn i institusjonsplassering som inkluderte sosial støtte, positive relasjoner til omsorgspersoner, utvikling av positive individuelle egenskaper og identitet. Videre opplevde de at barn som hadde evnen til å regulere sine egne følelser og atferd på en positiv måte hadde mer resiliens.

Resiliens-fremmende utvikling ga barn mer velvære, bedre utvikling og god mellommenneskelig kompetanse skriver Lou et al. (2018). Videre beskriver de at positive individuelle egenskaper, selvregulering og å ha fremtidsplaner bidrar til positiv utvikling hos barn. Disse er alle faktorer som Bronfenbrenner også viser i sin teori som beskrevet i teoridelen.

Lou et al. (2018) fant at visse beskyttende faktorer, som stabil og støttende omsorg, kan bidra til å redusere de negative effektene av utfordringer for motstandsdyktighet blant barn i institusjonsplassering. Kontinuitet i omsorgspersoner kan være en utfordring i institusjoner grunnet bemanningsutfordringer og sykdom. Barna på min praksisplass hadde opplevd mange brutte relasjoner og brukte derfor lengre tid enn jevnaldrende til å stole på voksne, noe som var en utfordring.

Tilsvarende som Lou et al. (2018) skriver i artikkelen, kan noen institusjoner ha for mye søkelys på å unngå negativ atferd blant ungdommene, at de glemmer å vie ressurser til resiliensbygging. Dette ble ofte et krysspess mellom kontroll og hjelp for oss i omsorgsyrker, noe jeg selv merket i praksis. Institusjoner blir målt på ulike arenaer og derfor er det viktig å unngå negativ atferd som kan ha negative konsekvenser for driften av institusjonen. Noen ganger følte jeg at vi ikke gjorde barna selvhjulpne nok, fordi vi ordnet opp i problemer de kunne ha ordnet selv. Med gode nok mestringsstrategier og gjennom mer sosial læring, hadde mange av barna hatt forutsetninger til å løse utfordringene på egenhånd.

For de fleste går det bra med god hjelp, men vi må hjelpe de som trenger mer langsiktige tiltak. Selv om barn blir voksne betyr det ikke at de har all kunnskapen eller verktøy til å kunne mestre og møte voksenlivet. Vi forventer ikke at våre egne barn klarer seg alene ved 18-års alder, så hvorfor forventer vi det av sårbare og traumatiserte barn? Forskning som referert i Lou et al. (2018) viser at resiliens gir barnevernsbarn generelt bedre utvikling og en bedre livskvalitet (Chia og Lee, 2015, s. 84). Det er ikke gode målestokker eller retningslinjer for å måle eller evaluere resiliens ettersom resiliens kan komme til uttrykk senere i ens livsløp. Da har de fleste barn fått andre saksbehandlere eller forhåpentligvis klart å stå på egne ben og tilegnet seg bedre mestringsstrategier. Dette ser vi forhåpentligvis mer av, da den nye barnevernsloven stiller andre krav til ettervern og til institusjonene (lovdata.no).

5.2.2 Skole og mestring faktorer

Videre forteller Lou et al. (2018) i Lou, et al. (2018) at det ikke bare er nødvendig med økt kunnskap i barnevernet, men også i skolen og andre institusjoner som arbeider med barn og unge. Da kan barnevernsbarn opparbeide seg et større nettverk og øve seg på sosiale relasjoner som kan gi de bedre ressurser og mer mestring. Dette kan utløse flere muligheter som gir de motivasjon og mestringstro («self-efficacy») i at de kan endre sin fremtid.

Denne motivasjonen og mestringsfølelsen gir forhåpentligvis ringvirkninger lenge etter de har forlatt barneverninstitusjonen. Rosa og Tudge (2013) viser til Bronfenbrenners utviklingsmodell når de legger vekt på den kumulative og dynamiske relasjonen mellom risiko- og beskyttelsesfaktorer gjennom livsløpet, og som går over i neste generasjon. Ifølge Lou et al. (2018) kan dette ses i sammenheng med at resiliens kan ses som et utfall og kan bli påvirket og forutsagt av flere faktorer; inkludert epigenittikk, personlighetstrekk og tro (Southwick, Bonanno, Masten, Panter- Brick & Yehuda, 2014, s. 84)

5.2.3 Miljømessige faktorer

Sosionomer må anerkjenne og respektere det ungdommen har oppnådd, og ikke bare fokusere på hva de burde ha oppnådd. Dette innebærer å vurdere deres utgangspunkt og akseptere «god nok» utvikling. Gjennom annerkjennelse og «normale» forventninger kan en ungdom gi hjernen mer plass for positive psykososiale ferdigheter, større selvstendighet og økt sosial kompetanse (Larsen, 2015, s. 98). Vi må se på hele prosessen og ikke bare på resultatene, og samtidig la de feile så de kan lære av det i trygge omgivelser. Dette bekrefter Bronfenbrenner sin teori om at alle systemer påvirker hverandre og at de relateres til hverandre i utvikling. Her er struktur og grenser viktig. «Hvis grensene utviskes så har vi en antioppgavekraft og den stimuleres da ikke til selvstendighet og økt sosial kompetanse» (Larsen, 2015, side. 98). Dette skjedde dessverre i min praksis da vi ofte ble satt i krysspresset mellom vår rolle som omsorgsperson og de kunnskapene vi hadde om faget. Som en konsekvens av dette oppsto det flere utfordrende situasjoner som jeg i ettertid har reflektert over, spesielt på hva jeg som fagperson kunne gjort annerledes.

Alt i alt fremhever artikkelen betydningen av å fremme resiliens blant barn i institusjonsplassering og identifiserer flere viktige resiliens-faktorer som kan bidra til positive utfall for disse barna.

5.3 Funn og drøfting av Schafer (2022) «Recognizing resilience in children: A review»

I denne artikkelen gis en oversikt over forskning på resiliens hos barn med et RDS-perspektiv. Her ser de blant annet på de relasjonelle faktorene som bidrar til resiliens hos barn, som individuelle egenskaper, familiestøtte, samfunnsstøtte og tiltak.

5.3.1 Individuelle og sosiale faktorer

Bronfenbrenners teori og RDSs har forskjellige tilnærminger til resiliens og faktorer som fremmer de. Samtidig viser de til forskjellige nivåer og ulike perspektiver på hvordan de ser barns utvikling i sine sosiale miljøer.

Bronfenbrenner gir en helhetlig oversikt over rammeverk for å forstå denne utviklingen, mens denne artikkel gir konkrete og evidensbaserte anbefalinger for å fremme resiliens hos barn som har hatt dårlige sosiale oppvekstvilkår. Begge teorier er like viktige til å forstå resiliens og utvikling hos barn.

«Barn og ungdom blir påvirket av historiske og samfunnsmessige forutsetninger, gjennom politikk og økonomi som berører de i hverdagen og livskvalitet» (Larsen, 2015, s. 156).

Kunnskap og forståelse av konsekvensen av dette kan bidra til positive endringer i samfunnet og politikken. Larsen (2015) skriver videre at ved å ha en utviklingspsykologisk forståelse så kan en forstå hvordan samfunnsmessige strukturer og prosesser gjør det mulig at den skjeve utvikling skjer hos barnevernsbarn og risikoutsatte barn. Dette bekrefter Bronfenbrenners teoretiske forståelsesmodell også. For å kunne motvirke den skjeve utviklingen er det lurt å investere ressurser på sosiale miljøer, familien og nærmiljøet (Kvello, 2019). Som henvist tidligere er dette faglig og økonomisk begrunnet.

Å ta utsatte barn og ungdom vekk fra familiene og nærmiljøet kan utløse tilstrekkelig rom for forandrings- og utviklingsprosesser. Som Bunkholdt skriver i Larsen (2015, s. 156-157) så «... må en ikke ha for mye tro på familie og nærmiljøet, koblet sammen med en kortsiktig bedriftsøkonomisk tenkning ...» om man ikke tenker differensiert og har flere perspektiver i hodet. Derfor må vi som sosionomer alltid ha et «helhetssyn» og tenke «personen i situasjonen», så vi kan sette inn de rette tiltakene til rett tid.

Artikkelen diskuterer ulike tilnærminger til å bygge resiliens hos barn, inkludert kognitiv atferdsterapi, programmer for sosial og emosjonell læring og tiltak som tar sikte på spesifikke risikofaktorer. Schafer (2022) understreker viktigheten av å tilpasse tiltak til de unike behovene til enkeltbarn og deres familier. Noe viktig jeg har lært i praksis og av andre fagpersoner er at vi må bare ta vekk andre sine mestringsstrategier hvis vi kan, og har nok tid til å erstatte de med bedre strategier.

5.3.2 Andre faktorer som påvirker resiliens

Schafer (2022) skriver at resiliens ikke er en fast egenskap, men heller en dynamisk prosess som kan utvikles og styrkes over tid. Her knyttes de spesifikke beskyttelsesfaktorene og positive ressursene sammen, som da kan styrke resiliens i en bestemt situasjon. Det er forskjellige nivåer av resiliens og de kan bli utløst ved forskjellige situasjoner, gjennom forskjellige relasjoner og tidspunkt i livet vårt (Lou et al., 2018). Dette har jeg sett hos andre som har hatt en vanskelig barndom. Da de senere i livet var bedre stilt til å håndtere vanskelige situasjoner, enn de var i barneårene. Dette stemmer overens med Bronfenbrenners Kronosystemet som viser til tidsaspektet av barns utvikling og derfor betydningen av kontinuitet og sammenheng i utviklingen. Den understreker viktigheten av å anerkjenne og dyrke resiliens for å fremme positive resultater, og forebygge negative konsekvenser knyttet til eksponering for risikofaktorer.

Til slutt er det viktig å merke seg at disse to tilnærmingene ikke er gjensidig utelukkende, men heller kan supplere og berike hverandre. Mens Bronfenbrenners teori gir et overordnet rammeverk for å forstå utviklingsprosessen og miljøets betydning for resiliens, kan den systematiske gjennomgangen av faktorer i Schafer (2022) gi mer spesifikke og evidensbaserte anbefalinger for å fremme resiliens hos risikoutsatte barn.

Det er imidlertid viktig å bemerke seg at resiliensteori ikke er en universal teori som passer for alle mennesker i alle situasjoner. Teorien har vært kritisert for å ha et ensidig søkelys på individuelle egenskaper og ressurser, og for å undervurdere betydningen av ytre faktorer som kan påvirke menneskers evne til å håndtere stress og belastning (Helsedirektoratet, 2018). Dessuten har teorien blitt kritisert fordi den kan være stigmatiserende for dem som ikke klarer å håndtere stress og belastning på en vellykket måte (NHI, 2023).

I tillegg har det vært debattert hvordan resiliensteori skal forstås og anvendes i praksis. Det har vært uenighet om hva som konstituerer resiliensteori, og hvordan man skal måle og vurdere menneskers resiliens. Dette har ført til at det finnes mange ulike definisjoner og tilnærminger til resiliensteori innenfor ulike fagdisipliner. Dette kan gjøre det utfordrende å sammenligne forskning på området og å generalisere funn til en bredere kontekst. Rutter (2013, 2015) som refereres i Borge (2019 s. 40) beskriver at «Resiliens-baserte tiltak og terapi

som kan hjelpe å håndtere vanskelige forhold, redusere problemer og forhindre at psykiske problemer oppstår og psykiske lidelser fester seg».

6 AVSLUTNING

For å finne kunnskap om hvordan barnevernsbarn og andre barn klarer seg til tross for å ha blitt utsatt for stor risiko er det flere muligheter innen forskning. Mitt valg om å benytte artikler, og da artikler skrevet på engelsk har gitt meg ett godt og bredt utgangspunkt på relativt kort tid. Ulempen med en litteraturstudie er at en må stole på tidligere forskning og studier. Dette er noe en mer direkte tilnærming ved bruk av intervju og observasjon ikke i samme grad ville trenge. En slik metodebruk ville imidlertid krevd et større ansvar og omfattende etiske overveier.

Sammenfattende har Bronfenbrenners bioøkologiske utviklingsmodell og Relational Development Systems teori bidratt til å forstå hvordan ulike faktorer i omgivelsene påvirker en persons utvikling, og hvordan resiliens kan bygges opp gjennom positive erfaringer og støttende miljøer. Å lære å håndtere motgang uten å miste motet er viktig for livsmestring og vår psykiske helse. Dette lærer barn gjennom sosiallæring med andre, og fra omsorgsfulle personer i sitt liv uansett om de er familie eller ikke. En betydningsfull person i livet er nok til at positive endringer kan skje.

Forskningen i de utvalgte artiklene og teoriene i denne oppgaven har identifisert flere beskyttelsesfaktorer som kan påvirke positiv utvikling og bidra til økt resiliens mot negative påvirkninger og risikofaktorer. Disse faktorene kan påvirke både individuelle, skole, miljø og samfunnsmessige nivåer.

Noen av de viktigste beskyttelsesfaktorene som er knyttet til positiv utvikling og resiliens i artiklene inkluderer: sterke sosiale bånd, følelse av tilhørighet og samhørighet, positiv selvfølelse, SOC, tilgang til ressurser som utdanning, arbeid, helsetjenester, fritidsaktiviteter og sosiale tjenester. Ved å ha god emosjonell intelligens og positive mestringsstrategier som bidrar til engasjement og deltakelse i samfunnet skapes rom til positiv utvikling og bygging av resiliens.

Det er også viktig å bemerke seg at resiliens ikke nødvendigvis er en permanent tilstand (Borge, 2019), og at menneskers resiliens kan variere over tid og i ulike situasjoner og derfor

en dynamisk prosess. Man er resiliente i samspill med de mennesker rundt seg og den spesifikke situasjonen en er i, og dermed bekrefter den RDSs teori Schafer (2022) skriver om i den siste artikkel. For å utvikle resiliens må noen faktorer være på plass: «de miljøskapte forholdene som blant annet god støtte fra det sosiale nettverket rundt, varm og responderende omsorg fra omsorgsgivere og genetiske forhold som resiliens (Kvillo, 2015, s. 243)».

Bronfenbrenner sitt tidsaspekt (kronosystem) i utvikling spiller inn her, og dens betydning og verdi av forskjellige beskyttelsesfaktorer varierer over tidsløpet og er dynamisk (Friborg, 2010). Omsorgspersoner er viktig når en er liten, mens venner tar større plass og får større betydning i ungdomsårene, og kan være beskyttende mot psykiske problemer senere. Gode sosiale egenskaper hjelper en å tilpasse seg under utdanning, på jobb og i andre sosiale sammenhenger. Alt i alt må beskyttelsesfaktorer ses i kontekst av situasjonen og hvor barn eller ungdom er i utvikling.

Til tross for kritikken, har resiliensteori vært en viktig teori innenfor psykologien og har bidratt til å øke forståelsen av menneskers evne til å håndtere stress og belastning. Teorien har også vært nyttig for å utvikle intervensjoner og tiltak i sosialt arbeid, som kan bidra til å øke menneskers resiliens og dermed øke deres evne til å håndtere negative hendelser. Imidlertid er det viktig å fortsette å utforske og utvikle teorien på en kritisk og reflekterende måte, og å ta hensyn til begrensningene som kan knyttes til teorien. Siden det er ikke en spesiell faktor som gir resiliens, men en prosess hvor en utvikler seg, og dermed blir påvirket av så mange systemer og relasjoner kan en ikke lett forutse hva som skjer videre i livsløpet til barnevernsbarn. Derimot kan vi som sosionomer hjelpe og bidra til at sårbare barn får den beste oppfølging som er mulig. De aller fleste av oss kan oppleve stress eller vanskelige livshendelser, og med erfaringer omkring dette kan vi lære å håndtere de livsutfordringene med gode mestringsstrategier. Vi som sosionomer og eller i arbeid rundt barn må sette inn tiltak og nok støtte slik at barnet og hele systemet rundt har best mulig utgangspunktet til å klare seg, og dermed utjevne sosiale ulikheter der det er mulig i samfunnet.

LITTERATURLISTE

Amble, L., Dahl-Johansen, C. (2016). *Miljøterapi som behandling ved komplekse traumer hos barn og unge*. (1 utg.) Universitetsforlaget. ***189 sider**

Barnevernsloven. (2021). Lov om barnevern (LOV-2021-06-18-97) Lovdata.
<https://lovdata.no/dokument/NL/lov/2021-06-18-97>

Bekkehus, M. (2012). Resiliens – hvorfor klarer noen barn seg på tross av risiko? Hentet 03/12/22 fra http://m.nubu.no/getfile.php/136262-1338299701/Filer/nubu.no/Internett/Aktuelt/120529_Resiliens.pdf * **7 sider**

Borge, A. I. (2019). *Resiliens: Risiko og sunn utvikling*. Gyldendal Akademisk. * **245 sider**

Bronfenbrenner, U., & Morris, P. A. (2005/6). The Bioecological Model of Human Development. In R. M. Lerner & W. Damon (Eds.), *Handbook of child psychology: Theoretical models of human development* (s. 793–828). John Wiley & Sons Inc. * **35 sider**

Dalland, O. (2020). *Metode og oppgaveskriving*. Gyldendal. (1. e-bokutgave tilsvarer 7. trykte utgave 2020) ***272 sider**

FHI (2019) («Risiko- og beskyttelsesfaktorer - FHI – Folkehelseinstituttet») lastet ned 29/2/2023 fra <https://www.fhi.no/fp/psykiskhelse/psykiskelidelser/risiko--og-beskyttelsesfaktorer-for/> * **5 sider**

Friborg, O. (2010). Resiliens. Hentet 23.01.2023 fra <http://uit-psyk.net/art10/Resiliens.pdf> ***5 sider**

Gartland, D., Riggs, E., Muyeen, S., Giallo, R., Afifi, T.O., MacMillan, H. Bulford, E., Brown, S.J. (2019). *What factors are associated with resilient outcomes in children exposed to social adversity? A systematic review*. BMJ Open, 9, e024870. Lastet ned 22/12/22 fra <https://doi.org/10.1136/bmjopen-2018-024870> * **14 sider**

Helsedirektoratet. Lastet ned 11/04/2023 fra <https://www.helsedirektoratet.no/tema/livskvalitet-trivsel-og-folkehelsearbeid>

Idan, O., Eriksson, M., Al-Yagon. M. *The Salutogenic Model: The Role of Generalized Resistance Resources*. 2016. Lastet ned fra 02/02/2023 DOI: [10.1007/978-3-319-04600-6_7](https://doi.org/10.1007/978-3-319-04600-6_7) * **12 sider**

Kvello, Ø. (2015). *Barn i risiko: Skadelige omsorgssituasjoner* (2. utg.). Gyldendal Akademisk.

Larsen, E., (2015) *Miljøterapi med barn og unge-organisasjonen som terapeut*. 1. utgave. Oslo: Universitetsforlaget * **171 sider**

Lou, Y., Taylor, E. Di Folco, S. (2018) *Resilience and resilience factors in children in residential care: A systematic review* lastet ned 11/12/23 DOI: 10.1016/j.childyouth.2018.04.010 (s. 83-92) * **9 sider**

NHI lastet ned 05/04/2023 <https://nhi.no/psykisk-helse/psykisk-egenpleie/resiliens-om-a-handtere-en-pakjenning> * **3 sider**

NOU 2012: 5:(2012). *Bedre beskyttelse av barns utvikling – Ekspertutvalgets utredning om det biologiske prinsipp i barnevernet*. Barne- og familiedepartementet www.regjeringen.no/no/dokumenter/nou-2012-5/id671400

Regjeringen.no lastet ned 09/04/2023 <https://www.regjeringen.no/no/tema/forskning/innsiktsartikler/etikk-i-forskningen/id2000710/>

Rutter M. (2006/2007) Implications of Resilience Concepts for Scientific Understanding. Lastet ned 23/02/2023 <https://doi.org/10.1196/annals.1376.002> * **12 sider**

Schafer, E.S. (2022). Recognizing Resilience in Children: A Review. *Trauma Care* 2022, 2, 469–480. <https://doi.org/10.3390/> * **11 sider**

Søk og Skriv lastet ned 01/02/2023 <https://www.sokogskriv.no/skriving/oppbygning-av-en-oppgave.html#analyse-resultater>

Tetzchner, S. von. (2012). *Utviklingspsykologi* (2.utg.). Gyldendal.

Thidemann I. (2019). Bacheloroppgaven for sykepleierstudenter: den lille motivasjonsboken i akademisk oppgaveskriving. (2. utg.). Universitetsforlaget.

Waaktaar, T. og Christie, H. J. (2000). *Styrk sterke sider: Resiliens*. Kommuneforlaget. * **188 sider**

***Total selvvalgt pensum: 1178 sider**

VEDLEGG 1 SØK OG SKRIV SKJEMA



DATABASE	DATO	SØKEORD/ KOMBINASJON	ANTALL TREFF	KOMMENTARER
Google Scholar	1/2	Resilience in child care	100+	Henviste meg til Researchgate, men var mange irrelevante studier.
Oria	1/2	Resiliens av barnevernsbarn	3	Hadde dato fra 2017-2023) kanskje derfor lite treff på norsk. Fikk en masteroppgave som kunne være relevant å se på referanseliste for å få tips til litteratur.
APA-PsychNet	1/2	Bandura AND Adolescent AND peer review journal	10	Var ikke treff for min problemstilling, men fikk tips til teoridelen.
Pubmed.gov	1/2	«Resilience in youth care»	10	Fikk mange interessante treff.
Pubmed.gov	13/2	«Resilience of adolescents in care»	10 med bruk av «citation match»	Ingen treff å inkludere «in Norway», så da skumleste jeg og der var det flere som kunne være relevant.
Oria	13/2	Resiliens OG Barnevernsbarn	0	N/A
Google Scholar	13/2	Resiliens OG barneverninstitusjon	164	Fikk mange gode ideer til å bruke som teori og artikler relatert til problemstilling.