

BBABAC- Bachelor i Barnevern

Bacheloroppgave

Resiliens som kunnskapsramme for forebyggende arbeid

- *En litteraturstudie som utforsker resiliens, hvorfor noen barn utvikler det og andre ikke, og hvordan resiliens kan brukes som kunnskapsramme i forebyggende arbeid*



Universitetet
i Stavanger

Det samfunnsvitenskapelige fakultet

Bachelor i Barnevern

UiS 17. Mars 2023

Kandidatnummer: 6077

Innholdsfortegnelse

1.0 Innledning	4
1.1 Bakgrunn for valg av tema.....	4
1.1.2 <i>Min interesse</i>	4
1.2 Presentasjon av problemstilling.....	4
1.3 Formål med oppgaven.....	5
1.4 Begrepsavklaringer.....	5
1.4.1 <i>Resiliens</i>	5
1.4.2 <i>Salutogenese og OAS- begrepet</i>	6
2.0 Teoretisk forståelsesramme	6
2.1 Genetikk og resiliens.....	6
2.2 Den salutogenetiske modell.....	8
2.2.1 <i>OAS-begrepet</i>	8
2.3 Tilpasningsdyktighet, mestringsstrategier og bearbeiding av stress.....	9
2.4 Skole og resiliens.....	11
3.0 Metode	11
3.1 Valg av metode.....	11
3.2 Litteraturstudie som metode.....	12
3.3 Datainnsamling.....	12
3.3.1 Inklusjon og eksklusjonskriterier.....	13
3.4 Analyse.....	16
3.4.1 <i>Presentasjon av vitenskapelige artikler og funn</i>	18
3.4.2 <i>Oppsummering av artiklenes tema</i>	20
3.5 Studiens validitet.....	21
4.0 Drøfting og presentasjon av funn	22
4.1 Forståelsesrammen av resiliens.....	22

4.2 Funn av beskyttende faktorer og risikoreduserende tiltak for forebyggende arbeid.....	22
4.2.1 Individuelle resiliensfaktorer.....	23
4.2.1.1 Arv og Miljø.....	23
4.2.1.2 Selvoppfattelse og <<self efficacy>>.....	23
4.2.1.3 Relasjoner, kjønn og hjelpesøkende atferd.....	24
4.2.1.4 Attribusjon/fortolkning.....	25
4.2.2 Miljøbetingede faktorer.....	25
4.2.2.1 Foreldreskap.....	26
4.2.3 Drøfting av problemstillingen.....	27
5.0 Avslutning.....	29
6.0 Litteratur/referanser.....	30

Antall ord: 9 997

Innledning

1.1 Bakgrunn for valg av tema

Denne oppgaven handler om utforskning av resiliens i det sosialfaglige forebyggende arbeidet med barn og unge. Kunnskap om hvilke faktorer som virker beskyttende opp mot den risiko barna står ovenfor vil være nyttig i et sosialfaglig arbeid. Ved å identifisere mulige fellesnevnerne på resiliente faktorer kan kunnskapen brukes til å styrke alle barns iboende ressurser, og etablere slike beskyttelsesfaktorer hos barn som ikke har dem naturlig. Jeg finner resiliens som kunnskapsramme for forebyggende arbeid i skole relevant for en barnevernpedagogisk bacheloroppgave og arbeidsområde, med tanke på kunnskap om forebyggende arbeid som et av formålene ved utdanningen.

Av forskrift om nasjonale retningslinjer for barnevernpedagogutdanningen går det frem at formålet ved utdanningen er at kandidaten (studenten) blant annet skal ha kunnskap om forebyggende arbeid på individ-, gruppe- og samfunnsnivå med barnets beste som utgangspunkt (Forskrift om nasjonal retningslinje for barnevernpedagogutdanningen, 2019, § 2, 4 ledd). Studenten skal altså ha kunnskap om hva som virker forebyggende individuelt og generelt. Jeg finner det dermed relevant og utforske resiliens i min bacheloroppgave da dette er et av formålene ved utdanningen. Jeg har lært mye om hvilke risikofaktorer som kan virke skadende for barns utvikling. Vi vet, og har lært mindre om hvilke prosesser som gjør at det likevel kan gå bra på tross av risikoen (Olsen & Traavik, 2010, s. 32). Resiliens og resiliensforskning handler om kunnskap om hva som kan virke forebyggende for barn og unge (Rutter, 2000, sitert i Olsen & Traavik, 2010, s.27). Dette er fordi den viser til hva som kan bidra til mestring og god tilpasning på tross av vanskelige livserfaringer.

1.1.2 Min interesse

Min interesse ble vekket da jeg fikk høre om begrepet resiliens på studieløpet ved barnevernpedagogutdanningen. Gjennom studiet ble vi fortalt om risikofaktorer for barns negative utvikling. Studier viser at krenkede barn ofte blir syke voksne (Kirkengen & Næss, 2021, s.65). Jeg undret meg over hvordan vi kan hindre, eller i det minste å redusere skadene sårbare barn og unge utsettes for. Jeg ønsket å lære mer om hvilke prosesser som er med på å beskytte disse barna på tross av det de har opplevd, og hvordan de står værfaste i sin stormfulle posisjon. Nettopp for å hindre at de allerede krenkede barna, også blir syke voksne.

1.2 Presentasjon av problemstilling

Hva resiliens handler om er et av områdene jeg skal undersøke. Begrepet i seg selv rommer mange elementer og er komplekst å svare på. Litteraturen ser ut til å benytte seg av flere betegnelser for samme fenomen. Jeg forsøker i denne oppgaven og utforske og få økt kunnskap om helsefremmende arbeid i skole. Temaet omhandler resiliens som ressurs og kilde til kunnskap i et forebyggende og salutogenetisk perspektiv. I oppgaven tar jeg for meg hvilke faktorer som ser ut til å være resiliensfremmende og risikoreducerende.

Følgende er min problemstilling: Hvordan fremme og bruke kunnskap om resiliens i et sosialfaglig forebyggende arbeid med barn og unge?

1.3 Formål med oppgaven

Formålet med oppgaven er å fokusere på et helsefremmende perspektiv, og finne resiliensfremmende faktorer som kan overføres til flere individer i et sosialfaglig arbeid. Dette er relevant generelt i barnevernfaglig arbeid, men særlig i en forebyggende kontekst. Hensikten er å finne faktorer som kan benyttes i å styrke alle barns iboende ressurser, samt etableres hos barn og unge som ikke har dem naturlig.

1.4 Begrepsavklaringer

Her definerer jeg relevante begreper jeg anvender i oppgaven. Begrepsavklaringene er sentrale for å danne felles forståelse over de teorier og termer jeg henviser til videre i oppgaven.

1.4.1 Resiliens

Etter Michael Rutter (2015) sin beskrivelse av resiliens som begrep peker han på at det holdes sammen av tre komponenter. Det første er at individet må ha opplevd signifikant belastning. For det andre må personen fungere over gjennomsnittet bedre enn hva som kan forventes etter opplevd sammenliknbar motgang. For det tredje er resiliens ikke en egenskap i et individ som kan måles. Det Rutter mener er at resiliens ikke må oppfattes som en immunitet mot sårbarhet. Han sier at et resilient motstandsmønster kan være tilstede ved enkelte belastningsområder, og ikke andre. Videre kan resiliens være tilstede i et utviklingsstadium men ikke i et annet (s. 241).

Arv og miljø er to viktige bestanddeler av menneskets utvikling. Borge (2018) sier at resiliens ikke kan avgrensnes til kun arv eller miljø. Resiliens varierer ut i fra erfaringer og situasjoner individet opplever. Derfor kan man være motstandsdyktig overfor noen miljørisikoer og ikke andre (Borge, 2018, s. 223).

1.4.2 Salutogenese og OAS- begrepet (opplevelse av sammenheng)

Sence of coherence kan oversettes til ”opplevelse av sammenheng”. Forkortet blir begrepet OAS, som jeg heretter kommer til å anvende. I Antonovsky’s (1987/2000) ”Helbredets Mysterium” beskriver han faktorene som inngår i dette begrepet mer uttrykkelig. Han anvender begrepene begripelighet, håndterbarhet og meningsfullhet. Dette kommer jeg nærmere inn på i teoridelen. OAS inngår i den salutogene modellen.

Opplevelsen af sammenheng er en global indstilling, der udtrykker den udstrækning, i hvilken man har en gennemgående, blivende, men også dynamisk følelse af tillid til, at (1) de stimuli, der kommer fra ens indre og ydre miljø, er strukturerende, forudsigelige og forståelige; (2) der står tilstrækkelige ressourcer til rådighed for en til at klare de krav, disse stimuli stiller; og (3) disse krav er udfordringer, det er værd at engasjere sig i (Antonovsky, 1987/ 2000, s. 37).

Det Antonovsky sier ovenfor om ”opplevelse av sammenheng” er at det handler om menneskets grunnleggende tillit til at den stimuli man blir utsatt for er forståelig og ordnet. At personen opplever å ha tilstrekkelige ressurser til å håndtere oppgaven man står overfor, samtidig som man oppfatter stimulusen som en utfordring, heller enn en belastning man blir lammet av (Antonovsky, 1987/2000. s. 37, egen oversettelse).

2.0 Teoretisk forståelsesramme

I dette kapittelet tar jeg for meg kjente bidragsytere innen resiliensforskningen. De har vært med på å belyse teorier innen resiliens som jeg tar med videre. Jeg har blant annet valgt å ta for meg Antonovsky’s (1987/2000) salutogenetiske modell, samt Borge (2018) om resiliens og genetikk, og Olsen & Traavik (2010) med intervensjon fra et skoleperspektiv.

2.1 Genetikk og resiliens:

Borge (2018) peker på forskning som forsøker å finne variasjoner i gener som kan påvirke mottakelighet og robusthet overfor miljøfaktorene som individet befinner seg i (s. 224-226). I et av studiene Borge (2018) legger frem kartlegges det om barn som mobbes eller mobber selv kan få psykiske problemer i etterkant. Hun fant at familieforholdet hadde stor betydning. Gjennom en tvillingstudie på barn så hun at barnet som mottok mest varme fra mor både var mer følelsesmessig og atferdsmessig resilient mot mobbing. Med andre ord var ”varme relasjoner og et godt hjemmemiljø” en faktor som bidro til resiliens mot skadevirkningen av mobbing (Borge, 2018, s. 229).

I en dyrestudie Borge (2018) peker på fra ” National Institutes of Health Animal Center” (NIHAC) i Maryland, omhandler rhesusaper og deres gentyper. Den viser til forskjeller i

resiliens blant rhesusapene på gennivå. Studien ble utført av Stephen Suomo med kolleger, hvor de fant forskjeller blant apene med kort og lang allel. Et allel er en utgave av et gen. Ulike alleler skaper genetisk variasjon innen en art (Voje, 2023). Denne studien viser til genetisk disposisjon til resiliens blant rhesusapene. Apene med lang allel viste til større motstandsdyktighet enn apene med kort allel, dersom de ble utsatt for dårlig/ingen omsorg av sin apemor. Kort allel viste til en genetisk uheldig disposisjon som ble knyttet opp mot atferdsvansker og aggresjon (Borge, 2018, s. 240).

Som en kort oppsummering av studien til Stephen Suomo med kolleger, viser den til at god omsorg er gunstig uansett gentyper. Lang versjon av genet kan beskytte apene under omsorgssvikt. Motsatt fant forskerne at god omsorg av apemor beskytter sitt avkom fra en uheldig genetisk disposisjon (Borge, 2018, s. 240).

Borge (2018) tilfører en interessant atferds-genetisk undersøkelse av barn adoptert fra institusjoner i Romania til England. Den peker på samme gentyper som ble undersøkt hos rhesusapene, slo ut på emosjonelle vansker i barnas ungdomstid. Studien viste til at ungdommene med lang allel var mer beskyttet mot emosjonelle vansker enn de med kort versjon av genet, selv om alle startet sine liv i dårlige institusjoner (Kumsta mfl., 2010 referert i Borge, 2018, s. 240). Jeg hevder på ingen måte at svaret til resiliens ligger i genforskningen på rhesusapene, men slik Borge (2018) omtaler det, er det en interessant studie som viser til at det trengs mer forskning på området.

Borge (2018) skriver at den genetiske disposisjonen et menneske får utdelt når det blir født ikke nødvendigvis vil føre til avvikende atferd, så lenge individet ikke oppholder seg i et miljø forbundet med risiko (Borge, 2018, s. 241). Studiene hun viser til trekker frem god omsorg som en beskyttelse mot en genetisk uheldig disposisjon med et ”dårlig” gen. Videre viser forskningen at et ”sterkt” gen gir bedre beskyttelse mot dårlig omsorg. Samtidig påpeker studien at det ”dårlige” genet ikke slår ut dersom risikofulle miljøfaktorer ikke er til stede. Slik kan vi se at resiliens består av intrikate samspill. Miljø har som evne og skru av eller på genetiske styrker/svekkelser. Samtidig kan miljømessige forhold også beskytte mot den genetiske uheldige varianten (Borge, 2018, s. 241). Altså er arv og miljø sammensatt i interaksjon med hverandre. Man blir utdelt et sett med gener, hvor miljø kan stimulere hvorvidt gendisposisjonen aktiveres/forsterkes eller reduseres.

2.2 Den salutogenetiske modell

Aaron Antonovsky (1987/2000) ønsket å videreutvikle en teori om mestring. Den salutogenetiske modellen er et forsøk på å omstrukturere vårt tanke sett fra en mer patogenetisk forståelsesramme. Antonovsky ønsket å sammenstille patogenese og salutogenese slik at disse skulle komplimentere og utfylle hverandre. Han forklarer at salutogenese handler om å se mennesket som en helhet, ikke bare avgrenset til hans eller hennes sykdom. Han ønsket å sette fokus på mestringsressurser hos individet, fremfor stressfaktorene. Altså ikke å begrense oss til en patogenetisk forståelsesramme hvor sykdommens etiologi er i sentrum, men heller se hele mennesket med deres historie, livssituasjon og sykdom. Antonovsky ønsket å plassere mennesket på et multidimensjonelt kontinuum hvor personen beveget seg mot eller fra en sunnhetsspol. Altså at man befant seg kontinuerlig på en sunnhetsreise mellom polene «god» og «dårlig» helse. På denne måten mente han at vi ble oppmuntret til å finne hvilke faktorer som i det minste kan bevare individets plassering på kontinuet, eller skape bevegelse mot sunnhetsspolen. Likevel anerkjente han viktigheten av stressfaktorene som på lik linje skal forsøkes å bekjempes (s. 30-31).

2.2.1 OAS- begrepet (*begripelighet, håndterbarhet og meningsfullhet*)

”Opplevelse av sammenheng” forkortet til OAS, blir heretter brukt. Antonovsky’s OAS- begrep inngår i den salutogenetiske modellen.. Han beskriver de tre komponentene <<begripelighet, håndterbarhet og meningsfullhet>> som jeg nå går nærmere inn på. Han hevdet at disse tre faktorene er grunnleggende for dannelsen av et sterkt eller svakt OAS, og menneskers motstandsdyktighet/resiliens.

Aaron Antonovsky (1987/2000) utførte et intervju med 51 informanter som hadde to ting til felles; de hadde opplevd et alvorlig traume, og at de likevel klarte seg godt. Antonovsky skilte mellom individers opplevelse av stimuli som informasjon eller støy (Antonovsky, 1987/2000, s. 34). Etter gjennomgang av intervjuutskriftene plasserte han informantene på hver sin side av en skala. De som opplevde god OAS, og de som skåret lavt på disse punktene. Han fant tre komponenter i ytterpunktene som skilte disse to gruppene. Kontrastene som skilte gruppene var deres opplevde begripelighet, håndterbarhet og meningsfullhet, altså opplevelse av sammenheng (OAS).

Begripelighet handler om vedkommende oppfatter den stimuli han/hun utsettes for som kognitivt forståelig, ordnet, sammenhengende og som tydelig informasjon, eller som støy-

opplevelse av kaos, tilfeldig og uforklarlig. Antonovsky så at de som opplevde en sterk begripelighet hadde en holdning om de opplevelsene de møtte på ville kunne settes inn i en sammenheng og forklares (Antonovsky, 1987/2000, s. 35).

Håndterbarhet var en annen faktor han fant blant de med sterk OAS. Det motsatte ytterpunktet rapporterte at de ofte opplevde uhell/ulykke, de følte seg ofte dårlige, og opplevde at slik vil det bestandig være. De med sterk OAS opplevde lignende livsbegivenheter i livet som utfordringer de kunne mestre å håndtere (Antonovsky, 1987/2000, s. 35-36). Altså opplevde de at de hadde ressurser til sin rådighet for å håndtere vanskeligheter i livet.

Det tredje elementet var meningsfullhet. Antonovsky kalte det for ”begrepet motivasjonselement”. Gruppen med sterk OAS kunne fortelle om områder i livet som engasjerte dem positivt, og som de hadde en følelsesmessig tilknytning til. Den andre motpolen kunne sjelden gi uttrykk for dette. De opplevde få områder i livet som ”gav mening” og hadde betydning for dem. De rapporterte om viktige livsområder, men at disse likevel opplevdes som en byrde og som stilte krav, og ville heller vært foruten (Antonovsky, 1987/2000, s. 36).

2.3 Tilpasningsdyktighet, mestringsstrategier og bearbeiding av stress

Hovedvekten av litteratur hevder Antonovsky (1987/2000) at fokuserer for mye på de negative stressfaktorene, men at dette kan forstås som naturlig ettersom det fra et moralsk ståsted kan virke viktigere å redusere lidelsen fremfor å øke noens velvære. Han understreker at det fra et teoretisk ståsted er like viktig å forstå hvordan stress oppløses (s. 151).

Antonovsky legger frem en hypotese hvor en person med sterk OAS definerer stimuli en utsettes for som ikke- stressfaktor, og går ut i fra at han automatisk er i stand til å tilpasse seg situasjonen. Slik vil personen oppleve at spenningen ikke omdannes til stress (Antonovsky, 1987/2000, s. 148). Han sier at den OAS- sterke personen tilpasser seg situasjonen ved å velge den mestringsstrategien som virker å være den mest hensiktsmessige, ut i fra situasjonen vedkommende står ovenfor. Altså at personen er pragmatisk og har flere mulige strategier, og velger en hensiktsmessig kombinasjon (Antonovsky, 1987/2000, s. 154).

Han underbygger dette ved å henviser til Cohen (1984) som peker på forskning i forbindelse med mestringsmønstre. Konklusjonen ble som følgende ”det avgjørende spørsmål kanskje ikke er, *hvilke* mestringsstrategier en person anvender, men *hvor mange* han eller hun har i sit repertoire, og hvor fleksibel han eller hun er i sin anvendelse af forskjellige strategier” (Cohen, 1984, s. 269, sitert i Antonovsky, 1987/2000, s. 157). Både Cohen (1984) og Antonovsky

(1987/2000) hevder at håndtering av stressfaktorer, kan ha noe med at den OAS-sterke har flere hensiktsmessige strategier, og/eller er fleksibel og kan kombinere dem til å bli den mest fornuftige fremgangsmåten for å håndtere situasjonen.

Individets tilpasningsdyktighet og mestringsstrategi kan i denne sammenhengen forklares gjennom den salutogene modellen via OAS- begrepet. Den OAS- svake ser stressfaktoren som en byrde, og er tilbøyelig til å fokusere på det følelsesmessige, og ha et fokus på å håndtere sorgen og angsten som stressfaktoren fremkalte. Motsatt vil den OAS- sterke personen bli handlingsfokusert og se på hvilke ressurser som må mobiliseres for å løse problemet (Antonovsky, 1987/2000, s. 155). Her kommer OAS- begrepet inn. Det handler om individet evner å strukturere informasjonen slik at kaos og forvirring endres til orden og klarhet. Tilpasningdyktighet og mestringsstrategi kan i den forbindelse forstås av at individet oppfatter og forstår situasjonen, opplever at de har ressurser/strategier til å håndtere det, og er motivert til å gjøre noe med det.

Antonovsky (1987/2000) beskriver hvordan opplevelse av sammenheng bidrar til å oppløse spenning og forhindre at stress dannes. Han hevder at denne egenskapen styrker gode helse, og motvirker dårlig helse. Videre sier han at når et individ står overfor et problem skal han/hun avklare tre ting. For det første; om stressfaktoren defineres som positiv eller negativ for ens velvære. En OAS sterk person vil tolke en stressfaktor som mindre konfliktykt og skadelig enn en person med svak OAS (s.151). Den andre faktoren innen håndtering av stress er opplevelsen av det som et følelsesmessig problem. Altså hvordan man forholder seg til stressfaktoren. Antonovsky forklarer at den OAS- sterke personen får fokuserende følelser og motivasjon til å handle. Den OAS- svake personen blir fylt med følelser som håpløshet og apati, som virker lammende. Han sier samme stressfaktor kan virke ulikt på de to OAS typene. Den OAS sterke er mer tilbøyelig til fokuserende og motiverende følelser, mens den OAS svake har større anlegg for de handlingslammende og apatiske følelsene, og kan slik gi lettere opp. Antonovsky hevder at det er åpenbart at fokuserende følelser er mer forenlig med at individet oppfatter problemer som begripelige. De fokuserende følelsene vil øke sannsynligheten for at individets mestringsmekanismer aktiveres (s.152).

Den tredje faktoren for individets håndtering av stress er hvordan oppfattelsen av problemet og følelsesregulering effektivt håndteres. Denne prosessen hevder Antonovsky at dersom personen kognitivt og følelsesmessig er i stand til å strukturere oppfattelsen av stressfaktoren, og akseptere at den skal håndteres, bidrar dette til mestring. Med andre ord at individet har en

generell antagelse om at stressfaktorer er meningsfulle og begripelige. Det utgjør et kognitivt og motivasjonsmessig grunnlag for mestring, som reduserer risikoen for at spenningen blir til stress (Antonovsky, 1987/2000, s. 153). Antonovsky spiller ut forløpet til de to ulike OAS-typene. Den OAS-sterke personen har allerede før den håndterer situasjonen rukket å mobilisere ressurser til å håndtere den. Den OAS-svake personen står svakere stilt. De kan være forvirret og uten et egentlig ønske om å mestre situasjonen. Han hevder at den OAS-svake personen på denne måten kan være mer tilbøyelig til å gi opp allerede før handling har funnet sted (Antonovsky, 1987/2000, s. 153).

Antonovsky så at dersom man har en grunnleggende tillit til at ting kommer til å ordne seg. At man opplever å ha ressurser til å håndtere situasjonen, og at det som kjennes forvirrende og kaotisk, kommer til å bli forståelig, vil det være mulighet for at spenningen i individet oppløses (Antonovsky, 1987/2000, s. 151). Tolkning og bearbeiding av en stressfull situasjon som en utfordring fremfor en belastning er en av ressursene han prater om som fremmer god helse, og reduserer dårlig helse.

2.4 Skole og resiliens

Innenfor resiliens i skolesammenheng kan det være nyttig å identifisere hva som kjennetegner de resiliente barna. Olsen & Traavik (2010) hevder at disse elementene er viktig å stimulere for å fremme positiv utvikling hos barn og unge generelt, men spesielt for barn i risiko. De finner at relasjon, kognitive og problemløsende evner, over middels intelligens, kjønn (jente), interesser/hobbyer, lett temperament og god selvregulering, hjelpesøkende atferd, positiv selvoppfatning og tro på egne evner, er blant de viktigste resiliensfaktorene (Olsen & Traavik, 2010).

3.0 Metode

3.1 Valg av metode

Jeg har valgt litteraturstudie som forskningsmetode i min bacheloroppgave. En litteraturstudie innebærer å gjøre betydelige søk på temaet/problemområde, samt tolke dataen som innhentes i den regi av å svare på den valgte problemstillingen. Altså å lete frem til relevant faglig kunnskap/skriftlige kilder om temaet som ønskes belyst. Videre skal litteraturen gås kritisk gjennom for så å skape et produkt satt sammen av tolkning og drøfting av disse elementene (Magnus & Bakketeig, 2000, sitert i Thidemann, 2020, s. 77).

Metode er en systematisk fremgangsmåte med fremstilte premiss og kriterier som gjør at leseren kan gjenta undersøkelsen og komme frem til de samme resultatene (Rienecker et al., 2013, s. 187). Valg av metode definerer Thidemann (2020) som måten man velger å gå frem på for å innhente kunnskap og informasjon for å belyse den oppnevnte problemstillingen. Videre skriver hun at problemstillingen man velger er med på å styre retning av den mest hensiktsmessige metoden for å svare på oppgaven. (s. 74).

3.2 Litteraturstudie som metode

I hovedsak valgte jeg litteraturstudie som metode på grunn av oppgavens tid og omfang. Med dette ble litteraturstudie som fremgangsmåte et naturlig valg for meg. Jeg må tilføye de samstemte oppfordringer og råd fra emneansvarlige, veileder og medstudenter om litteraturstudie som metode, som var en medvirkende faktor for valget. Metode og design kan spille inn på synsvinkler som kommer frem i oppgaven.

3.3 Datainnsamling

Datasøkene for vitenskapelige fagfelleverderte artikler ble gjennomført innledende de første dagene av januar 2023- frem til 23.01.23. Jeg arbeidet i starten med å lage et picoskjema for å konkretisere informasjonsbehovet. Thidemann (2020) fremstiller et picoskjema som et rammeverk for søk man skal foreta, slik at man kan operasjonalisere problemstillingen, og gjøre den søkbar ved å stille spørsmål som er blitt stilt nedenfor (se tabell 1.). Slik kan søkene bli mer presise og relevante (s. 82). Søkene foregikk i databasene Oria, Idunn og Google Scholar, samt Nasjonalbiblioteket sin nettside. Annet pensum ble søkt og innhentet i samme periode.

Pico-skjema (Tabell 1.)

Problem Hvem/hvilke	Intervention Hva	Comparison Alternativer	Outcomes Resultater
Beskriv den typen bruker du er interessert i	Hvilke tiltak handler det om?	Hvilke(t) alternativ(er) finnes til dette tiltaket?	Hvordan kan tiltaket påvirke ulike utfall?
Risikoutsatte barn og unge	Resiliens hos risikoutsatte barn og unge	N/A	Når/hvorfor det går bra med disse barna

3.3.1 Inklusjons- og eksklusjonskriterier

Gjennom å operasjonalisere problemstillingen og forskningsspørsmål i et Pico-skjema ble de følgende spørsmålene konkretiserte og mer presise i mitt videre søk for litteratur på området. For videre avgrensning ble inklusjons- og eksklusjonskriterier satt opp.

Gjennomgående omhandlet søkene de samme søkeordene innen nevnte tema. Jeg valgte å inkludere og avgrense litteratursøkene med inklusjonskriteriene (resiliens hos barn og unge), (resiliente barn), (robuste barn av psykisk syke), (resiliens hos barn av psykisk syke), (motstandsdyktige barn), (resiliens og barn), (resilience among children with mentally ill parents), (children of parents with schizophrenia), (resilient children), (resilient children and protective factors, (protective factors and resilient children), samt ((resilente barn) OG (psykisk syke foreldre)). Inklusjonskriterie var videre norsk, engelsk, svensk og dansk. Avgrensninger for eksklusjonskriteriene var ikke eldre enn 5 år, ikke andre språk enn norsk, svensk, dansk og engelsk, samt ikke tidligere pensum fra studiet. Videre utførte jeg hånd søking gjennom referanselistene til treffende artikler og tidligere oppgaver for å finne annen relevant forskning, utførte studier og pensum.

Inklusjonskriterier:

- Fagfelleverderte artikler
- Barn og resiliens
- Norsk, Svensk, Dansk og Engelsk
- Barn av psykisk syke OG resiliens
- Motstandsdyktige barn

Eksklusjonskriterier

- Ikke eldre fagfelleverderte artikler enn 5 år
- Ikke andre språk enn norsk, svensk, dansk og engelsk
- Ikke tidligere pensum fra studiet

Flere av søkene gav mange (over 100 treff). Likevel møtte hovedvekten av artiklene ikke kriteriene. De var enten for gamle eller ikke fagfelleverderte. Enkelte artikler var ikke tilgjengelige grunnet treffet fant frem fremmedspråklige artikler som falt utenfor mitt språkrepertoar. Andre artikler og ulike amerikanske universiteters publiseringer krevde kjøpt tilgang til tidsskriftene. En av disse aktuelle artiklene ble ved senere anledning tilgjengelig,

men da en eldre versjon fra 2014. Dermed ble artikkelen likevel ikke inkludert. Alle treff ble i første omgang sortert gjennom å lese overskrifter. De tre vitenskapelige artiklene for min bachelor oppgave er dermed følgende:

1. Resiliensforståelser i skoleverden (Christensen et al., 2019)
2. Life events and adolescent depressive symptoms: Protective factors associated with resilience (Askeland et al., 2020).
3. Accumulation of Disadvantages Across Multiple Domains Amongst Subgroups of Children of Parents With Schizophrenia or Bipolar Disorder: Clustering Data from the Danish High Risk and Resilience Study VIA 7 (Krantz et al., 2022).

Den fjerde artikkelen blir tatt med i diskusjonen men er fra 2014 og blir dermed ekskludert som en av de fagfelleverderte artiklene, men tilført som supplerende pensum.

4. Risk and Protective Factors in Child Development and the Development of Resilience (Buchanan, 2014).

Søkehistorikk (tabell 2)

Søkedato	Søk nummer	Søkeord og ordkombinasjoner	Avgrensninger	Antall treff	Leste abstract	Leste artikler	Artikler inkludert
1. jan	1	Resiliens OG barn av psykisk syke foreldre	2017-2022 Fagfelleverderte	0	0	0	0
9 jan	2	Resiliens og barn	Fagfelleverderte artikler	4	4	1	1
9 jan	3	Resiliente barn	-	22	3	1	*
23. jan	4	Protective factors and resilience	2018-2023 Fagfelleverderte artikler	24.700	6	1	1
17. jan	5	Resilient children AND mentally ill parents	2020-2022 Fagfelleverdert	17.400	9	0	0
17 jan	6	Children of parents with schizophrenia	2020-2022	1620	19	3	1

23. jan	7	Resilient children and protective factors	2014-2023 Fagfelleverdert	17.600	6	2	1
---------	---	---	------------------------------	--------	---	---	---

Den første artikkelen ”*Resiliensforståelser i skoleverden*” ble funnet i databasen Oria. Gjennom søkeordene <<Resiliens og barn>> kom det opp 141 resultater. Jeg avgrensner søket med fagfelleverderte tidsskrift. Søket viste seg da med bare fire treff, hvor kun en av artiklene var aktuell med tanke på inklusjons- og eksklusjonskriteriene, og relevans til min problemstilling.

Artikkel to ”*Life events and adolescent depressive symptoms: Protective factors associated with resilience*” støtte jeg på ved to anledninger. I første omgang fant jeg artikkelen i anledning innledende søk i databasen Oria. Søkeordet jeg brukte var <<resiliente barn>> (22 treff). Jeg leste overskriftene og fant på andre siden en masteroppgave ”*Fosterbarn og resiliens. Korleis kan fosterforeldre bidra til utvikling av resiliens hos fosterbarn?*”. Jeg utførte h ands oking i litteraturlisten til masteroppgaven og bemerket meg artikkelen og skrev den ned som aktuell. Andre omgang fant jeg artikkelen gjennom søk i Google Scholar. S okeordene <<Protective factors and resilience>> satt sammen med avgrenset egendefinert periode 2018-2023, og kriteriet kun vitenskapelige artikler fikk jeg 24.700 resultater. P a f erste side gjennom   grovsortere og lese overskriftene kjente jeg igjen tittelen. P a bakgrunn av at jeg tidligere hadde bemerket meg artikkelen som aktuell valgte jeg denne som en av mine fagfelleverderte artikler da den m otte kriteriene og temaet jeg s okte etter.

Den tredje artikkelen ”*Accumulation of Disadvantages Across Multiple Domains Amongst Subgroups of Children of Parents With Schizophrenia or Bipolar Disorder: Clustering Data from the Danish High Risk and Resilience Study VIA 7*” ble ogs a funnet via databasen Google Scholar. S okeordene <<children of parents with schizophrenia>> sammen med egendefinert og avgrenset periode 2020-2022 gav 1620 treff. Gjennom grovsortering og lesing av overskriftene fant jeg artikkelen p a andre side som artikkel nummer to.

Artikkel ”*Risk and Protective factors in Child Development and Development of Resilience*” ble funnet gjennom innledende s ok via Google Scholar med s okeordene <<resilient children and protective factors>>. Jeg avgrenset s oket med perioden 2014-2023 og fikk 17 700 treff. Mens jeg skaffet meg en oversikt over hvilke studier og artikler som l a ute fant jeg denne artikkelen ved   skumlese overskriftene. Artikkelen ble funnet p a f erste side som sjette artikkel. Den ble inkludert p a grunn av dens tema og relevans for dr offtingen i oppgaven.

3.4 Analyse

En analyse har som hensikt å dele et tema eller materiale opp i flere komponenter (Rienecker et al., 2013, s. 221). Når man analyserer en tekst gransker man dens innhold og tolker det (Thidemann, 2020, s. 92). Analyse og tolkning henger sammen. Det kan derfor være nødvendig å lese en tekst flere ganger, både i sin helhet og delvis hvor man søker etter detaljene i teksten for å få en god forståelse av innholdet (Thidemann, 2020, s. 92). En analyse kan være å sammenstille to tekster og forsøke å finne likheter og forskjeller mellom dem (Rienecker et al., 2013, s. 221). En måte å utføre en analyse på er å bruke forskningsspørsmålene og problemstillingen man har valgt som ramme for analysen (Rienecker et al., 2013, s. 221). Jeg vil da lete etter meningsbærende komponenter med tilsvarende innhold som problemstillingen min ser etter (Thidemann, 2020, s. 93). En måte å gjøre analysen på er å bruke Aveyard (2019) sin tematiske analysemodell. Man skal i følge Thidemann (2020) som oppsummerer metoden, først identifisere resultatene i de vitenskapelige artiklene. Man leter da etter temaene fra resultatdelen i hver enkelt artikkel. Hovedpoengene i artiklenes resultatavsnitt bør reflektere problemstillingen og forskningsspørsmålene til din egen litteraturstudie (Aveyard, 2019, s. 141, referert i Thidemann, 2020, s. 97).

Når jeg startet med analysen identifiserte jeg først artiklenes hovedpoeng. Jeg leste dem først som en helhet, for videre å studere dem delvis og mer detaljert for å få en god forståelse av innholdet (Thidemann, 2020, s. 92). Dette gjorde jeg ved å gå til resultatdelen i hver artikkel for å summere opp temaene og funnene artikkelen tok for seg (Aveyard, 2019, s. 141, referert i Thidemann, 2020, s. 97). Videre satte jeg opp en oversiktstabell (se tabell 3) over artiklene med deres hensikt og funn. Avslutningsvis kunne artiklene da fremstilles mer helhetlig og gi en tydeligere definisjon på hva artiklene selvstendig og til sammen utgjorde. På denne måten kan artiklene videre stilles opp mot hverandre og sammenlignes med deres likheter og ulikheter.

Litteratormatrise/oversiktstabell

Jeg har valgt å sette opp en oversiktstabell over artiklene. En slik tabell kan gi et overblikk over hvilket innhold og hvilken hensikt de ulike artiklene tar for seg. Tabellen kan hjelpe meg å sortere og analysere likheter og forskjeller mellom dem.

Oversiktstabell (tabell 3)

Kvalitetsvurdering på alle artiklene er fagfelleverderte.

Forfatter/ år	Tittel	Metode	Hensikten med studien	Utvalg/ populasjo n	Hovedfunn/ resultater
Christensen et al., 2019	Resiliensforståelser i skoleverden	Kvantitativ litteraturstudie	Konkretisere begrepet	23 tekster	Vagt og komplekst begrep, komponent-teori
Askeland et al., 2020	Life events and adolescent depressive symptoms: Protective factors associated with resilience	Kvantitativ spørreundersøkelser	Funn av forebyggende tiltak mot utvikling av depressive symptomer blant unge	9,546 tenåringer (16-19 år)	Flere negative livshendelser økte depressive symptomer, beskyttende faktorer var blant annet sosial støtte og målorientering
Krantz et al., 2022	Accumulation of Disadvantages Across Multiple Domains Amongst Subgroups of Children of Parents With Schizophrenia or Bipolar Disorder: Clustering Data from the Danish High Risk and Resilience Study VIA 7	Analyse av subgruppe fra kvantitativ studie	Undersøke grupperende forløpere til alvorlig psykisk sykdom av subgruppe høyrisikoutsatte barn	514 høyrisiko 7-åringer	Ujevn fordeling av forløpere til alvorlig psykisk sykdom blant høyrisikobarna, Indikasjon på hensiktsmessig med spesifiserte forebyggende tiltak

Buchanan 2014	Risk and Protective Factors in Child Development and Development og Resilience	Kvantitativ litteraturstudie	Utforske beskyttelse/ risikofaktorer og fremme resiliens	20 års forskning av Centre for Research into Parenting and Children ved Universitete t i Oxford	Flere negative livshendelser reduser mestring, Resiliente barn takler motgang som utfordring fremfor belastning
--------------------------	---	---------------------------------	--	--	---

3.4.1 Presentasjon av vitenskapelige artikler og funn

Når jeg nå går videre med å presentere og oppsummere artiklene har jeg blant annet valgt å ta for meg artiklenes formål, tema, problemstilling og metode, samt funn og resultat. Tilleggsvis summerer jeg kort tekstenes innhold og dens relevans for min oppgave.

1. Resiliensforståelser i skoleverden (Christensen et al., 2019).

Artikkelens formål er å undersøke resiliens som begrep. Den tar for seg beskrivelser av resiliensbegrepet. De forsøker å identifisere gjentakende funn når det refereres til begrepet resiliens. Artikkelen er en systematisk litteraturgjennomgang med tematisk analyse som går gjennom et kvantitativt utvalg av 23 inkluderte tekster. Dens resultat viser til at begrepet i seg selv er vagt og komplekst på samme tid. Konklusjonen av studien er tre gjentakende benevnelser når det er snakk om resiliensbegrepet. Resiliens, robusthet og livsdugelighet. Christensen et al., (2019) ser at komponentteori går igjen blant forfatterne av deres litteraturgjennomgang. Altså eksisterer det en dualistisk orientering til fenomenet (s. 311). Det vil si at når det er snakk om resiliens mener flere at det indre og ytre opererer sammen. Det er samspillet mellom personens indre og ytre stimuli som utgjør robustheten/resiliens. Jeg inkluderte denne artikkelen da jeg fant den aktuell for min oppgave fordi resiliens som begrep er nyttig å konkretisere. Forfatterne påpeker at det er vesentlig med felles forståelse av begrepet (Christensen et al., 2019, s. 312) særlig i sammenhengen; samarbeid i skole om forebyggende tiltak. Artikkelen er dansk og fokuserer på den danske skoleverden. Likevel peker artikkelen på funn av de skandinaviske landene som ganske samstemte i sin forskning

og bruk av resiliens som begrep (Christensen et al., 2019, s. 315). Med dette mener jeg at denne litteraturgjennomgangen kan overføres til norsk kontekst og dermed er relevant for denne oppgaven.

2. Life events and adolescent depressive symptoms: Protective factors associated with resilience (Askeland et al., 2020).

Artikkelen har som formål å undersøke koblingen mellom negative hendelser i livet, og depressive symptomer blant unge. Videre undersøker studien innvirkningen av ulike faktorer knyttet til resiliens. Artikkelen er basert på en kvantitativ populasjonsbasert undersøkelse utført av Ungdata, gitt til 9,545 ungdommer mellom 16-19 år i Hordaland. De utforsker og legger frem funn av ulike beskyttende faktorer for resiliens. Disse kommer fra flere områder, blant annet hos individet selv, men og miljøet rundt som nær familie til perifer omgangskrets. Artikkelen gir et innblikk på beskyttende faktorer for barns utvikling. Både som fremmer resiliens men som og reduserer belastningen av de potensielle risikofaktorene barna står overfor. Jeg fant artikkelen relevant for min oppgave fordi fokuset er på hvilke faktorer som forebygger og beskytter mot utvikling av depressive symptomer. Samtidig peker studien på at slik kunnskap er relevant i generelt forebyggende arbeid av depressive symptomer blant unge.

3. Accumulation of Disadvantages Across Multiple Domains Amongst Subgroups of Children of Parents With Schizophrenia or Bipolar Disorder: Clustering Data from the Danish High Risk and Resilience Study VIA 7 (Krantz et al., 2022).

Artikkelen handler om barn fra høyrisikofamilier med foreldre som enten har diagnosen Bipolar lidelse eller Schizofreni. Formålet til artikkelen er å forsøke å identifisere faktorer som kan hentyde høy- og lavrisiko for utvikling av alvorlig psykisk sykdom. Forfatterne hevder at barn av foreldre med disse lidelsene ofte også er utsatt på andre domener som er kjent for å være forløpere til alvorlig psykisk sykdom (Krantz et al., (2022, s. 2). Artikkelen ble valgt fordi den ser på barn fra høyrisikofamilier og undersøker om enkelte grupper fra et risikodomene er mer utsatt for vansker enn andre barn. Altså om barn av foreldre som lever med Schizofreni eller Bipolar lidelse er mer utsatt enn andre barn fra høyrisikostudien. Artikkelen bygger på den danske høy- risiko og resiliensstudien VIA 7. Det er en populasjonsbasert og kvantitativ studie på 514 barn (7-åringer) fra høyrisikofamilier hvor studien fokuserer på et utvalg (barn av foreldre med schizofreni eller bipolar lidelse) og hvilke eventuelle og spesielle behov de kan ha med tanke på forebyggende tiltak.

Artikkelen konkluderer med en ujevn fordeling av forløpere for utvikling av alvorlig psykisk sykdom blant høyrisikobarna. Likevel var barn av foreldre med Schizofreni blant de mest utsatte på risikodomenene undersøkelsen tar for seg (Krantz et al., 2022, s. 4). Studien indikerer at spesifiserte tiltak for barna som viste seg på flere risikodomenener kan være gunstig. Artikkelen er relevant for oppgaven fordi den gir et innblikk på informasjon som er relevant for forebyggende arbeid. Den kan vise seg betydningsfull både for tidlig oppdagelse, redusere skade og ikke minst øke kunnskap om motvirkende faktorer.

4. Risk and Protective Factors in Child Development and the Development of Resilience (Buchanan, 2014).

”Risk and Protective factors in Child Development and the Development of Resilience” utforsker risiko og beskyttelsesfaktorer for barns utvikling, og forsøker å illustrere hvordan man kan overføre og skape resiliente faktorer for barn som ikke har dem naturlig. Forfatteren baserer artikkelen på litteraturstudie som metode med et kvantitativt design som bygger på 20 år med forskning ved ”Centre for Research into Parenting and Children” ved Universitetet i Oxford. Artikkelens funn er blant annet at de fleste familier i kontakt med barnevernet som har vært utsatt for belastning ser ut til å klare seg. Det er først når familien utsettes for flere belastninger at deres mestringsstrategier ikke lenger strekker til. Videre peker artikkelen på at hvordan barn håndterer og bearbeider slike livsbegivenheter sier noe om utfallet av hendelsen. Noen barn ser ut til å håndtere motgang som en utfordring, heller enn lammende belastning. Jeg har valgt å ta med denne artikkelen som supplerende pensum fordi den går inn på viktige elementer ved resiliens og hvordan kunnskap om dette kan fremme motstandsdyktighet.

3.4.2 Oppsummering av artiklenes tema

Artiklenes overordnede tema er resiliens, beskyttende faktorer som reduserer risiko og resiliensfremmende faktorer som fremmer god psykisk helse. Samtlige funn gir gjenklang i første artikkels analyse av forståelsesrammen til begrepet. Christensen et al., (2019) finner at flere forfattere på området opererer med en komponentteori (s. 324). Flere forfattere av den gjennomgåtte litteraturen ser på resiliens som noe som omhandler samspillet mellom individuelle resiliensfaktorer og ytre miljøbetingelser. Alle artiklene har som hensikt å identifisere resiliensfremmende faktorer. Artikkelen finner komponentteori til resiliens i skoleverden. Artikkelen to peker på beskyttende faktorer for utvikling mot dårlig psykisk helse blant ungdom. Tredje artikkel ser på særlige risikoforhold blant risikoutsatte barn. Den siste

artikkelen forsøker å peke på beskyttende faktorer som kan skape resilient utvikling hos barn som ikke har det naturlig. Disse temaene ses i lys av forebyggende arbeid.

3.4 Studiets validitet

Alt materiale man vurderer å trekke inn i en oppgave skal av prinsipp vurderes kritisk. Det finnes en hovedregel om at litteratur som er vurdert av vitenskapelige fagfeller er av det mest troverdige. Likevel bør man stille seg kritisk da ikke noe er hevet over kritikk. Alt kan inneholde en vinkling og metodeproblemer som man må ta høyde for (Rienecker et al., 2013, s. 126). Gjennom kritisk blikk på egen metode skal man vurdere vitenskapeligheten i undersøkelsene man har foretatt. Man kan ofte finne kritikk og innvendinger mot den, og man må her argumentere for hvorfor undersøkelsesmetoden likevel egner seg og er ”god nok” (Rienecker et al., 2013, s. 253).

I oppgaven har jeg forsøkt å finne de mest relevante artiklene for resiliens, med de begrensninger som kom frem. Jeg utvidet mitt søk med inklusjonskriterier og inkluderende søkeord for å få størst mulig omfang av fagfelleverderte artikler. Videre avgrenset og nyanserte jeg dem med selvvalgte og pålagte eksklusjonskriterier, eks ikke eldre enn 5 år gamle. Jeg valgte ut fire fagfelleverderte artikler, hvor kun tre av dem kan inkluderes blant de vitenskapelige artiklene grunnet den fjerde artikkelen er tre år for gammel. Likevel velger jeg å inkludere sistnevnte som supplement for å styrke grunnlaget for drøftingen.

Jeg vil legge til at ved hver metode står vi overfor det faktum at vi kan få ulike svar. Gjennom litteraturstudie som metode og tolkning av andres studier/forskning vil mitt grunnlag for forståelse være en subjektiv tolkning av andres materiale. Videre er hovedvekten av litteraturen på dansk eller engelsk som ikke er mitt morsmål. Det vil derfor være en mulighet for feiltolkning av materialet. Dermed vil det foreligge en usikkerhet rundt studiets validitet. For å ivareta validiteten forholder jeg meg kun til vitenskapelige og fagfelleverderte artikler. En vitenskapelig artikkel er en kvalitetsvurdert artikkel godkjent av minst to eksperter innen området. Hensikten med en vitenskapelig artikkel er å presentere ny kunnskap. Formålet med fagfellevurderingen er å sørge for en kvalitetssikring av publiserte artikler (Thidemann, 2020, s. 67). Ytterligere for å besvare min problemstilling har jeg valgt meg ut litteratur fra flere store og anerkjente bidragsytere innen området. Det har vært viktig for meg at kjernen i artiklene og pensum er av relevans til problemstillingen. Mitt overordnede fokus har vært å lete etter forskning og funn som peker på resiliensfremmende faktorer. Det viste seg en rød tråd og sammenliknbare funn om salutogenese og OAS-begrepet i litteraturen.

4.0 Drøfting og presentasjon av funn

I dette kapitlet går jeg nærmere inn på funn fra artiklene og diskuterer resultatene. Jeg har valgt ut de mest relevante funnene for min problemstilling, og drøfter deretter disse sammen med selvvalgt pensum. Jeg forsøker å analysere og sammenstille forståelsesrammen av resiliens. Videre identifiserer jeg beskyttende faktorer som reduserer risiko, og resiliensfremmende faktorer som fremmer god psykisk helse og utvikling fra Antonovsky (1987/2000) sitt salutogenetiske perspektiv.

4.1 Forståelsesrammen av resiliens

Gjennom den utvalgte litteraturen ser det ut til at grunnmuren av resiliens fordrer de samme elementene hos flere av forfatterne. Det kan virke som at de orienterer seg rundt en dualistisk holdning om et samspill mellom komponentene i det indre (arv) og ytre (miljø) hos et individ, slik også artikkel en viser til i sin tematiske analyse av begrepet (Christensen et al., 2019, s.324). Det handler om å ha vært utsatt for en påkjenning som kan være skadelig for barns utvikling, og samtidig klare seg relativt godt tatt i betraktning hva gjennomsnittlig utfall kunne forventes av en sammenlignbar motgang (Rutter, 2015, s. 223). Disse definisjonene finner jeg og igjen i artikkel to, som forbinder resiliens med en prosess hvor et individ håndterer en hendelse relativt bra, på tross av opplevd risiko forbundet med negativ utvikling for barn (Askeland et al., 2020, s. 2). Eller formulert noe annerledes slik artikkel en definerer det; resiliens handler om tilpasning til forandringer, og å kunne utvikle seg på tross av motgang (Christensen et al., 2019, s. 320).

4.2 Funn av beskyttende faktorer og risikoreducerende tiltak for forebyggende arbeid

Etter nå å ha gjennomgått forståelsesramme av resiliens går jeg videre med å se på resiliensfremmende faktorer. Gjennom litteraturstudiets funn har det kommet frem at både arv og miljø er to viktige bestanddeler for barnets utvikling av resiliens. For å kunne se nærmere på tiltak som kan redusere risiko og fremme resiliens innenfor en forebyggende kontekst, går jeg først gjennom individuelle resiliensfaktorer, før jeg tar for meg miljøbetingede elementer som spiller inn på resiliensutviklingen.

4.2.1 Individuelle resiliensfaktorer

4.2.1.1 Arv og miljø

Arv og miljø er av betydning for hverandre i menneskets utvikling. Det kan se ut til at studiene Borge (2018) peker på kan gentyperne ha noe å si for individets medfødte beskyttelse mot risiko. Eller så kan den gi økt sårbarhet for mottakeligheten av risiko. Videre kan miljøet

påvirke om gendisposisjonen blir aktivert eller redusert (s. 223).

I litteraturen har jeg funnet en forståelse om at resiliens må handle om barnets medfødte egenskaper og miljøet rundt. Ved min gjennomgang av Borge (2018) og genstudiene hevder jeg på ingen måte at svaret til resiliens ligger her. Det jeg forsøker å peke på er at forskning kan vise til at gener kan ha noe å si for barnets medfødte styrker og sårbarheter i resilienssammenheng. Apestudiene sier noe om at man blir født med ulike sårbarheter og styrker som miljøet videre spiller ut betydningen av. I artikkel tre av Krantz et al. (2022) viser også denne studien til assosiasjonen mellom genetisk risiko og miljøbetingede ufordeler. Den peker på hvordan genetisk risiko og miljø (foreldrefungering, hjemmemiljø, støtte i hjemmet) har et samspill som påvirker barnets totale belastning (s. 4-8).

Både Borge (2018) og Rutter (2015) påpeker at resiliens ikke er en egenskap hos et menneske, men heller en prosess. De hevder at man kan være resilient overfor enkelte miljø i en del av livet, og ikke ved senere anledninger i livet under andre miljøforhold (Borge, 2018, 223; Rutter, 2015, s 241). Resiliens handler altså ikke om en immunitet mot belastninger. Det er et komplekst samspill innad i individet og utad fra miljøet. Holdningen om et samspill mellom ytre og indre faktorer, og at resiliens omhandler en prosess som individet håndterer tross den potensielt skadelige belastningen det har vært eller blir utsatt for, finner jeg igjen i artikkel to (Askeland et al., 2020, s. 2). Sammensetningen av det hele kan være med på å forklare hvorfor noen barn er resiliente og andre ikke, til og med i en og samme søskenflokk som tilsynelatende lever under samme miljøforhold (Olsen & Traavik, 2010, s. 39).

4.2.1.2 Selvoppfattelse og <<self efficacy>>

Selvoppfatningen også kalt selvfølelsen må ikke forveksles med selvtillitt. Jesper Juul og Helle Jensen (2003) beskriver at selvtilliten er flyktig men kan gi individet styrke i gitte situasjoner. Selvfølelsen derimot er en grunnleggende følelse som spiller seg ut i hele mennesket. Den handler om å føle seg verd og elsket (Jesper Juul og Helle Jensen, 2003, sitert i Olsen & Traavik, 2010, s. 52). Dersom barnet har en god selvoppfattelse, altså en grunnleggende tillit til at det er elsket og føler seg verdifull som individ, står barnet stødigere og kan tåle motgang som kritikk og avvisning bedre (Olsen & Traavik, 2010, s. 52-53). Dette er kunnskap som er relevant i forebyggende arbeid. I for eksempel en skolehverdag hvor sosialarbeider eller lærer skal hjelpe barna inn i en posisjon hvor hensikten for eksempel er å forsterke barnas OAS.

Blant annet peker Olsen & Traavik (2010) på flere individuelle kjennetegn hos resiliente barn. De ser at selvoppfattelsen og troen på egne krefter (self efficacy), altså å oppleve kontroll over eget liv og tiltro til å kunne planlegge fremtiden er av betydning. Videre utdyper de at opplevd trygghet og mening gir barnet en opplevelse av å være verdifull med påvirkningskraft for eget liv. Motsatt vil barnet kunne oppleve seg som «kasteball» med liten påvirkningskraft og en offerrolle det er vanskelig å komme seg ut av (s. 49). Dette samsvarer med Antonovsky's salutogenetiske modell. Faktoren <<self efficacy>> kan sammenlignes med OAS ved håndterbarhetsbegrepet; en tro på å ha ressurser til rådighet for å håndtere oppgaven (Antonovsky, 1987/2000, s. 35-36). Dette samsvarer med funn Askeland et al., (2020) legger frem fra undersøkelsen utført av Ungdata i artikkel to. De fant i sin studie at positiv selvoppfattelse og selvtillitt var en av faktorene som kunne assosieres med mindre symptomer forbundet med depresjon (Askeland et al., 2020, s. 2/16). Med andre ord kan positiv selvoppfattelse, og troen på egne krefter se ut som et av kjennetegnene ved beskyttende faktorer og individuelle resiliensfaktorer. Altså at en positiv selvoppfattelse og oppleve tiltro til egne ressurser kan gi barnet en opplevelse av å ha påvirkningskraft, og slik oppleve seg som et verdifullt menneske med både handlingskraft og betydning for seg selv og miljøet rundt.

4.2.1.3 Relasjoner, kjønn og hjelpesøkende atferd

Olsen & Traavik (2010) hevder at den viktigste faktoren for å utvikle resiliens, er en varm og støttende relasjon til minst en signifikant person, enten i nær familie eller nettverk (s. 48). De sier at det med stor sikkerhet kan sies som den mest virksomme resiliensfaktoren med hensyn til beskyttelse mot psykiske helseproblemer, er sterke og nære relasjoner innen kjernefamilien (s. 71). Askeland et al., (2020) viser også til funn av sterke bånd til familien som en av de beskyttende faktorene mot utvikling av dårlig psykisk helse (s. 7/16). De fant at sterk tilknytning til familie var for gutter den ant mest innflytelsesrike beskyttelsesfaktoren. For jenter viste undersøkelsen at på andreplass lå opplevd sosial støtte blant sine jevnaldrende (s. 8/16). Dette viser til en forskjell mellom beskyttelsesfaktorene for gutter og jenter. Askeland et al., (2020) hevder at kjønn kan være en av faktorene for resilient utvikling (s.7/16). Funnet om kjønnsforskjellenes betydning finner jeg igjen i litteraturen til Olsen & Traavik (2010) hvor det og kan se ut til at kjønnnet jente er forbundet med økt forekomst av resilient utvikling (s. 48). Olsen & Traavik (2010) påpeker at en av grunnene til at jenter kan vise til mer resilient utvikling enn gutter kan ha noe med hjelpesøkende atferd (affiliation) å gjøre. De hevder det er flere studier som peker på at det er 30 % vanligere for kvinner å søke hjelp i

vanskelige situasjoner (s. 64). Ser vi dette i lys med Askeland et al., (2020) sitt funn om den ant mest beskyttende faktoren mot utvikling av dårlig psykisk helse for jenter var opplevd sosial støtte, kan det tolkes dit hen at sosial tilhørighet i miljøet er av signifikans for jenters risikoreducerende beskyttelsesfaktor.

Olsen & Traavik (2010) påpeker at det for alle barn er viktig å oppleve tilhørighet blant sine jevnaldrende, som for eksempel i en skoleklasse. Dette er en beskyttende faktor for alle barns utvikling. De understreker det er av særlig relevans for ungdom som vokser opp i en vanskelig familiesituasjon (s. 48). Med andre ord er opplevd tilhørighet blant jevnaldrende, og nære familierelasjoner viktig uansett kjønn. Det vi ser er at beskyttende faktorer kan variere avhengig av en rekke komponenter som barnets alder, kjønn, personlighet og miljø. Med andre ord, det finnes kun indikatorer og ikke absolutte fasiter på hvilke faktorer som beskytter ethvert individ i resilienssammenheng.

4.2.1.4 Attribusjon/fortolkning

Attribusjon eller fortolkningsteori handler om hvordan vi forklarer egne og andres handlinger og motiver (Olsen & Traavik, 2010, s. 65). Denne teorien samsvarer med Antonovsky (1987/2000) sitt OAS- begrep. Barnets opplevelse av sammenheng, eller OAS er av relevans når vi skal forstå barnets indre modeller og motiver for tolkning. For å hjelpe barnet må vi også forstå barnets verden. Barnets tolkning av verden spiller seg blant annet ut i dets alder, modenhet og kognitive muligheter til å forstå det som skjer rundt dem. De trenger trygge voksne som kan hjelpe dem gjennom verden og vise dem forklarlige årsakssammenhenger. Olsen & Traavik (2010) forklarer at attribusjon ofte handler om skyldplassering. De sier at små barn er tilbøyelige for å gi årsakssammenheng med indre forklaringer, og kan legge skylden over på selv. Det kan medføre til at barnet får en destruktiv selvfølelse og mindre tro på egne krefter. De gir eksempel som kan kjennes igjen ved foreldres skilsmisse, hvor barn lett kan tenke at ”det er min feil”. Ytre forklaringer derimot baserer seg på forhold vi ikke kan kontrollere og påvirke. Slike forklaringer kan blant dreie seg om flaks (s.65-67). I et eksempel med gode skoleprestasjoner vil det i den sammenhengen være mer fordelaktig for barnet å ta til indre attribuering. Årsaksforklaringen om grunnen for at det gjorde det bra på en test var egne evner og innsats, spiller seg ut i en positiv selvoppfattelse, som er en av de beskyttende faktorene blant annet artikkel to la frem (Askeland et al., 2020, s. 7). Denne oppfattelsen gir barnet en opplevelse av mestring, økt selvfølelse og tro på egne krefter. Ytre attribuering her ville gitt barnet en opplevelse av at det var flaks eller sensor var i godt humør den dagen (s. 65-67). I den sammenhengen kan Antonovsky (1987/2000) sin tanke om god tilpasning og

mestringsstrategi kunne si at den mest hensiktsmessige strategien (s. 154) ville vært indre attribuering. Igjen ser vi at de resiliente faktorene spiller seg ut i hverandres verdener og består av intrikate og sammensatte samspill.

4.2.2 Miljøbetingede faktorer

4.2.2.1 Foreldreskap

Et av funnene i artikkel tre av Krantz et al., (2022) var at de som kom best ut av undersøkelsen var barn av foreldrene med høyest funksjonsnivå (s. 4). Undersøkelsen baserer seg på barn av foreldre med Schizofreni eller Bipolar lidelse. I sammenligning med dette funnet, finner jeg i Olsen & Traavik (2010) funn om foreldreegenskaper og funksjonsnivå. Sammenfattet handler det om selvregulering (regulere egne følelsesuttrykk) og mentalisering (forstå egne og andres tanker og følelser). De beskriver dette som en viktig resiliensfaktor. For at et barn skal kunne utvikle dette er det avhengig av tidlig tilknytning og samspill. Dette er viktige elementer for at barnet skal skape og beholde gode relasjoner til jevnaldrende (s. 72), som i seg selv viste seg som et funn på beskyttende faktorer i artikkel to (Askeland et al., (2020). Videre utdyper Olsen & Traavik (2010) at barnet vanligvis lærer dette av sine foreldre. De sier at noen ganger mestrer enkelte foreldre ikke dette i stor nok grad. Det kan handle om at foreldrene sliter med rusmisbruk, psykiske helseproblemer eller er opptatt av egne voksenliv og har en krevende jobbsituasjon (s.72). Artikkel tre av Krantz et al., 2022 fant i studien at barna med størst behov for støtte, var de som hadde foreldre med lavest funksjonsnivå, og mottok også minst støtte fra omsorgspersonene sine (s. 11/16). Olsen & Traavik påpeker at god mentaliseringsevne hos foreldre er av stor betydning for neste generasjons trygghet (s. 72). I sammenligning med Antonovsky (1987/2000) sin forklaring om bearbeiding av stress, sier Kirkengen & Næss (2021) at det er når stimuli overvelder personens mestringssevne at det blir skadelig for barnets utvikling. Dette kan ses i omsorgssvikt når et barn blir overlatt til seg selv og egne følelser. Det mangler da tryggheten og sine omsorgspersoner som en beskyttelse, i den potensielt tålbare hendelsen (s. 47). Det samsvarer med hva artikkel fire påpeker om hvor viktig det er for barns utvikling av god psykisk helse, at de preges av stabile tilstander og indre ro (Buchanan, 2014, s.245-246). Olsen & Traavik (2010) sier at en god mentaliseringsevne kan virke beskyttende mot eventuell medfødt sårbarhet hos barnet. Den kan beskytte slik at et traume ikke får så store konsekvenser det ellers kunne fått. Med andre ord hevder de at den aller mest potente resiliensfaktoren er kompetent foreldreskap (s.72). Dette er i tråd med hva Borge (2018) fant

om ”varme relasjoner og godt hjemmemiljø”, og god omsorg om dens beskyttelse opp mot skadevirkningen av risiko (Borge, 2018, s. 229; s. 240).

4.2.3 Drøftingen av problemstillingen

Til nå har jeg gått gjennom funn ved forståelsesrammen av resiliens. Deretter tok jeg for meg funn ved individuelle faktorer og miljøbetingede elementer som fremmer resiliens. Jeg skal med dette som bakteppe forsøke å drøfte hvordan resiliens som kunnskapsramme kan benyttes i et forebyggende arbeid.

Kunnskap om resiliens kan brukes i helsefremmende og forebyggende arbeid med barn og unge i generelt og spesifisert arbeid. Funnene jeg har lagt frem baserer seg på forebyggende arbeid i skolesammenheng. Faktorene er relevante i flere kontekster fordi de baserer seg på et helsefremmende og salutogenetisk perspektiv som kan dras nytte av i ulike sammenhenger. Kunnskapen blir et viktig verktøy når vi ønsker å øke beskyttende faktorer som styrker sjansen for resilient utvikling hos barn som ikke har dette naturlig (Bauchanan, 2014, s. 248). Resiliensfremmende tiltak for forebyggende arbeid kan blant annet dreie seg om å øke barnets individuelle resiliensfaktorer som sosial kompetanse, selvoppfattelse og motivasjonsgrunnlag. Det kan dreie seg om hjelpe barn og ungdom inn i en OAS posisjon hvor de opplever en opplevelse av sammenheng, forenlig med håndterbarhet, begripelighet og meningsfullhet. For å klare dette må vi anstrenge oss for å bli kjent med barna. Gjennom å bli kjent med barnets interesser, styrker og svakheter får vi et grunnlag som kan si noe om hvilke faktorer barnet kan dra nytte av at vi samarbeider videre om å styrke.

Vi vet ikke alltid hvem som opplever å ha det vanskelig hjemme. Artikkel 4 henviser til statistikk at hele 47 % av barna som hadde utfordringer knyttet til emosjonelle og atferdsmessige vansker underpresterer i skolen (Buchanan, 2014, s. 246). Dette kan vise at en betydelig andel som underpresterer i skolen også opplever vansker på andre områder i livet. Dette forener seg med funn fra artikkel tre som peker på barna som kom dårligst ut var de som viste seg på flere risikodomener som nevrokognitive funksjoner, selvoppfattelse og følelsesregulering (Krantz et al., 2022, s. 4). Det vil være av betydning å gi disse, og alle barn, positive tilbakemeldinger, ros og anerkjennelse som kan gi barnet en opplevelse av å bli sett og verdsatt av voksenpersoner (Olsen & Traavik, 2010, s. 124). Det handler om å redusere den totale belastningen. En generell tilnærming av resiliensfremmende arbeid i skolen kan tenkes at flere barn fanges opp og styrkes uavhengig om de mottar spesifisert tilbud eller ei. Et slikt tiltak kan være å øke en skoleklassens prososiale atferd. Generell forebygging sett opp

mot artikkel to som ser at økt selvoppfattelse generelt virker som en buffer mot belastning (Askeland et al., 2020, s. 12/16) kan det tenkes også kan gjelde for andre resiliensfaktorer. Flere norske helsestasjoner arbeider ut i fra en tilnærming om tidlig intervensjon, hvor de både tilbyr universelle og selektive forebyggende tiltak (Olsen & Traavik, 2010, s. 107). Forebyggende tiltak handler om å være i forkjøpet av fremtidige problemer (Olsen & Traavik, 2010, s. 107).

De forebyggende tiltakene bør rette seg mot forhold det er mulig å gjøre noe med, som å redusere risiko og styrke beskyttende faktorer (Olsen & Traavik, 2010, s. 107). Dette skriver også Baughan (2014) om i sin artikkel hvor hun påpeker at vi må arbeide videre med å identifisere bestanddeler forbundet med risiko, for å finne faktorer som kan beskytte dem mot denne risikoen. Slik hun påpeker; vi må lindre det som lindres kan (s. 248). Generell forebygging handler om å bidra på områder forbundet med positiv utvikling for alle barn og unge. Spesifisert handler det om å kunne identifisere styrker og svakheter hos barnet eller gruppen, og fremme utvalgte beskyttelsesfaktorer.

Jeg hevder med dette at resiliens som kunnskapsramme for forebyggende arbeid baserer seg på en forebyggingsstrategi som fremmer helse. Dette er i tråd med Antonovskys (1987/2000) salutogenetiske tekning. Det innebærer en tidlig intervensjon med fokus på å forebygge at vansker utvikler seg, og gi barn innpass til resiliente faktorer, fremfor og "vente og se" om problemene utvikler seg for så å reparere vansker som allerede har oppstått (Olsen & Traavik, 2010, s. 117). Orienteringen rundt tidlig intervensjon og forebyggingsstrategi basert på salutogenese er altså et viktig virkemiddel i resilienssammenheng (Olsen & Traavik, 2010, s. 117).

5.0 Avslutning

Resiliens er som artikkel en hevder, ”komplekst og vagt” på samme tid. Vi har sett på viktige resiliensfremmende faktorer blant annet har å gjøre med selvoppfattelse, opplevelse av sammenheng, mestringsstrategi og evner til hjelpesøkende atferd. Det har kommet frem at resiliens inneholder individuelle prosesser og mange faktorer som spiller seg ut i miljøet og blir påvirket eller redusert der etter. Det handler om individets attribusjon, tolkning og bearbeiding av informasjon som positivt eller negativt stress. Om barnet oppfatter stimulien som kaotisk eller har tro på at ting kommer til å ordne seg. Det handler om barnet har en grunnleggende tro på egne krefter til å håndtere situasjonen. For de barna dette ikke gjelder, blir det i forebyggende arbeid den voksnes rolle å hjelpe barna med en styrket tro på seg selv som verdifull, og som har evner og kan få ting til. Som Antonovsky forklarer; å tolke og bearbeide stimuli som en utfordring, og ikke en belastning man lammes av. Dette er noen av faktorene som fremmer god helse og reduserer dårlig helse. Antonovsky hevdet at begripelighet, håndterbarhet og meningsfullhet er de tre grunnleggende faktorene for dannelsen av et sterkt eller svakt OAS, og menneskers utvikling av resiliens.

6.0 Litteraturliste

Antonovsky, A. (2000). *Helbredets mysterium* (Lev, A., Overs.). Hans Reitzels Forlag. (Opprinnelig utgitt 1987). * **232 s.**

Askeland, K. G., Bøe, T., Breivik, K., Greca, A. M., Sivertsen, B. & Hysing, M. (2020). Life events and adolescent depressive symptoms: Protective factors associated with resilience. *Plos One*, 15(6), Artikkel e0234109. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0234109>

Borge, A, I, H. (2018). *Resiliens*. (3. utg.). Gyldendal. ***21 s.**

Buchanan, A. (2014). Risk and Protective Factors in Child Development and the Development of Resilience. *Open Journal of Social Sciences*, 2, 244-249.
DOI: [10.4236/jss.2014.24025](https://doi.org/10.4236/jss.2014.24025)

Christensen, J. K., Berliner, P. & Jakobsen, I. S. (2019). Resiliensforståelser i skoleverden. *Nordisk tidsskrift for pedagogikk og kritikk*, 5, 311-327.
<https://doi.org/10.23865/ntpk.v5.1485>

Forskrift om nasjonal retningslinje for barnevernpedagogutdanning. (2019). Forskrift om nasjonal retningslinje for barnevernutdanning (FOR-2019-03-15-398). Lovdata.
<https://lovdata.no/dokument/LTI/forskrift/2019-03-15-398>

Kirkengen, A. K. & Næss, B.B. (2021). *Hvordan krenkede barn blir syke voksne* (4. Utg.). Universitetsforlaget.

Krantz, M. K., Ellersgaard, D., Andersen, K. K., Hemager, N., Christiani, C., Spang, K. A., Burton, B. K., Gregersen, M., Søndergaard, A., Greve, A., Gantriis, D. L., Ohland, J., Mortensen, P. B., Werge, T., Nudel, R., Wang, Y., Hougaard, D. M., Plessen, K. J., Bliksted, V., ... Nordentoft, M. Accumulation of Disadvantages Across Multiple Domains Amongst Subgroups of Children of Parents With Schizophrenia or Bipolar Disorder: Clustering Data from the Danish High Risk and Resilience Study VIA 7. *Schizophrenia Bulletin Open*, 3(1), Artikkel sgac010. <https://doi.org/10.1093/schizbullopen/sgac010>

Olsen, M, I. & Traavik, K, M. (2010). *Resiliens i skolen: Om hvordan skolen kan bidra til livsmestring for sårbare barn og unge*. Teori og tiltak. Fagbokforlaget. * **219 s.**

Rienecker, L., Jørgensen, P, S., & Skov, S. (2021). *Den gode oppgaven: Håndbok i oppgaveskriving på universitet og høyskole* (2 utg.). Fagbokforlaget. * **303 s.**

Rutter, M. (2015). Resilience: concepts, findings, and clinical implications. I A. Thapar & D. S. Pine., J. F. Leckman, S. Scott., M. J. Snowling, E. Taylor (Red.). *Rutter's Child and Adolescent Psychiatry* (6. Utg., s. 341-363). Wiley Blackwell. * **22 s**

Thidemann, I-J. (2020). *Bachelor-oppgaven for sykepleiestudentene: Den lille motivasjonsboken i akademisk oppgaveskriving.* (2. Utg.). Universitetsforlaget. ***228 s.**

Voje, K. L. (2033, 22. Oktober). *Alleler*. Store norske leksikon. Hentet 21. Februar 2023 fra <https://snl.no/alleler>

Selvvalgt pensum: 1025 sider