

UNGES FORTÆLLINGER OM RESILIENS¹

Peter Berliner² & Karen Hagedorn³

*I Paamiut i Grønland blev otte unge interviewet om resiliens. Igennem en tematisk analyse af deres beretninger og refleksioner over dette blev det klart, at resiliens består i (1) aktivt at opsøge hjælp og at bruge muligheder, der opstår, til at udvikle sig i den retning, som man ønsker; (2) at have konkrete fremtidsplaner samt håb og (3) at modtage og at give social støtte ved at tale åbent om tingene og have tillid til andre (og sig selv). De tre punkter for resiliens i de unges fortællinger, nemlig at forholde sig proaktivt, at have planer og håb og at tale åbent og tillidsfuldt om modgang i livet med henblik på at finde løsninger, rummer fire dimensioner. Der er en **tidsmæssig dimension** vedrørende fremtiden – hvilket er troen på, at problemer kan løses, og at man selv kan bidrage til dette. Dette knyttes ofte an til en **institutionel og økonomisk – og i den forstand materiel – dimension**, der handler om muligheder for uddannelse og arbejde. Der er en **social dimension**, der handler om, at man bliver i stand til at overkomme modgang i livet gennem at tale åbent med andre om sorger og problemer med henblik på at finde styrke til at nå sine mål. Der er endvidere en **kvalitativ, værdimæssig dimension**, der består i at bygge på og fremme oplevelser af kærlighed, tillid og ansvarlighed over for hinanden. Den sociale dimension kan således ikke forstås uden den værdimæssige dimension. Det er værdierne, der bygges på og fremmes gennem den sociale dimension, der skaber en oplevelse af meningsfuldhed.*

1. Indledning

I forbindelse med projektet Paamiut Asasara i byen Paamiut i Grønland blev der foretaget en undersøgelse af unge menneskers fortællinger om resiliens.⁴

1 Artiklen er skrevet af forfatterne ligeværdigt sammen. Peter Berliner udformede forskningsprojektet og foretog interviews med unge i projektets pilotfase. Karen Hagedorn foretog de otte interview, der indgår som empiri i denne artikel.

2 Peter Berliner er professor i Social Læring og Udvikling ved Institut for Uddannelse og Pædagogik, Aarhus Universitet.

3 Karen Hagedorn er specialestuderende i pædagogisk psykologi ved Institut for Uddannelse og Pædagogik, Aarhus Universitet. Hun har som en del af forskningsprojektet opholdt sig en måned i Paamiut i Grønland, hvor interviewene er foretaget.

4 Forskningen i resiliens blev støttet af Kommissionen for Videnskabelige Undersøgelser

Baggrunden for undersøgelsen var, at projekt Paamiut Asasara byggede på lokale værdier, som man ønskede at videreføre. En af disse værdier var, at man ville yde en aktiv indsats for udvikling i stedet for passivt at tilpasse sig en udvikling. Man ville bygge på egne styrker til at vende udviklingen i byen i en retning, som man så som positiv, ved at skabe trivsel for borgere i alle aldre, men med særlig vægt på børnefamilier. Der blev i projektets fem-årsperiode skabt en lang række aktiviteter for børn og unge. Unge blev særligt indsatsområde i 2010, hvor der var en lang række aktiviteter for og af unge, herunder blandt andet teater, fotoworkshops, sport og koncerter (Berliner, 2012a; 2012b).

Det var blevet foreslået i det lokalt nedsatte *Paamiut Forskningsråd* i 2008, at man skulle forske mere i de unges trivsel. Dette blev bakket op af projektets styregruppe og førte til flere undersøgelser i 2008 og 2009. Disse undersøgelser viste, at de unge ønskede flere aktiviteter med fælles deltagelse og en højere grad af social støtte både blandt de unge indbyrdes og mellem voksne og unge (Wattar, Fanous & Berliner, 2012; 2010). Disse ønsker udtrykte en ide om, hvordan trivsel kunne udvikles og gøres bæredygtig – også når man var udsat for modgang i livet.

Resiliensbegrebet beskriver det, at man er i stand til at opnå trivsel – og nå sine mål – også selvom man udsættes for modgang i livet. Dette var, hvad de unge talte om. Deraf udsprang ideen om at lytte til de unges egne fortællinger om resiliens, dvs. deres fortællinger om, hvordan man kan opnå trivsel og livsglæde, også selvom man i perioder eller mere vedvarende er udsat for modgang. I denne artikel fremlægges en gruppe unges egne formuleringer omkring resiliens.

2. Baggrund

I den internationale forskning om resiliens blandt unge påpeges det, at vi ved noget om resiliens i forskellige kulturer, men at det er svært at opstille en almen teori, idet der er stor forskel fra kultur til kultur og i forskellige sammenhænge (Ungar, 2012; Rutter, 2012). Resiliens er af Ungar beskrevet som kapaciteten til at kunne navigere og kunne forhandle. At navigere betyder, at man har mulighed for at kunne vælge at være sammen med mennesker, der giver én støtte, og at kunne vælge aktiviteter, som giver én en oplevelse af succes og glæde. Det handler om at kunne få anerkendelse, når man har brug for det – og på den måde, der giver én tro på, at de aktiviteter, man sætter i gang, også vil kunne nå de mål, man har sat sig. At forhandle betyder, at man

i Grønland, NAPA, Internationaliseringspuljen, Augustinus Fonden og Oticon Fonden. Projektet Paamiut Asasara blev støttet af Bikubenfonden og Kommuneqarfik Sermer-sooq i perioden 2008-2012.

kan søge at ændre sin kontekst enten gennem dialog eller gennem adfærd (som da er en ikke-sproglig forhandling).

Resiliensforskningen har sit udgangspunkt i konstateringen af, at mange børn klarer sig godt på trods af modgang i deres opvækstmiljø. I en række studier blev dette vist inden for forskellige områder (Ungar, 2012; Henderson, 2012). På baggrund af en undersøgelse, der fulgte et stort antal børn fra Kuauai i Hawai frem igennem livet, kunne man konstatere, at ét ud af tre af de børn, der var født i højrisiko-livsvilkår, ved 18-års-alderen havde udviklet sig til et tillidsfuldt, kompetent og omsorgsfuldt ungt menneske (Werner & Smith, 1992; 1989).

I Grønland er der ingen undersøgelser af resiliens blandt børn og unge. Der er undersøgelser, der drejer sig om oplevet livskvalitet og trivsel hos unge (Curtis et al., 2006; Dahl-Petersen, Pedersen & Bjerregaard, 2007). Omkring halvdelen af de unge rapporterede, at de trivedes godt. Væsentlige faktorer for en høj grad af trivsel for drenge var selv vurderet godt helbred, at dyrke motion hver dag eller mindst en gang om ugen og ikke at føle sig ensom. For pigerne var væsentlige faktorer at forældrene var sammen, ikke at føle sig ensom, selv vurderet godt helbred, og at det var let at tale med forældrene om problemer. Unge med en høj grad af trivsel synes, at de har gode sociale relationer og et godt familieliv. En vigtig komponent i trivsel er ligeledes, at man deltager i fritidsaktiviteter, især i aktiviteter med et tydeligt socialt præg og med fysisk aktivitet. De unge angav følgende komponenter som væsentlige for at styrke unges trivsel: At forældre med alkoholmisbrug får hjælp til at komme ud af misbruget, større fokus på familielivet, større fokus på de unges rolle i samfundet, mere åbenhed og dialog mellem børn og voksne, at der er steder, hvor man kan mødes uden for skoletiden, bedre skolegang og bedre fremtidsmuligheder.

I 2009 gennemførtes en undersøgelse af teenagers oplevelse af trivsel i Paamiut (Wattar, Fanous & Berliner, 2012; 2010). Undersøgelsen viste, at de unges refleksioner over, hvad trivsel er, og hvordan trivsel kan fremmes, samler sig i to dimensioner, den sociale og den individuelle. Den sociale omfatter at være sammen med andre (samhørighed) – især venner og familie; at få anerkendelse; at blive spurgt til råds; at vise omsorg for andre; at blive vist omsorg og kærlighed; at nogen gerne vil være venner med én samt at stifte familie/have en kæreste; at nogen er stolt af én og at føle sig elsket. Den individuelle dimension omfatter at stole på sig selv, dvs. at have selvtilid; at være god til noget og at være stolt af præstationer; at kunne organisere; at være lykkelig; at klare sig selv; at være aktiv i aktiviteter; at være glad; at have det sjovt og at være sund og aktiv.

Kral (2003) har lignende resultater fra en undersøgelse af trivsel i Nunavut (i Canada). Undersøgelsen viser, at stærke, positive sociale relationer til familie og kammerater og åben kommunikation familiemedlemmerne imellem er beskyttende faktorer, der bidrager til oplevelsen af trivsel. På baggrund af interviews med 90 personer mellem 14 og 94 år og et spørgeskema

til 66 unge studerende kunne det ses, at et godt familieliv var den mest fremtrædende faktor for trivsel – efterfulgt af betydningen af, at man kunne tale åbent sammen i familien, ikke mindst om problemer og følelsesmæssigt svære emner. Den positive oplevelse af trivsel var knyttet sammen med det at kunne tale åbent sammen, mens negative følelser knyttede sig til tavshed og mangel på kommunikation.

En stor tværnational WHO-undersøgelse dokumenterer, at børn i Grønland vurderer deres livskvalitet betydeligt lavere end det internationale gennemsnit på 88 %. I Grønland er det 74 % (Nielsen, Løngard, Laursen & Schnohr, 2007). Curtis et al. (2006) fandt, at 52 % af pigerne og 20 % af drengene havde haft selvmordstanker, og 33 % af pigerne og 11 % af drengene fortalte om selvmordsforsøg. En række undersøgelser viser, at selvmordshyppigheden blandt 15-24-årige i arktiske regioner er noget højere end det globale gennemsnit med en koncentration blandt 15-19-årige (Arctic Council, 2005; Wexler, 2006).

Trivselsforskning er beslægtet med resiliensforskning, men dækker ikke det samme, da trivselsundersøgelser ikke undersøger den bevægelse, der er fra at mistrives til at trives – enten i enkeltpersoner eller i hele lokalsamfund. Det er derfor vigtigt at videreføre trivselsforskningen i undersøgelser af resiliens, dvs. af børn og unges modstandskraft over for modgang, om dette kan bruges til at fremme resiliens.

I en kvalitativ undersøgelse af MATU-projektet i Nuuk gennemførte vi en serie interviews med fire af de unge, der var anbragt i projektet på baggrund af, at de havde været involveret i kriminelle og voldelige handlinger (Berliner, Refby & Hakesberg, 2004). I disse interviews fortalte drengene om deres liv før og under anbringelsen. Disse drenge var både fysisk stærke og kompetente, men ud fra definitionen på resiliens, nemlig at kunne nå sine mål på trods af modgang, var de ikke resiliente, idet de ikke havde oplevet sig i stand til at nå deres mål. Dette skete først under anbringelsen, hvor de begyndte at opnå gode sportsresultater, hvilket de gav udtryk for, at de gerne ville. Derfor kan deres beskrivelse af deres liv før anbringelsen give os viden om, hvorledes ikke-resiliens skabes. Drengene fortalte historier, der på en lang række punkter var fælles for dem: (1) de fortalte, at de ikke havde nogen at snakke med om problemer, sorger og glæder i livet. De var alene med de tanker og følelser, der knyttede sig til problemer og glæder. I interviewene så vi i øvrigt, at drengene var gode til at fortælle om deres liv, når de blev spurgt, og når de fik tid til at fortælle episk i deres eget tempo. (2) De oplevede sig som omgivet af vold – i hjemmet, i skolen og i lokalsamfundet. De angav alle at være blevet slået af voksne – herunder af voksne uden for familien – samt at have været involveret i slåskampe med andre børn. Flere af dem havde deltaget i overfald på voksne samt på andre børn og var også selv blevet overfaldet. Ved starten af MATU gav de udtryk for, at de så verden som et sted, hvor man altid enten bliver angrebet eller angriber andre. De havde få erfaringer med dialog og forhandling i konfliktsituationer. (3) De

havde alle været udsat for vedvarende forsøg på opdragelse fra de voksnes side. Metoderne i opdragelsen omfattede fysisk afstraffelse og udskæld og var generelt hård – men uden effekt. Drengene beskrev, at de blev straffet, men at de bare ikke rettede sig efter de anvisninger, de fik. De fortalte om svingende krav i opdragelsen, men det betydningsfulde i fortællingen var, at de ikke fulgte forældrenes ønsker, enten fordi de var uenige i disse, eller fordi de bare ikke kunne eller ville. De ville ikke lade sig tvinge – hvilket er et interessant punkt, idet de blev ved med at kæmpe imod. (4) De havde alle set enten deres far eller mor være så beruset, at de havde brug for hjælp, og de gav udtryk for, at de havde oplevet at være bange for deres far, når han var beruset. I nogle tilfælde havde de også oplevet deres mor som farlig for dem, når hun var beruset. (5) De havde alle oplevet voldsomme konflikter i skolen – i forbindelse med mobning, slagsmål og uoverensstemmelser med de andre børn og med lærerne. De fleste af dem havde stoppet deres skolegang meget tidligt ved simpelthen ikke at møde i skolen, da de ikke ønskede at være der pga. konflikterne. (6) De havde alle haft et ansvar for mindre søskende, især i forbindelse med forældrenes alkoholindtagelse, hvor de måtte lave mad til og sørge for de mindre søskende. De fortalte dog også med glæde og stolthed om gode stunder i familien, hvor alle var samlet og havde det godt sammen. Drengene havde som helt små udvist en beundringsværdig ansvarsfuldhed og omsorg over for de mindre søskende. (7) De gav udtryk for, at de ikke havde nogen voksne, som de så op til som forbilleder. De kunne anerkende og endda beundre enkelte handlinger, de voksne udførte, fx på fangst, men de så ikke nogen af de voksne som forbilleder, som de kunne tage retning af med hensyn til at udvikle værdier og måder at være på. De var på den måde ikke en del af et fælles værdisæt sammen med voksne. (8) Efter at de var stoppet med at gå i skole, havde de kun i få tilfælde noget meningsfuldt – som de selv så det – at tage sig til. De drev omkring. I nogle tilfælde var de med på fangst, hvilket de var glade for, men ellers var de ikke beskæftiget med noget. (9) De beskrev sig til at starte med meget negativt – som forkerte og skyldige og som nogle, der lavede ballade. Deres beskrivelse af egne ressourcer var fraværende – med undtagelse af, når de omtalte fangst- og fisketure samt i forbindelse med at tage sig af de mindre søskende, hvor de i korte sekvenser kunne fortælle om noget, de var glade for at kunne.

Deres fortællinger omfatter således otte træk, der beskrives af fire unge, der er kommet ud i en marginaliseret position i deres lokalsamfund og har haft meget svært ved at finde en vej tilbage ind i dette. Kendetegnende for deres beskrivelser er, at de ikke har nogen at snakke med og betro sig til, at de er omgivet af vold, at de forsøges opdraget – men uden positivt resultat, at de har set andre miste kontrollen pga. alkoholmisbrug, at de havde konflikter i skolen, at de ikke har voksne forbilleder, og at de ikke har en for dem meningsfuld beskæftigelse i dagligdagen, og de beskriver sig selv i meget negative og opgivende vendinger. Det positive, som de beskriver, er, at de kan tage sig af mindre søskende og være med på fangst.

De omtalte undersøgelser viser, hvad der skal til for at trives, og hvilke risikofaktorer der kan true trivlsen. Men der er stadig brug for forskning i, hvilke handlemåder og forståelsesformer hos unge der fører til, at de kan klare sig godt på trods af modgang og vanskelige opvækstvilkår. Viden om netop dette er betydningsfuld i sig selv og vil også kunne anvendes til at styrke resiliens hos unge og dermed give mulighed for et liv med større trivsel. På den baggrund foretog vi en kvalitativ undersøgelse af otte unges fortællinger om resiliens.

3. Undersøgelsen

Vores undersøgelse fandt sted gennem interviews. Dette skyldtes, at det var de unges fortællinger, vi gerne ville høre. Der havde i Paamiut Asasaras aktiviteter været en række muligheder for unge for at udtrykke sig på andre måder end blot gennem det verbale, det talte sprog. Der havde været muligheder for at anvende udtryksformer som teater, fotos, tegninger mv. til at skabe erkendelser, der er sanselige og ikke kun begrebslige. Vi valgte dog interviewet som form i undersøgelsen, da vi gerne ville høre de unges fortællinger om resiliens.

Det er en etisk fordring i denne form for forskning, at den er en handling og dermed en intervention, der støtter de værdier, som projektet bygger på. Da projekt Paamiut Asasara byggede på konkrete værdier samt på basale menneskerettigheder, som de er defineret i FN's konventioner, skulle forskningen tilrettes, så den ikke brød med disse – og i stedet så vidt muligt fremmede disse værdier aktivt. Der knytter sig særlige etiske forhold til interviews med de unge, da vi igennem interviews med unge tidligere har bemærket, at de unge kan holde sig tilbage i gruppeinterviews, måske fordi de ikke ønsker at fremstå som selvhævdende. Det blev besluttet at foretage individuelle interviews, da en del unge tidligere havde givet udtryk for, at de kan opleve sig som gjort til grin i et gruppeinterview, hvis andre unge fniser eller kommenterer. Frygten for at blive drillet eller mobbet på denne måde kan fraholde nogle fra at tale i gruppen.

En række unge blev kontaktet gennem forskningsassistent Augustine Rosings netværk samt ved at spørge unge på gaden. Interviewene blev foretaget med Augustine som tolk og kulturformidler. Derefter blev interviewene transskriberet og analyseret gennem en tematisk analyse først på hvert enkelt interview og derefter ved at sammenligne resultaterne på tværs af interviewene, hvorved samlende kategorier blev fundet.

Undersøgelsen blev gennemført gennem et design, der omfattede følgende spørgsmål:

1. Hvilke personer er særligt betydningsfulde i dit liv? Fortæl gerne om konkrete, betydningsfulde oplevelser med disse mennesker.

2. Hvad har været de bedste oplevelser i dit liv, når du ser tilbage på det? Fortæl gerne konkret om dem – hvor foregik det, hvem var med, hvad skete, hvad tænkte du om det?
3. Hvad fylder dig med særlig glæde, når du tænker på dit nuværende liv?
4. Kender du til nogle unge, der har haft meget modgang i livet, men som alligevel klarer sig godt? Hvad var det, de gør/har gjort for at klare sig godt?
5. Har du selv oplevet modgang, hvor du alligevel klarede dig godt? Hvad var det, der gjorde, at du klarede dig godt?
6. Hvilke værdier synes du, der skal være i Paamiut? Nævn evt. for forskellige grupper: børn, de unge, forældre, mødre, fædre, medmennesker i det hele taget.
7. Efter at have talt om gode oplevelser med andre mennesker og om gode oplevelser i dit liv – kan du nævne værdier, der har været særligt vigtige for dig i dit liv?

Interviewene blev foretaget som en dialog, dvs. at der blev fulgt op på de svar, de unge gav, men i alle interviews blev de ovenfor nævnte spørgsmål berørt.

I alt 12 unge blev inviteret til at være med i undersøgelsen. Tre interviews blev ikke gennemført pga., at de unge ikke mødte op pga. travlhed på skolen. Et interview indgår ikke i analysen, da den unge mødte op, men sagde meget lidt. Vedkommende blev der dog en time og drak kaffe, og det var en god stund. Vi har ikke nævnt navne efter aftale med de unge. De unges alder var fra 16 til 24 år.

4. Analyse

Vi har opdelt analysen i overskrifter ud fra de unges svar på spørgsmålene.

4.1. *Modgang i livet: risikofaktorer*

De unge fortalte om de former for modgang i livet, som man kunne have. De tog udgangspunkt både i fortællinger om andre og om sig selv. Tilbagevendende temaer er at miste en nærstående person enten ved dødsfald eller ved afstand. En af de unge fortæller, at noget af det sværeste, man kan opleve som ung, er, “at man har mistet en kær ven eller et familiemedlem, der har begået selvmord, og så prøver man at begå selvmord selv, for at få det bedre, eller skære sig selv ... øh ... og bare blive afhængig af stoffer eller feste ret meget.” Det at miste en anden, som man havde en tæt relation til, er den hyppigst nævnte type af modgang, som man kan opleve i livet.

Endvidere er det en risikofaktor, at man kan have svært ved at tale om modgang, for hvis man fx fortæller en ven, at man har deltaget i interviews i familiecenteret, hvor interviewene foregik, “så bagefter, nok én dag, så hører jeg, at jeg har problemer. Så bare sådan forskellige rygter, bare sådan (laver

en lyd og nogle fagter med arme og hænder som noget, der eksploderer.” Dvs. at der er mange rygter i omløb. Videre fortælles der om en lukkethed i byen: “... de lukker sig ude eller lukker inde i, hvis de har nogen problemer. Det er det, byen mangler meget, at folk skal åbne mere. Grunden til, at de ikke gør det, er, fordi folk snakker, eller som jeg sagde, bagtaler meget hinanden, og de er bange for at blive bagtalt.” De unge omtaler, at de nogle gange føler, at de ikke kan stole på nogen.

De unge omtaler ofte alkoholmisbrug som en stor belastning for dem, der lever med det eller med personer, der har et sådant misbrug. Det nævnes, at man ofte bringer sig selv i fare ved at drikke sig voldsomt beruset.

Flere af de unge nævner seksuelt misbrug og mobning som risikofaktorer af særlig voldsom art, idet det ses som udtryk for ondskab: “de unge kan være ret onde ved én.”

En yderligere risikofaktor er ensomhed. Dette skyldes, at man bor alene, at forældrene er rejst bort, konflikter med de nærmeste, alkoholmisbrug, som fører til manglende kontakt, konflikter og vold samt seksuelle overgreb, der skaber en følelse af at være alene.

Opsummerende kan det siges, at alle interviewpersoner fortæller om, at de har været udsat for risikofaktorer. Nogle nævner en enkelt risikofaktor, andre nævner flere risikofaktorer. Derudover nævner flere af dem, at de har en kæreste, venner eller bekendte, som også har været udsat for risikofaktorer. De nævnte risikofaktorer er⁵:

- At miste (herunder selvmord)
- Alkohol- og stofmisbrug
- Seksuelt misbrug (herunder voldtægt)
- Ensomhed (herunder afsavn og følelsen af ikke at kunne stole på nogen)
- Mobning (herunder bagtaleri)
- Vold (fysisk og/eller psykisk vold; herunder *at blive behandlet dårligt af kæresten*)
- Depression
- At blive fjernet fra forældrene
- At blive smidt ud af hjemmet
- Ludomani.

Ud over disse overordnede risikofaktorer er der nogle mere konkrete, der angår den særlige bymæssige kontekst, som de unge lever i. En af de unge siger: “Der er stort set ingen aktiviteter for de unge her. I selve barndommen, der mangler man ikke noget at lave, der er altid noget i gang med masser af børn, og man er ude at lege. Men når man bliver voksen, der er det, som om man er mere hjemme. (...) Jeg ville ellers prøve at komme videre, men lige

5 Risikofaktorerne står i rækkefølge efter, hvad der er nævnt mest, hvor øverste risikofaktor er mest nævnt, og nederste er mindst nævnt. De fire nederste er nævnt lige mange gange.

i øjeblikket, der er jeg bare gået i stå. Der er mange unge, som jeg kan se, der også er gået i stå i dag. Så længe der ikke er så mange aktiviteter for de unge, da erstattes aktiviteterne med druk.”

For at tage en uddannelse er man nødt til at flytte væk fra byen, og det udsætter én for risiko for oplevelse af tab og dermed også for ensomhed. En af de unge omtaler dette som, at *byen sætter én fast*.

Samlet ser de unge følgende risikofaktorer:

- Begrænsede fritids-/aktivitetsmuligheder
- Begrænsede job- og uddannelsesmuligheder
- Lukkethed omkring problemer i samfundet
- Fastlåsthed (begrænsede muligheder for at komme til/fra byen).

4.2. Risikofaktorernes påvirkning

De unge fortalte om, hvordan risikofaktorerne påvirker dem.

En af de unge beskriver, hvordan han efter et tab af en nærtstående person begyndte at drikke meget alkohol og isolere sig fra sine venner. En anden fortæller, at han i en lignende situation forsøgte selvmord. En tredje fortæller om også at begynde at drikke meget alkohol og var meget ked af det pga. oplevelser af overgreb. Hun fortæller, at hun ikke følte, at hun kunne stole på nogen og derfor var lukket omkring sine problemer: “jeg kunne ikke sige noget positivt. Jeg drak meget, og jeg var meget vred.” En fortæller om, at kæresten begyndte at behandle hende rigtig dårligt, efter at en god ven døde. En fjerde fortæller om, at reaktionen på selvmord blandt de nærmeste fører til egne selvmordstanker. Vedkommende fortæller også om lukkethed omkring sorg over seksuelt misbrug og selvmord – og beskriver, hvordan det at holde dette hemmeligt med tiden bliver en stor byrde i sig selv. En femte fortæller om, hvordan mobning førte til et stort ønske om at rejse fra byen. Den sjette interviewperson fortæller om, hvordan hun følte sig alene pga. familieproblemer, og fordi hendes bedste veninde rejste, hvilket førte til, at hun begyndte at drikke meget alkohol, fordi hendes nye venner gjorde det. Det beskrives, hvordan det at blive udsat for seksuel vold førte til: “at alting ligesom blev splittet,” og at hun ofte ikke kan få ordentligt luft, får stærk hjertebanken og ikke stoler på nogen mænd længere. Hun lukker af for at tale med nogen om det og forsøger at holde det hemmeligt, ligesom hun hemmeligholder, at hendes kæreste drikker meget alkohol og slår hende. På grund af ensomheden ønsker hun sig et barn, “som hun ikke forlader, og som heller ikke forlader hende.” Den syvende interviewperson omtaler, at hun i en periode har drukket rigtig meget alkohol i et forsøg på at løse problemer i sit liv. Hun fortæller som flere af de øvrige om sorgen over at have mistet nært pårørende. Hun beskriver samlet sine reaktioner som at “gå i stå med at komme videre” og forklarer: “også det at miste en af de nærmeste, det er også sådan noget, der får en til at gå i stå.” Også den ottende interviewperson omtalte lignende reaktioner på modgang.

Det ses, at risikofaktorerne har påvirket de unge. Det har ofte ført til indelukkethed, alkoholmisbrug, selvmordstanker og isolation. Men de unge beskriver også, hvordan de på trods af modgang er kommet videre i livet. Det vil vi se på i næste afsnit.

4.3. Faktorer i livet, der har haft betydning for resiliens

I dette afsnit præsenterer vi, hvad de unge beskriver som resiliens, dvs. hvad de unge selv mener, der har hjulpet dem igennem modgang, samt hvad der generelt er betydningsfuldt for at klare sig godt på trods af modgang.

En nævner, at uddannelse og det at have venner er vigtigt for at kunne nå sine mål. Han fortæller, at han stoppede med at drikke alkohol for i stedet at være sammen med sine venner. Han fortæller, at han selv bestemte, at han ville stoppe med at drikke, men at han også har fået hjælp af sine venner til det. Han nævner, at han kan snakke med sine venner om sine problemer. På spørgsmålet om han har haft nogen mennesker, der har været meget betydningsfulde for ham, svarer han sin kæreste. En af hans bedste oplevelser i hans liv var "første gang han mødte sin kæreste." Endvidere nævner han sport som en god måde at være sammen på og have ambitioner inden for. Hans største ønske lige nu er at få sin niece at se, og at hun har det godt: "det barn er stadigvæk inde i maven. Så jeg ønsker, at det vil have det godt, når det bliver født. Det er det, der er mit ønske."

En anden fortæller også om sport som en god måde at være sammen med andre på og stræbe efter høje mål. Han omtaler endvidere betydningen af at fremstå som et godt eksempel for andre unge ved at være åben om sorger og udfordringer i livet: "Jeg vil bare sådan lære folk at forstå sig selv bedre ud fra mine egne erfaringer og oplevelser." I forhold til at have klaret sig godt på trods af modgang siger han: "I forhold til mig selv og også en af mine venner er grunden til, at vi har klaret os godt, fordi vi hele tiden har håbet, at tingene skal blive bedre. Og det der håb holder bare gang i én hele tiden; det håb holder mig bare hele tiden i gang." Han forklarer, hvad der gjorde, at han klarede sig igennem de svære oplevelser, som han fortæller om: "Grunden var nok, at min stedmor sagde, at jeg bare skal være stærk lige meget hvad, for livet er fuldt af prøvelser, jeg skal opleve for at gøre mig stærkere. Altså, jeg kendte ikke kærligheden, da jeg flyttede til mine stedforældre første gang, (...) den første måned er bare utrolig svær for mig, fordi jeg ikke er vant til, at de siger godnat, eller de siger, de elsker mig, eller at jeg skal sove godt (...). Så siger min stedmor, at jeg er en stærk person, fordi jeg har overlevet en masse ting (...). Så spurgte hun, hvad jeg håbede mest i mit liv. Og så siger hun, at det kan være, håbet er grunden til, at du er så stærk i dag, og at jeg bare skal holde fast i det. Og så gjorde jeg, hvad hun sagde, og jeg begyndte også at sige, jeg elsker jer, sov godt og alt det der. Så følte jeg, at de hjælper meget, bare de tre ord "jeg elsker dig", de tre ord, dem føler jeg, at de kan ramme en person i hjertet, hvor det gør mest – en der er glad for dig." Han nævner, at det generelt er godt at få hjælp fra vennerne, og at han også

selv har hjulpet andre. Han forklarer det med, at det er meget betydningsfuldt, at man har nogle mennesker, der betyder noget for én: "Jeg er bare mest glad for, at der er folk, jeg kan stole på, så jeg kan fortælle om, hvordan jeg har det." I stedet for at isolere sig skal man være åben, fortæller han, idet man får styrke derved – og slutter af med at sige: "lige meget hvad, lige meget, hvor hårdt det er, lige meget hvor åndssvagt folk siger om dig, så bare vær dig selv."

En tredje nævner det at få et barn som et stort og positivt vendepunkt i livet: "Når jeg tænker på mit liv, så har det været et mirakel. Før jeg blev gravid, har jeg levet sådan i mørke, og lige så snart jeg blev gravid, så har verden ændret sig." Hun fortæller om at være stolt af sig selv, og at dette er en ændring i hendes liv. Hun omtaler, at en af hendes bedste oplevelser var det første forældremøde i vuggestuen: "Da jeg gik ned til vuggestuen, da tænkte jeg, at jeg er mor til et barn, jeg har ansvar for et barn, jeg passer mit ansvar, og jeg er stolt af mig selv." Hun nævner, at hun har haft svært ved at åbne sig og stole på nogen, men at både hun og kæresten nu kan tale mere åbent om følelser efter at have deltaget i familiekurser i Paamiut familiecenter. Hun fortæller, at familien har været og er meget betydningsfuld for hende, samt at værdier som kærlighed og tryghed har betydet meget i hendes liv.

Også den fjerde interviewperson fortæller om betydningen af at være i uddannelse og have arbejde for at kunne klare sig godt. Ligeledes nævnes betydningen af at have venner, som man kan hjælpe og/eller modtage hjælp fra, hvis man har problemer. Det omtales også, at gode fremtidsplaner og troen på at kunne gennemføre dem er vigtigt både for trivsel og for at kunne overkomme modgang. Hun fortæller om en krise og siger: "efter jeg har fået hjælp af mine forældre, så har jeg klaret et stort skridt frem i mit liv." Det har også hjulpet at komme i familiecenteret og få snakket om svære oplevelser. Hun mener i det hele taget, at det er væsentligt, at man har nogle mennesker, der kan hjælpe én, hvis man skal kunne klare sig på trods af modgang. Hun nævner, at det er betydningsfuldt, at man er knyttet til hinanden, og "at man slet ikke mangler noget med familien og kærligheden." Endvidere nævner hun, at det bedste ved at bo i Paamiut er at sejle rundt omkring i fjordene og på havet. Naturen spiller således en rolle for trivsel.

Den femte interviewperson nævner også betydningen af arbejde og uddannelse: "Jeg ser mig selv som en slags rollemodel, fordi jeg er tæt på min drøm, for jeg går snart på efterskole, og jeg kan mærke, at jeg derefter snart tager den uddannelse, jeg gerne vil have." Hun nævner det at tage ansvar som vigtigt for at opnå et godt liv. Af gode, betydningsfulde oplevelser i livet nævner hun oplevelser sammen med sin bedste veninde og med sin familie. Hun fortæller, at det har været betydningsfuldt, at de har kunnet snakke om alt, og at de har været meget åbne over for hinanden. Over for det at have været udsat for seksuel vold siger hun, at det er vigtigt, "at man fortæller det hele tiden til vennerne, fortæller det igen og igen, så man går videre i sit liv på den måde, så bliver problemerne hurtigere væk på en måde. Mange af

mine skolekammerater har snakket med nogen for at komme videre i deres liv. Så de får det bedre af at snakke med nogen. Siden jeg var lille, har jeg været meget åben, fordi mine forældre, især min mor, har snakket med mig omkring at være åben, at jeg ikke skal have hemmeligheder. Jeg tror, det betyder mest at være åben.”

Den sjette interviewperson nævner, at det at have børn betyder rigtig meget for hendes lykke i livet. Hun har drømme om at lave en slags krisecenter, hvor børn kan komme, når forældrene drikker for meget alkohol, og ideer til at lave bedre information omkring beskyttet sex. Hun har disse planer på baggrund af egne erfaringer med at få det godt ved at snakke med andre og opsøge muligheder for hjælp. Hun har bl.a. snakket med sin svigermor. Da hendes kæreste slog hende, forsøgte hun til at starte med at holde det hemmeligt, men derefter “har jeg brugt tid på at finde muligheder, fx komme her i Tilioq (familiecenteret) og hele tiden finde nogle muligheder, sådan at jeg kan have det bedre og få nogle redskaber til at komme over problemet.” En af mulighederne var at deltage i en mødregruppe i familiecenteret. Hun gjorde det uden sin kæreste: “men så fortalte jeg ham, hvordan og hvorledes det er sket, og han så mere på sit liv og sine egne fejltagelser.” Hun fortæller om en frygtelig oplevelse, hvor hun blev udsat for seksuel vold, og om, hvor forfærdeligt hun havde det bagefter, og hvordan hun bare forsøgte at glemme det, hvilket, hun siger, var en stor fejl. Hun fik det dårligere og fik bl.a. stærk hjertebanken. Da en ven spurgte, hvorfor hun havde denne hjertebanken, og spurgte, om det måske var, fordi hun havde noget at sige, åbnede hun sig for ham. Hun erfarede derved, at “de problemer, man har, det er ikke noget, man bare skal have for sig selv, det er noget, der skal ud, for det er jo mit liv. Jeg skal styre mit eget liv. Der er ikke nogen, der skal styre mit liv. Efter jeg har fortalt ham det, det begyndte der, med at jeg begyndte at åbne mig, fordi nu har jeg opdaget, at det ikke er godt at have hemmeligheder. Så begyndte jeg at snakke meget om det, der er sket. Hvis man virkelig vil have et godt liv, så skal man have den vilje til at fortælle og få problemerne ud.” Videre nævner hun, at: “man bliver nødt til at søge mulighederne selv, men det kan jo selvfølgelig være ret svært, når man ikke får støtte. Man bliver nødt til at spørge sig selv, om man overhovedet har kræfter nok til at søge hjælp. Man bliver nødt til at stole på sig selv, have selvtillid. Man bliver nødt til at have selv-værd, hvor man kan se, at jeg er noget værd.” Hun fortæller, at hun har fået god støtte af sin bedste veninde og dennes familie, hvor hun har oplevet en stor åbenhed, hvilket hun nu gerne vil videreføre til sine egne børn: “de stærke værdier, som jeg gerne vil vise mine børn, det er, at de skal vide, hvad kærlighed er.” Hun fortæller, at hun følte tryghed i venindens familie.

Den næste interviewperson fortæller også om uddannelse som vigtigt for trivsel. Hun vil gerne skabe gode aktiviteter for unge og ser optimistisk på fremtiden. I forhold til generelt at klare sig gennem svære ting siger hun, at det er godt at snakke med andre og tale mere åbent om problemer. Hun siger

videre, at det er godt, “at vedkommende, som har et problem, finder ud af, hvem man er, og hvad der er gode værdier – eller få dem til at forstå, at det kan løse sig, det her problem, ved at lave et forslag om det eller snakke om det.” Hun nævner, at det er vigtigt at vide, hvor man kan få hjælp til at tale om svære ting i livet. En mulighed er også at skrive om det, der sker, og følelser. Hun fortæller, at hendes mormor var meget betydningsfuld i hendes liv, “fordi mormor altid var lige ved ens side, hvis der var et eller andet.” Også en god veninde betyder meget for hende, fordi “de stoler 100 % på hinanden.”

Den ottende interviewperson nævner, at hun gerne vil “komme videre og kunne tage en uddannelse.” Hun fortæller om en ung kvinde, der har klaret sig godt på trods af megen modgang i livet, fordi hun har været stærk og åben over for venner og familie: “Så det har været sådan en udadvendt person. Det er nok det, der styrker. Hun var så åben over for selve problemerne, hun har været igennem, med druk i hjemmet og så at være misbrugt. Så åbenhed har nok styrket hende.” De mennesker, der er særlig betydningsfulde for hende, er datteren og samleveren, for “det er jo kærligheden.” Endvidere nævner hun andre betydningsfulde ting i sit liv som samvær med familien, højtider og traditioner.

Tabel 1 giver en oversigt over, hvad der er resiliensfremmende ud fra de unges fortællinger.

Tabel 1: Fra risikofaktorer til resiliens – opdelt på interviewperson samt personer omtalt af de unge.

<i>Risikofaktorer</i>	<i>→ Udmøntet sig i</i>	<i>Resiliensfremmende faktorer og/eller vendepunkter i de unges liv</i>	<i>Hvad/hvem der har været/er betydningsfulde i de unges liv</i>	<i>Tegn på resiliens</i>
Interviewperson 1 • Mistet nærtstående person	• Druk • Isolation	• Stoppede op og tænkte over sine prioriteringer i sit liv • Hjælp fra venner	• Venner • Kæreste • Familienmedlem • Sport	• I gang med uddannelse • Fremtidsplan: uddannelse • Har mange gode venner • Har en kæreste • Har fritidsinteresse, han brænder for • Optimistisk omkring fremtiden

Risikofaktorer	→ Udmøntet sig i	Resiliensfremmende faktorer og/eller vendepunkter i de unges liv	Hvad/hvem der har været/er betydningsfulde i de unges liv	Tegn på resiliens
<p>Interviewperson 2</p> <ul style="list-style-type: none"> • Forældres alkoholmisbrug • Fjernet fra forældre og boet hos plejefamilier • En følelse af ikke at kunne stole på så mange (bagtaleri, rygter) 	<ul style="list-style-type: none"> • Selvmordsforsøg 	<ul style="list-style-type: none"> • Håb (stedmor har sagt, han skal bevare håbet) • Være stærk i hjertet (stedmor har sagt, han skal være stærk) • Kærlighed • Mennesker, der betyder noget for én, og nogen, man kan stole på 	<ul style="list-style-type: none"> • Hjælpe andre ud fra egne erfaringer • Sport • Venner • Stedmor • Søkende 	<ul style="list-style-type: none"> • Har et arbejde, han brænder for • Har en fritidsinteresse, han brænder for, og vinder mesterkaber • Bruger erfaringer til at hjælpe andre • Vil gerne være et forbillede ved at vise, at det ikke er farligt at være åben • Har en opfattelse af at have klaret sig godt • Optimistisk omkring fremtiden
<p>Interviewperson 3</p> <ul style="list-style-type: none"> • Opvokset i hjem med alkoholmisbrug • Overgreb • En følelse af ikke at kunne stole på nogen • En kæreste, der drikker meget og behandler hende og barnet dårligt 	<ul style="list-style-type: none"> • Druk • Meget ked af det • Depression • Blev lukket • Vrede 	<ul style="list-style-type: none"> • Graviditeten (<i>Før jeg blev gravid, har jeg levet sådan i mørke, og lige så snart jeg blev gravid, så har verden ændret sig</i>) • Støtte, samtaler og kurser på familiecenteret 	<ul style="list-style-type: none"> • Datteren • Familien • Kærlighed • Tryghed 	<ul style="list-style-type: none"> • Bor sammen med kæreste og barn (<i>jeg føler, at vores lille familie har det rigtig godt</i>) • Er i gang med uddannelse • Er stolt af sig selv • Vil gerne læse videre i fremtiden
<p>Interviewperson 4</p> <ul style="list-style-type: none"> • En tidligere nærtstående selvmord • Seksuelt misbrug 	<ul style="list-style-type: none"> • <i>Jeg kan nogle gange have det rigtig dårligt</i> • Holdt det hemmeligt i lang tid 	<ul style="list-style-type: none"> • Støtte og hjælp fra forældre • Støtte og samtaler i familiecenteret • Åbnet op for sin hemmelighed til sin mor • Væsentligt at man har nogen mennesker, der kan hjælpe én 	<ul style="list-style-type: none"> • At kunne snakke med nogen • Kærlighed • Moderen • Sammenholdet i familien 	<ul style="list-style-type: none"> • I gang med uddannelse • Har fritidsjob • Har venner, som hun selv hjælper • Har selv en opfattelse af at have klaret sig godt • Optimistisk omkring fremtiden • Har konkrete planer for uddannelse

Risikofaktorer	→ Udmøntet sig i	Resiliensfremmende faktorer og/eller vendepunkter i de unges liv	Hvad/hvem der har været/er betydningsfulde i de unges liv	Tegn på resiliens
Interviewperson 5 <ul style="list-style-type: none"> • Seksuelt misbrug • Mobning 	<ul style="list-style-type: none"> • Dette fortæller hun ikke om, men hun har haft lyst til at rejse fra byen 	<ul style="list-style-type: none"> • Være åben og snakke om sine problemer – ikke have hemmeligheder • Snakke med familien, venner og folk på skolen 	<ul style="list-style-type: none"> • Familien; (meget nær med og kan snakke med om alt) • Bedste veninde (kan snakke med om alt) 	<ul style="list-style-type: none"> • Har arbejde og skal snart på uddannelse • Konkrete fremtidsplaner • Har en oplevelse af at have klaret sig godt • Optimistisk omkring fremtiden
Interviewperson 6 <ul style="list-style-type: none"> • Seksuelt misbrug • Vold og druk fra kærester • Ensomhed 	<ul style="list-style-type: none"> • Druk • Får det rigtig dårligt – kan ofte ikke få ordentligt luft, får stærk hjertebanken • Stoler ikke på nogen mænd • Bliver lukket og forsøger at holde det hemmeligt • Ønske om et barn, som hun ikke forlader, og som heller ikke forlader hende 	<ul style="list-style-type: none"> • Fik nok af livet med druk og stoppede af sig selv • Blev gravid, hvilket var en drøm, der gik i opfyldelse • En ven fik hende til at åbne sig og fortælle sin hemmelighed om seksuelt misbrug • Brugte sin erfaring fra at have mærket, hvor forfærdeligt det er at holde noget hemmeligt, og blev meget åben og opsøgende • Været opsøgende i forhold til at få hjælp hos politiet, kommunen og familiecenteret • Fået støtte og hjælp i familiecenteret • Snakket med og taget imod råd fra familien 	<ul style="list-style-type: none"> • Bedste veninde og venindens familie, hvor hun har oplevet stor åbenhed • Tryghed & kærlighed • Nogen at stole på • Børnene & kæresten 	<ul style="list-style-type: none"> • I gang med uddannelse • Siger, at det var en drøm, der gik i opfyldelse, at hun blev gravid • Fremtidsplaner: vil gerne læse videre • Har drømme og nye ideer til initiativer i Paamiut

Risikofaktorer	→ Udmøntet sig i	Resiliensfremmende faktorer og/eller vendepunkter i de unges liv	Hvad/hvem der har været/er betydningsfulde i de unges liv	Tegn på resiliens
Interviewperson 7 • Mistet nærtstående person	• Meget ked af det • Drukket alkohol <i>for at løse tingene</i>	• Snakke med andre • Få hjælp til at åbne sig og til at se, at tingene kan løse sig • Muligheder for at kunne henvende sig for hjælp, fx familiecenteret • At skrive om sine følelser	• Interesse: at skrive, bl.a. digte • Forældre & søskende • Mormor (fordi hun altid var der for hende) • Bedste veninde (fordi de to stoler 100 % på hinanden)	• I gang med uddannelse • Drømmer om at være tovholder til at foreslå aktiviteter til de unge og har mange ideer • Er i en proces med at løse sine problemer • Optimistisk omkring fremtiden • Fremtidsplaner: læse videre
Interviewperson 8 • Mistet nærtstående person	• En følelse af at være gået i stå	• Fået/får hjælp til at åbne sig i familiecenteret	• Datteren og samleveren, for <i>det er jo kærligheden</i> • Samvær med familien, herunder højtider og traditioner	• Har arbejde • Bor sammen med kæreste og barn • Mål: at tage en uddannelse • Drømme: opstarte virksomhed & lave flere aktiviteter for de unge
Personer, der er omtalt af de unge: • Bedste ven begik selvmord • Familien medlem begik selvmord • Alkoholmisbrug i familien samt seksuelt misbrug	• Drikker og behandler kæreste og barn dårligt • Vred • Taler ikke med nogen om sine følelser • Selvmordstanker	• Deltagelse i kursus på familiecenteret, hvor han åbner op for første gang • Fået/får hjælp og støtte fra andre og føler sig forstået • Været stærk • Været åben omkring problemerne over for venner og familie		• Har ikke drukkert siden kurset og kan bedre tale om følelser med sin kæreste • Knokler og kommer videre • Fået uddannelse og arbejde

De unge beskriver meget tydeligt, hvad de ser som betydningsfuldt for, at man kan nå sine mål på trods af modgang, dvs. resiliens.

I tabel 2 har vi lavet nogle overordnede kategorier om, hvad der er med til at styrke udviklingen af resiliens ud fra de unges erfaringer og meninger på tværs af interviewene.

Tabel 2: Resiliensfremmende faktorer i de unges beskrivelser.

<i>Muligheder for deltagelse i nærmiljøet</i>	<i>Social støtte og omsorg</i>	<i>Forholdemåder</i>	<i>Meningsfuldhed</i>	<i>Vendepunkter</i>
<ul style="list-style-type: none"> • Være i uddannelse • Have et arbejde • Deltage i sport 	<ul style="list-style-type: none"> • Støtte fra venner & familie • Opleve kærlighed og tryghed • <i>En der er glad for dig</i> • Mennesker, der betyder noget for én • Nogen, man kan stole på, er forstående, og som man kan åbne sig for • Nogen, der er opmærksomme og spørger ind, når de fornemmer, der er noget galt 	<ul style="list-style-type: none"> • Håb • Vilje til at handle for at få et godt liv • Være stærk i hjertet • Være åben og snakke om sine problemer – ikke have hemmeligheder • Være opsøgende i forhold til at få hjælp • Være åben omkring problemerne over for venner og familie • Bruge sine erfaringer fra tidligere oplevelser 	<ul style="list-style-type: none"> • Kærlighed • Samhørighed • Få et barn (herunder at få et ansvar) • Hjælpe andre • Interesser, man dyrker 	<ul style="list-style-type: none"> • Graviditet • Stoppede op og tænkte over sine prioriteringer i sit liv • Fik nok af livet med druk og stoppede af sig selv

Kategorierne eller overskrifterne i tabel 2 er ikke på samme niveau begrebsmæssigt, men opsamlers de unges egne beretninger om, hvad der fremmer resiliens. Hvis vi skulle samle dem i en egentlig teori om resiliens set fra de unges perspektiv, så er det, at resiliens fremmes ved (1) aktivt at opsøge hjælp og at bruge de vendepunkter, der opstår, til at udvikle sig i den retning, som man ønsker; (2) at have konkrete fremtidsplaner samt håb og (3) at modtage og at give social støtte ved at tale åbent om tingene og have tillid

til andre (og sig selv). Der er et yderligere punkt, som snarere angår trivsel, men som alligevel bør nævnes her, da flere af de unge omtaler det som vigtigt, nemlig at være i gang med en uddannelse, at have et job eller på anden måde deltage aktivt i nærmiljøet. Det kan derfor placeres under punkt 2, selvom der også kan være andre former for fremtidsvisioner såsom at være en kærlig og ansvarsbevidst mor, som flere af de unge kvinder omtaler.

5. Diskussion

De tre punkter for resiliens i de unges fortællinger, nemlig at forholde sig proaktivt, at have planer og håb og at tale åbent og tillidsfuldt om modgang i livet med henblik på at finde løsninger, rummer fire dimensioner. Der er en **tidsmæssig dimension** vedrørende fremtiden – hvilket er troen på, at problemer kan løses, og at man selv kan bidrage til dette. Dette knytter ofte an til en **institutionel og økonomisk – og i den forstand materiel – dimension**, der handler om muligheder for uddannelse og arbejde. Der er en **social dimension**, der handler om, at man bliver i stand til at overkomme modgang i livet gennem at tale åbent med andre om sorger og problemer med henblik på at finde styrke til at nå sine mål. Der er endvidere en **kvalitativ, værdimæssig dimension**, der består i at bygge på og fremme oplevelser af kærlighed, tillid og ansvarlighed over for hinanden. Den sociale dimension kan således ikke forstås uden den værdimæssige dimension. Det er værdierne, der bygges på og fremmes gennem den sociale dimension, der skaber en oplevelse af meningsfuldhed.

Hvis vi kortvarigt springer tilbage til overvejelser over trivsel, så finder vi, at disse dimensioner i høj grad ligner resultaterne af undersøgelser af trivsel blandt unge – både de ovenfor nævnte i Grønland og internationale studier. Som et eksempel på det sidste vil vi nævne teorien om de fem C'er: *Competence, Connection, Confidence, Caring* og *Community* (Leblanc, Talbot & Craig, 2005). De beskriver trivsel som *psychosocial health* og konkluderer ud fra komparative studier i en række lande, at unge, der trives, har den fornødne kompetence, dvs. viden og færdigheder til at forstå og håndtere deres situation. De er endvidere forbundne til andre mennesker på en gensidigt støttende og respektfuld måde. De lever i sociale relationer præget af gensidig tillid samt har tillid til, at de selv kan bidrage til disse relationer samt til at nå deres mål. De oplever at have en eller flere relationer, hvori de bliver mødt med omsorg. Sidst, men ikke mindst, så er de aktive deltagere i lokalmiljøet. Man kunne føje endnu en dimension til, nemlig *Commitment*, som er, at de unge er forpligtede på og engagerede i at skabe et godt liv for sig selv og andre. Netop dette sidste C kunne knytte den psykosociale sundhed, trivsel og resiliens sammen, idet det beskriver en bevægelse, der både kan være en bevarelse af de faktorer, der skaber trivsel, og en aktiv opbygning af

nye trivselsskabende faktorer. Der er således både tale om restorativ læring og om transformativ læring – og derved om aktivt at opbygge bæredygtighed i form af social resiliens (Adamson & Bailie, 2012; Berliner & Christensen, 2013; Berliner & Nielsen, 2013).

Ved den første *working conference* om kvalitativ forskning vedrørende udsatte unge i Norden – hvori også Grønland indgik som del af Vestnorden – blev det på baggrund af eksempler fra meget forskellig forskning sammenfattet, at hvis man lytter til de udsatte unges egne stemmer, så siger de, at det, disse unge oplever at have brug for, for at trives og for at komme videre hen mod at opnå egne mål i livet, er: (1) at have nogle, måske bare én, der tror på én; (2) at have nogle, der lægger mærke til én; (3) at have nogle, der taler åbent og uden hemmeligheder/skjulte dagsordner om tingene; (4) at blive taget alvorligt; (5) at være med i noget sammen med andre og (6) at være en del af et fællesskab.⁶ Punkterne ligner i høj grad den sociale dimension i de unges udsagn om resiliens fra Grønland. Da den nordiske forskning angik udsatte unge, altså unge, der lever med en række konkrete risikofaktorer og forsøger at nå deres mål på trods af disse, kan man argumentere for, at de taler om resiliens, om end det også omhandler deres aktuelle trivsel. Det betydningsfulde er, at unge har en meget klar opfattelse af, hvorledes den sociale støtte kan styrke dem i deres tilværelse. De beskriver meget klart de kvaliteter, som denne støtte skal have for at være virksom. Det er muligt, at deltagernes egne oplevelser af effekt ikke anses for evidens i evidensbaserede effektstudier af sociale programmer, men det er dog alligevel tankevækkende, at de unge så præcist kan beskrive, hvad der er brug for i den sociale dimension for at styrke deres muligheder for at deltage og for at opnå trivsel på trods af modgang.

Det ser således ud til, at unge har en meget tydelig og klar viden om, hvad der skaber trivsel i deres liv, samt om, hvad der bidrager til at styrke deres muligheder for at nå deres mål i livet på trods af modgang.

6. Afsluttende refleksioner

De unges egne fortællinger omkring resiliens rummer en erfaret viden om, hvordan trivsel aktivt kan opbygges, så den kan gøres bæredygtig gennem en fortsat aktiv indsats. Denne viden bør der bygges på, hvis vi påtager os den opgave, det er, at give øgede valgmuligheder for de kommende generationer – hvilket jo er definitionen på bæredygtighed. Der er en række globale problemer med hensyn til trivsel blandt unge samt med hensyn til at give lige adgang til uddannelse for unge. Disse problemer er ikke blevet løst

6 Agnete Neidel og denne artikels første forfatter samt øvrige deltagere i en arbejdsgruppe om de unges egne stemmer arbejder på en fælles artikel om dette.

– men i et land som fx. Danmark er de faktisk blevet forværret igennem de sidste ti år, hvor beslutningstagere i stigende grad har fæstnet deres lid til evidensbaserede uddannelses- og sociale programmer, som oftest importeret direkte fra lande med helt andre sociale forhold end her (Berliner & Nielsen, 2013). I stedet for denne ikke-evidensbaserede tro på evidensbaserede programmer bør der i stedet lyttes til de unges egne stemmer. Det er der, bæredygtigheden og dermed fremtiden skal findes. I Grønland er der en øget opmærksomhed på dette.

Forfatteren Lars Saabye Christensen skriver i romanen *Blink*, at han ikke bryder sig om, at fortællinger starter med “Der var engang ...”. De skulle langt hellere starte med “Der er ...” eller endda endnu hellere med “Der vil engang komme ...”.⁷ Fortællinger åbner muligheder fremad – og derfor er det vigtigt at lytte til de unge, da fremtiden tilhører dem.

REFERENCER

- Adamson, C. W., & Bailie, J. W. (2012). Education versus Learning: Restorative Practices in Higher Education. *Journal of Transformative Education*, 10(3), 139-156.
- Arctic Council (2005). *Analysis of arctic children and youth health indicators*. Report of the Health Programme. <http://portal.sdwg.org/media.php?mid=13>
- Berliner, P. (2012a). *Så rejser jeg mig op og vandrer tilbage til Paamiut*. Om monologer i unges teater i Paamiut Asasara. *Psyke & Logos*, 33(2), 409-437.
- Berliner, P. (2012b). “Nogle vælger døden. Jeg vælger livet, drømmene og troen på fremtiden”: om kunst, billeder og unge i Paamiut. *Psyke & logos*, 33(2), 452-484.
- Berliner, P., & Christensen, J. H. (2013). Fredsopbygning som social og materiel læring. *Psyke & Logos*, 34(1), 278-296.
- Berliner, P., & Nielsen, A. M. (2013). Sociale læringsprocesser – kontekstuel læring og transformation. *Psyke & Logos*, 34(1), 9-32.
- Berliner, P., Larsen, L. N., & de Casas Soberón, E. (2012). Case Study: Promoting community resilience with local values – Greenland’s Paamiut Asasara. In M. Ungar (Ed.), *The Social Ecology of Resilience* (pp. 387-399). New York: Springer.
- Berliner, P., Larsen, L. N., & de Casas Soberón (2011). A social action learning approach to community resilience: Our sharing of thoughts and feelings, our respect and trust should be passed on to the next generation. In T. Hansen & K. Jensen de Lopez (Eds.), *Development of Self in Culture in Mind*. Aalborg: Aalborg University Press.
- Berliner, P., Refby, M. H., & Hakesberg, S. (2004). *At fare vild - sammen: Community psykologi i praksis*. København: Frydenlund Grafisk.
- Curtis, T., Bøving Larsen, H., Helweg-Larsen, K., Petrine Pedersen, C., Olesen, I., Sørensen, K., Jørgensen, M. E., & Bjerregaard, P. (2006). *Unge trivsel i Grønland*. Inussuk, Arktisk Forskningsjournal, 1.
- Dahl-Petersen, I., Pedersen, C. P., & Bjerregaard, P. (2007). *Notat om unge med god trivsel*. København: Statens Institut for Folkesundhed.
- Henderson, N. (2012). Resilience in Schools and Curriculum Design. In M. Ungar (Ed.), *The Social Ecology of Resilience* (pp. 297-306). New York: Springer.

7 Dette er citeret efter hukommelsen.

- Kral, M. J., Idlout, L., Minore, J. B., Dyck, R. J., & Kirmayer, L. J. (2011). Unikkaartuit: Meanings of well-being, unhappiness, health, and community change among Inuit in Nunavut, Canada. *American Journal of Community Psychology*, 48 (3-4), 426-438.
- LeBlanc, J., Talbot, P., & Craig, W. M. (2005). Psychosocial Health in Youth: An international perspective. In M. Ungar (Ed.), *Pathways to Resilience: a Handbook of Theory, Methods, and Interventions* (pp. 165-188). California: Sage Publications.
- Niclasen, B., Løngaard, K., Laursen, L. K., & Schnor, C. (2007). *Sundhed på toppen - Resultater fra Health Behaviour in School-aged Children (HBSC) undersøgelsen i Grønland i 2006*. Inussuk, Arktisk forskningsjournal, 1.
- Rutter, M. (2012). Resilience: Causal pathways and social ecology. In M. Ungar (Ed.), *The social ecology of resilience* (pp. 33-42). New York: Springer.
- Ungar, M. (2012). Social ecologies and their contribution to resilience. In M. Ungar (Ed.), *The social ecology of resilience* (pp. 13-32). New York: Springer.
- Watter, L., Fanous, S., & Berliner, P. (2010). Unges liv og muligheder: deltagende aktionsforskning i Paamiut. *Psyke & Logos*, 31(1), 267-290.
- Watter, L., Fanous, S., & Berliner, P. (2012). Challenges of youth participation in participatory action research. – Methodological considerations of the Paamiut Youth Voice Research Project. *International Journal of Action Research*, 8 (2), 185-211.
- Werner, E., & Smith, R. (1989). *Vulnerable but Invincible: A Longitudinal Study of Resilient Children and Youth*. New York: Adams, Bannister, and Cox.
- Werner, E., & Smith, R. (1992). *Overcoming the Odds: High-Risk Children from Birth to Adulthood*. New York: Cornell University Press, 1992.
- Wexler, L. M. (2006). Inupiat youth suicide and culture loss: Changing community conversations for prevention. *Social Science & Medicine*, 63 (11), 2938-2948.