

Andrea Storøy Rødseth

Ein kvalitativ studie av vernefaktorar hos barn av alkoholmisbrukarar.

Masteroppgåve i Spesialpedagogikk

Veileder: Øyvind Kvello

Mai 2019

Andrea Storøy Rødseth

Ein kvalitativ studie av vernefaktorar hos barn av alkoholmisbrukarar.

Masteroppgåve i Spesialpedagogikk
Veileder: Øyvind Kvello
Mai 2019

Noregs teknisk-naturvitskaplege universitet
Fakultet for samfunns- og utdanningsvitenskap
Institutt for pedagogikk og livslang læring

Samandrag

Dette forskingsprosjektet er ein kvalitativ studie som tek utgangspunkt i eit semistrukturert intervju av fem unge kvinner som har hatt ei relativt positiv utvikling til tross for ein oppvekst prega av alkoholmisbruk hos éin av foreldra. Dei fortel om kva faktorar som har hatt betydning for deira relative positive utvikling.

Studien har ein hermeneutisk tilnærming med ei delvis teoristyrte innhaldsanalyse inspirert av Hsieh og Shannon (2005). Formålet ved prosjektet er å få auka kunnskap kring kva vernefaktorar som kan føre til ei relativt positiv utvikling hos barn av alkoholmisbrukarar, og slik også kunne auke kunnskapen kring kva lærarar kan gjere for å fremme resiliens hos desse barna. Eg har difor prøvd å finne kva vernefaktorar som har hatt betydning for informantane si positive utvikling, med fokus på vernefaktorar som kan påverkast i skulen. Problemstillinga som undersøkast er difor: «Kva slags vernefaktorar har hatt betydning for ei relativt positiv utvikling hos personar som har vakse opp med alkoholmisbrukande foreldre?»

I analysen av datamaterialet var hovudkategoriane: individuelle vernefaktorar og betydninga av gode relasjonar deduktivt utforma frå Olsen og Traavik (2010) si bok «Resiliens i skolen», og annan teori om resiliens. Resultata i studien viser at dei individuelle vernefaktorane: ei positiv sjølvoppfatning og mesitringsdugleikar, å vere agent i eige liv, eit sjølvbeskyttande attribusjonsmønster og hensiktsmessige stressmeistringsstrategiar, er individuelle vernefaktorar som har hatt betydning for ei relativt positiv utvikling hos personar som har vakse opp med alkoholmisbrukande foreldre. I tillegg vil gode relasjonar til læraren og jamnaldrande virke vernande. Eit viktig punkt er at dei individuelle vernefaktorane og vernefaktorane i miljøet ser ut til å påverke kvarandre, og at dei i varierende grad har vore til stade i oppveksten til informantane. Ein må difor sjå på dei individuelle vernefaktorane opp mot det komplekse samspelet med miljøet, og som faktorar som utviklar seg i takt med individuelle og sosiale forandringar. Funna mine kan også tyde på at den relativt positive utvikling skyldast resiliens, og at vernefaktorane har hatt betydning for den relative positive utviklinga. Disse funna drøftast opp mot tidlegare forskning og teori på feltet.

Forord

Eg er no inne i mai månad, og masteroppgåva skal endeleg leverast. Arbeidet med masteroppgåva har vore ein lang og krevjande prosess, men også ein svært lærerik og spanande prosess eg ikkje ville vår forutan. Eg har lært mykje både om mitt valte tema og meg sjølv, og er godt nøgd med eigen innsats.

I samband med denne prosessen er det gode menneske som fortener ein takk. Fyrst og fremst fortener mine modige informantar ein stor takk. Utan dykkar openheit ville ikkje dette prosjektet vore mogeleg. Eg sett enormt stor pris på at dykk har tatt dykk tid til å dele dykkar sine opplevingar og erfaringar med meg, og slik bidratt til verdifull kunnskap. Tusen takk! Eg vil også takke min kunnskapsrike rettleiar Øyvind Kvello for gode råd.

Takk til mine dyktige venar, Marlen og Martine, for at dykk tok dykk tid til å korrekturlese oppgåva mi. Det sett eg svært stor pris på!

Hild Maret, min trufaste studiepartner og gode veninne gjennom desse fem åra, tusen takk for fem fine år. Takk for gode råd, moralsk støtte, fjas og latter. Utan deg ville denne prosessen ha vore langt tyngre enn kva den har vore. Eg ser fram til eit eviglangt venskap og fleire «studieturar» i framtida.

Til slutt fortener min tolmodige sambuar, Ørjan, ein stor takk. Takk for at du har hatt trua på meg, og lyfta meg opp då motivasjonen var låg.

Trondheim, mai 2019

Andrea Storøy Rødseth

Innholdsliste

Samandrag	i
Forord	ii
1.0 Innleiing	1
1.1 Bakgrunn for temaet.....	1
1.2 Formål for oppgåva og problemstilling.....	1
1.3 Avgrensing av oppgåva	2
1.4 Oppbygging av oppgåva.....	3
2.0 Teori og tidlegare forskning	4
2.1 Kva er alkoholmisbruk?	4
2.1.1 Barn av alkoholmisbrukarar	5
2.2 Kva er resiliens?.....	6
2.2.1 Tidlegare forskning på resiliens – Kauai-undersøkinga	7
2.2.2 Posttraumatisk vekst	8
2.3 Risikofaktorar	8
2.4 Vernefaktorar	10
2.4.1 Sjølvoppfatning	11
2.4.2 Meistring	12
2.4.3 Hjelpesøkande åtferd	14
2.4.4 Sosial attribusjon	15
2.4.5 Betydninga av gode relasjonar	16
2.5. Å vere agent i eige liv.....	17
3.0 Forskingsdesign og val av forskingsmetode	18
3.1 Val av forskingsmetode.....	18
3.1.1 Semistrukturert intervju	18
3.2 Vitskapsteoretisk forankring.....	19
3.2.1 Forforståing	19
3.3 Intervjuguide	20
3.4 Utval og rekruttering	21
3.5 Gjennomføring av intervju	23
3.6 Transkripsjon	24

3.7 Analyse og tolking	25
3.7.1 Kategorisering	26
3.7.2 Hermeneutisk fortolking	27
3.8 Kvalitet i kvalitativ forskning	27
3.8.1 Pålitelegheit	27
3.8.2 Gyldigheit	30
3.8.3 Overføringsevne	30
3.9 Etske betraktningar	30
4.0 Presentasjon og drøfting av funn	33
4.1 Presentasjon av informantane	33
4.2 Individuelle vernefaktorar	34
4.2.1 Positiv sjølvopfatning og meistringsdugleikar	34
4.2.2 Å vere agent i eige liv	42
4.2.3 Sjølvbeskyttande attribusjonsmønster	45
4.2.4 Hensiktsmessige stressmeistringsstrategiar	48
4.3 Betydinga av gode relasjonar	53
4.3.1 Gode relasjonar til lærarar	53
4.3.2 Gode relasjonar og venskap med jamnaldrande	55
5.0 Oppsummerande drøfting og avslutning	57
5.1 Oppsummerande drøfting	57
5.2 Studien sine styrkar og avgrensingar	60
5.3 Vegane vidare	60
Litteraturliste.....	62
Vedlegg.....	66
Vedlegg 1 – Godkjenning frå NSD.....	66
Vedlegg 2 – Informasjonsskriv og samtykkeskjema	68
Vedlegg 3 – Intervjuguide.....	72

1.0 Innleiing

1.1 Bakgrunn for temaet

Torvik og Rognmo (2011) anslår at det er rundt 90 000 barn i Noreg (8,3 %) som har minst éin forelder som misbruk alkohol, og at rundt 70 000 barn (6,5 %) har foreldre med eit såpass alvorleg alkoholmisbruk at det sannsynlegvis går ut over den daglege funksjonen. Borge (2010) hevdar at det til ei kvar tid er mellom 160 000–230 000 barn som veks opp med foreldre som misbruk alkohol. Det er altså vanskeleg å anslå noko nøyaktig tal på dette, men det er tydeleg eit problem for mange barn, og som det er naudsynt å ta tak i.

Forsking viser også at barn i familiar der foreldre misbruker alkohol, har auka risiko for å utvikle alkoholproblem, psykososiale og åtferdsmessige vanskar (Killén, 2009). Torvik og Rognmo (2011) hevdar at utbreiinga av psykiske lidingar blant barn og unge kunne vore 7,8 % lågare dersom ingen foreldre misbrukte alkohol. Andre konsekvensar som har kome fram, er at dette er born som ikkje blir «sett» og gitt god nok omsorg, og forsking viser også at det å oppdage eller sjå desse barna kan vere svært avgjerande for barn og unge sin vidare oppvekst og livskvalitet (Killén, 2003, 2004; Nordahl, Sørлие, Manger & Tveit, 2005). Samtidig vil det ikkje vere alle born av alkoholmisbrukarar som utviklar slike vanskar, nokon klarar seg bra til tross for risikoen. Dei fleste barn viser stor tilpassingsdugleik og klarar seg bra på sikt, sjølv om det er vanskar i familien (Torvik & Rognmo, 2011).

Kvifor er det slik at nokon barn klarar seg bra og nokon ikkje? Omgrepet resiliens kan knytast til det å klare seg bra til tross for risikoen disse barna opplev i oppveksten. Resiliens vil eg gå nærmare inn på i kapittel 2.3, men kan litt forenkla seiast å innebere ei relativt positiv utvikling til tross for at barnet har hatt erfaringar med situasjonar som inneber ein relativ stor risiko for å utvikle problem og avvik (Rutter, 2000). Ein slik risiko kan til dømes vere å vekse opp med alkoholmisbrukande foreldre. Vernefaktorar er faktorar som dempar slike risikofaktorar, og medfører at barn som opplev til dels store risikofaktorar i livet, likevel klarar seg bra (Gunnestad, 2017).

1.2 Formål for oppgåva og problemstilling

Det er ikkje så mykje lærarar kan gjere for foreldra når dei misbruker alkohol, men born brukar store delar av dagen og livet sitt på skulen, og eg håper at lærarar kan fremme resiliens for barn av alkoholmisbrukarar. Det står også i den generelle delen av læreplanen at:

Målet for opplæringa er å ruste barn, unge og vaksne til å møte livsens oppgåver og meistre utfordringar saman med andre. Ho skal gi kvar elev kompetanse til å ta hand om seg sjølv og sitt liv, og samtidig overskott og vilje til å vere andre til hjelp. (Utdanningsdirektoratet, 2015, s. 2)

Skulen skal altså vere ein arena som skal gi eleven kompetanse til å ta hand om seg sjølv og eige liv, og gi dei kompetanse som skal hjelpe elevane å meistre eigne liv. Dette er eit mål som kan vere ekstra utfordrande med tanke på elevar som veks opp i ein heim med mykje alkohol, og som står i fare for å kunne utvikle både eigne alkoholproblem, psykososiale og åtferdsmessige vanskar (Killén, 2009). Sjølve målet kan sjåast i samanheng med omgrepet resiliens. Resiliens handlar om å klare seg bra, altså å blant anna kunne meistre eige liv, og resiliens kan difor vere eit sentralt omgrep når det er snakk om korleis skulen kan oppfylle dette målet. På den måten blir dette eit aktuelt tema for meg som framtidig lærar og spesialpedagog.

I denne oppgåva ønsker eg difor å sjå på kva slags vernefaktorar som har betydning for ei relativt positiv utvikling barn av alkoholmisbrukarar. Ved å finne ut kva vernefaktorar som har hatt betydning for ei relativt positiv utvikling hos personar som har vakse opp med alkoholmisbrukande foreldre, kan vi få auka kunnskap om kva fokus lærarar bør ha når dei jobbar med å fremme resiliens hos barn av alkoholmisbrukarar. Skulen er ein plass barn tilbringar store delar av sin barndom på, og kan difor vere ein viktig arena for barna si resiliensutvikling. Målet med mi forskning vil altså vere å finne ut av kva slags vernefaktorar for resiliens som har hatt betydning for ei positiv utvikling hos tidlegare barn av alkoholmisbrukarar, og slik få auka innsyn og kunnskap om kva læraren kan gjere for å fremme resiliens hos barn av alkoholmisbrukarar. Eg ønsker difor å undersøke problemstillinga:

«Kva slags vernefaktorar har hatt betydning for ei relativt positiv utvikling hos personar som har vakse opp med alkoholmisbrukande foreldre?»

1.3 Avgrensing av oppgåva

Det er truleg mange vernefaktorar som har betydning for ei relativt positiv utvikling hos barn av alkoholmisbrukarar. På grunn av omfanget av oppgåva og for å gjere denne studien mest mogeleg relevant for mi rolle som framtidig lærar og spesialpedagog, har eg valt å avgrense oppgåva til primært å omhandle vernefaktorar som det kan tenkast at lærarar kan påverke.

Ein føresetnad for resiliens er at det er risiko til stade i oppveksten. I denne oppgåva vil ikkje det vere eit stort fokus på risikofaktorar hos barn av alkoholmisbrukarar, men heller på vernefaktorar.

1.4 Oppbygging av oppgåva

Oppgåva er bygd opp av fem kapittel. I kapittel 1 blir bakgrunn for tema og oppgåvas formål og problemstilling presentert. Kapittel 2 vil ta føre seg relevant teori og tidlegare forskning som skal hjelpe meg å svare på problemstillinga. I kapittel 3 vil eg gjere greie for forskingsmetodisk tilnærming og sjølve forskingsprosessen. Det vil også reflekterast rundt kvalitet i kvalitativ forskning og etiske prinsipp. I kapittel 4 vil studiens funn bli presentert og drøfta i lys av relevant teori. Til slutt vil det i kapittel 5 først kome ei oppsummerande drøfting der eg prøver å trekke saman trådane i ei avslutning, deretter vil eg gi ei skildring av studiens avgrensingar før eg til slutt seier noko om vidare forskning.

2.0 Teori og tidlegare forskning

I dette kapittelet vil eg presentere teori og tidlegare forskning som skal hjelpe meg å svare på problemstillinga mi. Eg vil også definere sentrale omgrep.

2.1 Kva er alkoholmisbruk?

Alkohol er det mest utbreidde rusmiddelet i Noreg, om lag 90 % av vaksne drikk alkohol. Det meste av rusmisbruket i Noreg er difor knytt til alkohol (Torvik & Rognmo, 2011). I ICD og DSM – høvesvis den europeiske versus den amerikanske diagnosemanualen, finn ein to diagnosar som er relatert til alkohol; alkoholavhengigheit og alkoholmisbruk. Diagnosen alkoholmisbruk, blir nemnt som «skadeleg bruk» i ICD og som «alkoholmisbruk» i DSM. Alkoholmisbruk utan avhengigheit vært kjenneteikna ved drikking som medfører helseskade, enten psykisk eller somatisk, eller som medfører tilbakevendande problem på ulike områder som til dømes det å utføre daglege plikter, hamne i konflikt med loven, bruke alkohol i farlege situasjonar eller nedsett sosial funksjon (Torvik & Rognmo, 2011).

Alkoholavhengigheit kjenneteiknast utover dette ved utvikling av blant anna høg toleranse for alkohol, fysisk avhengigheit i form av abstinens når ein ikkje drikk, at mykje av tida går med til å skaffe alkohol, drikke og kome seg igjen. Samstundes kjem sosiale konsekvensar og vedvarande ønskje om eller mislukka forsøk på å kontrollere eller avslutte alkoholbruken (Torvik & Rognmo, 2011). Dersom kriteria for alkoholavhengigheit er oppfylt, kan man ikkje sette diagnosen alkoholmisbruk/skadeleg bruk, og avhengigheit er difor meir alvorleg (Torvik & Rognmo, 2011).

Alkoholmisbruk er eit vidt omgrep, men i denne oppgåva har eg i likskap med Torvik og Rognmo (2011) valt å bruke alkoholmisbruk som ein samlebetegnelse for dei to diagnosane alkoholmisbruk og alkoholavhengigheit. Dette er fordi barn og unge påverkast av foreldra sin alkoholbruk sjølv om det «berre» er misbruk eller om det er snakk om avhengigheit, og dei to diagnosane vil i prinsippet omfatte same fenomen. Hansen (1994) hevdar at eit rusproblem eksisterer når bruk av rusmidlar verker forstyrrande på dei oppgåvene og funksjonane som skal ivertakast i ei familie, og når det belastar og forstyrrar dei kjenslemessige banda mellom menneske.

Barn og unge vil kunne tenkast å utsettast for tilnærma dei same risikoane og belastningane uansett om det er snakk om misbruk eller avhengigheit. Denne oppgåva tek føre seg barn som har vakse med éin forelder som har misbrukt alkohol, men kor tungt og langvarig misbruket har vore varierer. Felles for alle informantane er likevel at misbruket har hatt negative

konsekvensar for deira oppvekst, og at det har vore ein risikofaktor i deira oppvekst. Misbruket har også gått utover foreldrefunksjonen til den forelderen det gjeld, og felles for alle informantane er at dei opplev at forelderen forandra seg når han/ho konsumerte alkohol og at denne endringa var skremmande for informanten.

2.1.1 Barn av alkoholmisbrukarar

Det er vanskeleg å samanlikne barn i ulike familiar, om dei utsetjast for same type av, men ulike grad av risiko. Då med tanke på om det er begge foreldra som drikk, kor tungt misbruket er, kor lenge misbruket føregår, kor mykje det går utover foreldra si evne til omsorg og foreldrefunksjonen (Borge, 2010). Men som regel er det ikkje sjølve inntaket av alkohol, mengda av det som konsumerast eller typen rusmidlar, som skapar problem for barna, men det som ofte bekymrar og skremmer barnet mest er den forandringa som skjer med foreldre når dei er rusa. Barna kan då oppleve at foreldre som elles er omsorgsfulle, snille og merksame, blir utilgjengeleg, egoistiske og uinteresserte. Ei slik forandring kan vere skremmande, fordi omgivnadane blir mindre føreseielege og trygge (Hansen, 1994). Denne forandringa kan vere svært ulik blant forskjellige vaksne. Nokon blir sinte og ofte valdelege, mens andre kan bli surrete og klarar dermed ikkje å halde tråden i ein samtale, og nokon kan også bli blide og medgjerlege. Felles for alle er likevel at barnet opplev å miste den vaksne si merksemd (Hansen, 1994). Forandringar kan også oppstå hos den edrue forelderen på bakgrunn av den andre forelderens problem. Den edrue forelderen kan bruke mykje tid på å prøve å skjerme barnet frå den alkoholmisbrukande forelderen, og på kampen på å avgrense inntaket av rusmidlar og på ordne opp i andre konsekvensar alkoholmisbruket fører med seg. På den måten kan barnet oppleve at det også missar den andre forelderen si omsorg og merksemd (Hansen, 1994).

Yngre barn som veks opp med foreldre som misbruker alkohol opplev ofte at det er vanskeleg eller nesten umogeleg å hente hjelp og støtte frå utanforståande, dei veit ofte ikkje at det finst eit hjelpeapparat eller tørr ikkje å nytte seg av det. Eldre barn og vaksne som har vakse opp med foreldre som misbruk alkohol har ofte låg sjølvkjensle, vanskar med å setje ord på kjensler og kan også føle skyld og skam (Nordlie, 2003). Hansen (1994) skriv at alkoholmisbruk er eit tabu i dagens samfunn, og at dette tabuet skaper skam, noko som gjer det vanskeleg for barna å søke hjelp. Dette fører til at dei ikkje har nokon dei kan snakke om kjenslene sine med, eller som kan støtte dei i den vanskelege situasjonen, som igjen kan føre til at barnet utviklar låg sjølvkjensle. Ved den subjektive opplevinga av skam vil ein ofte føle

seg blottstilt og verdiløst, og slik avgrensar skamma sjølvkjensla (Thompson & Berenbaum, 2006).

2.2 Kva er resiliens?

Resiliens er eit vidt omgrep, som avheng av blant anna risikofaktorar, vernefaktorar og genar. I denne oppgåva har eg valt å utelate genar som ein faktor for resiliens, både på grunn av omfanget av oppgåva og fordi det enno er mykje forskning som står att før ein kan seie noko om kva genar har å seie for utvikling av barns resiliens.

Resiliens er eit fornorska omgrep frå det engelske ordet «resilience» (Borge, 2010). Borge (2010) hevdar at omgrepet resiliens dreier seg om barn si motstandskraft mot å utvikle psykiske problem til tross for oppleving av risiko og truande omgivnader. Det som er sentralt i forståinga av resiliens, er det at resiliens meir enn noko anna er snakk om å unngå ein problemfylt tilvære. Samtidig hevdar Borge (2010) at ein passe dose risiko er ein føresetnad for å utvikle resiliens.

Michael Rutter er ein av dei viktigaste bidragsytarane til resiliensforskinga (Borge, 2010). Han definerer resiliensomgrepet slik: «Resilience is operationally defined in terms of a relatively good outcome despite the experience of situations that have been shown to carry a major risk for the development of psychopathology» (Rutter, 2000, s. 653).

Rutter (2000) hevder altså at resiliens er relativt god utvikling til tross for stor risiko. Borge (2010) meiner det er viktig å merke seg at fokuset i denne definisjonen er relativ motstandskraft mot psykososial risiko. Det finst altså ikkje éin type resiliens og éin type risiko, risikoen og resiliensen vil variere i form av grader av psykisk velvære (Borge, 2010).

Olsen og Traavik (2010) definerer omgrepet resiliens slik: «Resiliens handler om å ha klart seg bra i livet på tross av erfaring med belastningar som for mange ville ha medført psykiske helseproblem» (Olsen & Traavik, 2010, s. 34). Vi kan sei at både Borge (2010), Rutter (2000) og Olsen og Traavik (2010), hevder at resiliens handlar om å klare seg bra til tross for belastningar og risiko som kunne medført psykisk helseproblem. Eg vil i denne oppgåva nytte meg av definisjonen til Rutter (2000), der resiliens handlar om ei relativt positiv utvikling.

Men kva vil ei relativt positiv utvikling innebere? Luthar (2006) definerer det å klare seg bra eller ei relativt positiv tilpassing, som det beste moglege utfallet som kan oppnåast gitt den opplevde risikoen. I møte med svært traumatiske opplevingar, blir det å unngå negative konsekvensar av risikoen definert som fråvær frå alvorlege psykiske helseproblem. Ifølgje

Luthar (2006), vil altså det å klare seg bra handle om fråvær frå alvorlege psykiske helseproblem. Waaktaar og Christie (2000) har eit anna syn på dette. Dei meiner at det er fleire kriterium som må bli oppfylt for å kunne vise til ei positiv utvikling. I motsetning til Luthar (2006) meiner Waaktaar og Christie (2000) at det må vere fråvær av ein psykiatrisk diagnose. Olsen og Traavik (2010) diskuterer desse to synspunkta og meiner at Waaktaar og Christie (2000) sine kriterium er for strenge, og at lettare psykiske helseplager og diagnoser som til dømes fobiar, lettare formar for angst og depresjon ikkje treng å ha noko å seie for om ein person har «klart seg bra». Olsen og Traavik (2010) meiner at dersom ein person med risikofaktorar i oppveksten klarar å stå i ein jobb eller studere, har fråvær frå alvorlege psykiske helseproblem og har ein viss grad av sjølvopplevd livskvalitet, vil ein kunne sei at personen har hatt ei relativ positiv utvikling. Eg vil i denne oppgåva bruke definisjonen til Olsen og Traavik (2010), for å forklare kva ei relativt positiv utvikling inneber.

Det er også viktig å merke seg at resiliens ikkje er eit eingongsfenomen, men må forståast som vedvarande prosessar som i varierende grad er til stade i oppveksten, og som vil få betydning for livet som vaksen (Borge, 2010). «A resilience pattern may be evident with respect to some types of adversity but not others» (Rutter, 2015, s. 341). Eit barn kan altså vere resilient i høve ein situasjon, men ikkje i ein annan. Resiliens er altså ikkje eit fast personlegdomstrekk som følgjer ein person heile livet, men eit fenomen som kan variere frå situasjon til situasjon og som utviklar seg i takt med individuelle og sosiale forandringar (Rutter, 2015). Resiliens oppnåast via eit unikt samspel mellom barnets individuelle eigenskapar og eigenskapar i miljøet, og må ikkje forvekslast med uttrykket «løvetannbarn» (Borge, 2010). Løvetannbarn blir sett på som risikobarn som nærmast har magiske krefter i seg sjølv som fører til at dei klarar seg bra uansett risiko. Eit slikt omgrep blir difor misvisande då det gir tankar om at resiliens berre avheng av eigenskapar ved barnet (Borge, 2010).

2.2.1 Tidlegare forskning på resiliens – Kauai-undersøkinga

Emmy Werner og Ruth Smith følgde opp ei gruppe med barn som vart fødd i 1955 gjennom meir enn 40 år, den såkalla Kauai-undersøkinga. Denne studien har vore heilt sentral innanfor resiliensforskinga, og føregjekk på øya Kauai i staten Hawaii. Werner og Smith ønskte å undersøke kva som karakteriserte dei risikobarna og familien som klarte seg bra, og denne studien var det første dømet på direkte forskning på resiliens (Borge, 2010). Studien tok for seg fleire risikofaktorar, og ein av dei var utviklinga til barn som hadde foreldre med alkoholproblem. Werner og Smith (1992) såg på kjenneteikn ved resiliente og ikkje-resiliente

barn av alkoholikarar då barna var 2, 10 og 18 år. Dei fann at dei resiliente barna hadde: eit temperament (personlegdom) som vekka positiv merksemd hos den personen som hadde det primære omsorgsansvaret, gjennomsnittleg intelligens og gode evner til å skrive og lese, ambisjonar om å gjennomføre ei utdanning og få eit betre liv enn kva foreldra hadde, eit godt sjølvbilete og trur på at dei kunne klare seg sjølve og ingen alvorleg sjukdom. Familien til dei resiliente barna gav barnet god omsorg dei fyrste leveåra, til tross for fråvær av éin eller begge foreldra, barna fekk ingen fleire sysken dei første to leveåra, konflikhtar og kranglar blei unngått i denne perioden, mødrene var yrkesaktive då barna var 2–10 år og det var færre skilsmisser då barna var i ungdomsalderen (Werner & Smith, 1992).

2.2.2 Posttraumatisk vekst

Eit anna fenomen som kan forklare positiv utvikling er posttraumatisk vekst. Resiliens og posttraumatisk vekst kan seiast å grense opp mot kvarandre då begge handlar om ei positiv utvikling, og det kan difor også vere vanskeleg å skilje desse frå kvarandre (Kvello, 2015). Det som ser ut til å skilje dei er at resiliens speglar risikofaktorar som har påverka barnet over tid, i tillegg til at det kan vere fleire risikofaktorar til stede samtidig. Posttraumatisk vekst handlar derimot ofte om eit enkeltraume, og ei positiv endring i ein person sitt liv i etterkant av ein traumatisk hending. Det kan oppstå av seg sjølv, eller mens personen går i psykoterapi. Det at personen som går igjennom traumet anerkjenner påverknaden traumet har, er eit sentralt kjenneteikn. Posttraumatisk vekst aukar dersom personen opplev god sosial støtte frå familien og elles i nettverket. Slik vekst er også knytt til somme personlegdomstrekk som optimisme og gode meistringsstrategiar, og ein kombinasjon av sosial støtte og desse personlegdomsstrekka gir best sjans for posttraumatisk vekst. Dei som har opplevd slik vekst fortel om korleis desse trauma har gitt dei noko, dei har modna, sett større pris på gode relasjonar og innser kva som er viktig i livet og tek med seg denne lærdommen vidare i livet (Kvello, 2015).

Ifølgje Kvello (2015), er det uklart korleis man skal skilje modning hos barn og unge frå posttraumatisk vekst. Kvello definerer det slik: «Modning kan defineres som utvikling etter en genetisk styrt plan. Et eksempel kan være at man komme i puberteten og blir kjønnsmoden» (Kvello, 2015, s. 27). Modning er altså ei naturleg utvikling.

2.3 Risikofaktorar

Risikofaktorar kan vere faktorar i barnet sjølv, faktorar i heimen og det sosiale miljøet, eller faktorar ved kulturen og samfunnet som aukar sannsynet for utvikling av ulike vanskar

(Gunnestad, 2017). Det finst mange typar risiko, og Borge (2010) snakkar om tre ulike typar; individuell, familiær og samfunnsmessig risiko. Risiko kan vere meir eller mindre alvorlege, mange risikofaktorar kan vere kroniske og fleire risikofaktorar kan også opptre samtidig (Borge, 2010). Individuell risiko er, ifølgje Borge (2010), til dømes medfødde problem, eller problem i samband med komplikasjonar ved fødselen og utvikling av alvorlege tilpassingsproblem. Det kan også vere knytt til barnet status som til dømes om barnet er flyktning, barnevernsbarn eller liknande og barns personlegdom eller temperament er også forbunde med individuell risiko. Den samfunnsmessige risikoen kan til dømes vere naturkatastrofar, eller menneskeskapte katastrofar som terrorangrep eller liknande. Den familiebaserte risikoen er knytt til vaksne og deira rolle som foreldre. Dømer på familiære risiko kan til dømes vere disharmonisk ekteskap, hyppige og alvorlege kranglar, omsorgssvikt eller alkoholmisbruk, som vil vere sentralt i denne oppgåva (Borge, 2010). Dette kallar Borge (2010) direkte risikofaktorar, fordi dei rører ved barna direkte. Indirekte risikofaktorar kan til dømes vere forhold ved arbeidsplassen eller samfunnsforhold som kan vere med på å forverre situasjonen heime (Borge, 2010).

Borge (2010) snakkar også om to forskjellige mål på alvorgrad for psykososial risiko. Det eine målet er kor mykje samspel det er mellom ulike risikotypar. Gunnestad (2017) skriv i denne samanhengen om omgrepet kumulativ risiko. Det inneber at ulike risikofaktorar samverkar og forsterkar verknadane av kvarandre. Kvello (2015) seier at når fleire risikofaktorar opptre saman over tid og med ei viss styrke, kan det få store negative konsekvensar for barnet si utvikling og barnets psykiske helse.

Det andre målet for alvorgraden av psykososial risiko er, ifølgje Borge (2010), om det er ein akutt eller kronisk risiko. Akutt risiko er ulike hendingar som har hendt éin gong eller over ei kort periode, som til dømes ei ulukke eller eit overgrep. Dette kan vere svært belastande for eit barn. Kronisk risiko er når eit barn opplev gjentatte tilfelle av til dømes vald eller andre formar for omsorgssvikt, og slik kronisk risiko er meir skadeleg enn akutt stress ifølgje Borge (2010). Dømer på slik risiko kan vere alkoholmisbruk hos foreldre, langvarig foreldrekonflikter eller å bli utsatt for mishandling av foreldre. (Borge, 2010). Olsen og Traavik (2010) trekk også fram det å vekse opp med foreldre med alkoholmisbruk som ein slik kronisk risiko. Det kan då tenkast at barnet blir offer for gjentatte svik og skuffelsar.

Omsorgssvikt er manglande tilsyn og involvering der foreldra brukar lite tid til å samhandle med sine barn og er dårleg orientert om kva slags vanskar barna deira kjem opp i (Ogden, 2009). Ifølgje Kvello (2015) viser forskning at omsorgssvikt aukar risikoen for å utvikle ein

rekke psykiske lidingar og psykiske problem, og at det å vakse opp med rusmiddelbrukande foreldre gir auka risiko for eit breitt spekter av vanskar som kan ha alvorlege konsekvensar for deira utvikling og livskvalitet. Omsorgssvikt kan delast inn i fleire grupper ifølgje Kvello (2015). Nokon av desse er: 1) Lite eller manglande beskyttelse mot farar, som vil sei at barnet utsetjast for fysiske farar. Dette kan til dømes vere at barnet får vere på plassar med ein betydeleg risiko for å bli påført skader. 2) Mangel på tilsyn, som inneber å forlate barnet utan tilsyn eller med nokon som ikkje er eigna til å ta vare på barnet, eller å ikkje i rimeleg grad ha kontroll over kvar barnet er. 3) Parentifisering, som handlar om at barnet til dømes får for store arbeidsoppgåver, både av praktisk og emosjonell art, der den emosjonelle parentifiseringen ser ut til å vere mest skadeleg (Haugland, 2006; Kvello, 2015).

2.4 Vernefaktorar

Arve Gunnestad beskriv vernefaktorar som: «Beskyttelsesfaktorer er faktorer som demper eller reduserer verknaden av risikofaktorar i barns liv. Det er faktorar som medfører at barn som opplever til dels store risikofaktorar, kan vise god utvikling» (Gunnestad, 2017, s. 51). Det å styrke vernefaktorane er ein måte å bruke kunnskapen om resiliens på, men ein må også redusere eller minke risikofaktorane. Gunnestad (2017) hevdar likevel at dersom ein styrker vernefaktorane inneber det ofte ein reduksjon av risikofaktorane. Vernefaktorane påverkar kvarandre og må sjåast i samanheng, på same måte som risikofaktorane. Kvar enkelt individ har ulik sårbarheit med tanke på risikoen dei utsetjast for, og det finst førebels lite studiar som tek for seg kva slags vernefaktorar som verkar for det enkelte individ (Rutter, 2015). Man oppheld seg difor i eit noko uavklart felt når man ønsker å arbeide med faktorar som fremmer resiliens. Forsking har likevel kunne vise til nokon overordna faktorar som kan verke beskyttande med tanke på å redusere problem hos barn som kjem frå familiar med stor risiko (Waaktaar, Torgersen & Christie, 2007). Det er i likskap med risikofaktorane vanleg å dele vernefaktorane inn i tre overordna kategoriar: individuelle vernefaktorar, som omhandlar eigenskapar ved individet, vernefaktorar i familien og vernefaktorar i miljø utanfor familien som til dømes skulen (Kvello, 2015). Eg vil i denne oppgåva ta utgangspunkt i individuelle vernefaktorar og vernefaktorar ved miljøet, då vernefaktorar i familien ikkje er noko ein lærar i skulen kan gjere så mykje med.

For å gjere denne oppgåva mest mogeleg relevant for mitt felt, vil eg ha fokus på vernefaktorar som lærarar kan påverke. Olsen og Traavik (2010) trekk fram tru på eigne krefter, sjølvoppfatning, meistring, temperament, hjelpesøkande åtferd og indre attribusjon som individuelle vernefaktorar man kan påverke i skulen. I tillegg trekk dei fram gode

relasjonar som ein vernefaktor i miljøet. Dette samsvarar med mange av funna til Werner og Smith (1992) og med individuelle faktorar som Waaktaar og kollegar (2007) trekk fram som sentrale individuelle vernefaktorar. Det å kunne seie noko om temperament kan tenkast å vere vanskeleg, då dette er ein del av ei komplisert utredning. I samråd med rettleiar har eg difor valt å utelate denne faktoren i denne oppgåva. Eg vil difor ta utgangspunkt i dei andre vernefaktorane Olsen og Traavik (2010) trekk fram, og dei vil bli presentert i neste del.

2.4.1 Sjølvoppfatning

Borge (2010) hevder at sjølvoppfatninga er svært viktig for resiliensprosessen.

Sjølvoppfatning er eit vidt omgrep (Olsen & Traavik, 2010; Skaalvik & Skaalvik, 2013).

Olsen og Traavik (2010) bruker det som eit paraplyomgrep som rommar både sjølvtilitt, sjølvbilete, sjølvkjensle og eigenverd, samt tru på egne krefter. Vidare hevdar dei at forskarar brukar desse omgrepa om kvarandre, noko som kan opplevast som forvirrande. Eg vel difor i likskap med Olsen og Traavik (2010), å bruke omgrepet sjølvoppfatning, som eit paraplyomgrep som rommar sjølvkjensle, sjølvtilitt og tru på egne krefter. Sjølvkjensla vil i likskap med sjølvbildet og sjølvverdet handle om kven vi er i våre egne auger, og difor vil ikkje sjølvbiletet og sjølvverdet bli diskutert i denne oppgåva. Det som påverkar sjølvoppfatninga er blant anna tilbakemeldingar frå andre på det vi gjer, anerkjenning frå andre og kjensla av meistring (Skaalvik & Skaalvik, 2013). Skaalvik og Skaalvik (2013) viser også til at forskarar framhev at sjølvoppfatninga kan delast inn i ulike område, slik som: sosial, emosjonell, fysisk/motorisk, moralsk og akademisk.

Sjølvkjensla handlar om ein person verdsett seg sjølv høgt eller lågt, og om det å ha eit positivt eller negativt syn på seg sjølv på ulike områder i livet. Den handlar om ein generell kjensle av å vere verdt noko, at man er ein person som er verdt å elske - og er på den måten sjølv grunnmuren i mennesket. Sjølvkjensla blir styrka av at vi blir sett og anerkjent for den vi er (Olsen & Traavik, 2010). Låg sjølvkjensle kan føre til negative konsekvensar for den psykiske helsa (Skaalvik & Skaalvik, 2013). Ei låg sjølvkjensle kan blant anna kan føre til eller har samanheng med suicidale tankar, sjølvskading, alvorleg depresjon og rusmisbruk (Juil, 1996; Mann, Hosman, Schaalma & de Vries, 2004).

Sjølvtilitt beskriv Olsen og Traavik (2010) som det ytre stillaset. Den blir påverka av meistring og ros, og er meir knytt til meistring og prestasjonar. Sjølvtilitten handlar altså om kva og kor godt vi etter eiga oppfatning meistrar eller presterer. Vi kan ha god sjølvtilitt på eit område og dårleg på eit anna, og man kan ha god sjølvtilitt utan å ha ei god sjølvkjensle (Olsen & Traavik, 2010).

Self-efficacy blir blant anna oversett til tru på egne krefter, meistringforventing, mesistringstru, sjølvkraft og oppgåvespesifikk sjølvtilitt (Olsen og Traavik, 2010; Skaalvik & Skaalvik, 2013). Eg vil vidare i denne oppgåva i likskap med Olsen og Traavik (2010) bruke tru på egne krefter, men også meistringstru for å få betre flyt. Sjølve omgrepet viser til ei optimistisk tru på seg sjølv (Bandura, 1997; Schwarzer, 1992). Vår grad av tru på egne krefter seier noko om i kor stor grad vi føler at vi har kontroll over ting som påverkar livet vår, og høg grad av tru på egne krefter, viser til at vi trur det nyttar å ta i bruk våre krefter og ressursar i ulike situasjonar vi møter i livet (Befring, 2012). Barn som har låg tru på sine krefter vil fort senke innsatsen eller gi opp når dei møter på problem. Då kan dei også tenke at «det er ikkje vits å prøve, for eg får det sikkert ikkje til uansett», og då vil dei stå i fare for å utvikle det som Seligman (2011) kallar *lært hjelpelausheit*. Lært hjelpelausheit er ein sjølvopppyllande profeti på bakgrunn av automatiske negative tankar, og vil føre til at barnet opplever å ha liten kontroll og påverknadskraft over eige liv (Olsen & Traavik, 2010). Seligman (2011) hevdar at han og hans kollegar gjennom 15 år med forskning har funne at nøkkelen til å motvirke slik lært hjelpelausheit er ei optimistisk grunnhaldning. Dei fant at personar som ikkje gir opp, har for vane å tolke tilbakeslags som midlertidige, lokale eller mogeleg å forandre (Seligman, 2011). Seligman (1992) hevdar dessutan at depresjonar, angst og ei kjensle av å mislukkast stammar frå ei kjensle av lært hjelpelausheit.

Albert Bandura er kjent for å ha utvikla sosial-kognitiv læringsteori, og han var også opptatt av *self-efficacy* eller tru på egne krefter. Bandura (1997) presenterer fire faktorar som kan sjåast på som avgjerande med omsyn til å skape endringar i vår tru på egne krefter. Den første handlar om at positive erfaringar vil påverke vår tru på egne krefter positivt, og negative erfaringar vil påverke negativt, mens den andre faktoren handlar om at å sjå at andre lukkast kan ha ei positiv påverknad på vår tru på egne krefter. Den tredje faktoren som påverkar vår tru på egne krefter positivt, er forventningar og positive tilbakemeldingar på pågåande arbeid eller oppgåver, frå signifikante andre. Mens den fjerde faktoren som påverkar tru på egne krefter er i kva slags grad vi har entusiasme eller bekymring i forhold til oppgåva som skal utførast. Dersom vi klarar å kontrollere eventuelle negative kjensler, kan det påverka vår tru på egne krefter positivt (Bandura, 1997).

2.4.2 Meistring

Olsen og Traavik (2010) skriv at forskning på resiliens framhev meistring som ein av dei mest sentrale vernefaktorane for resiliens, då menneske har eit genuint behov for å meistre. Gjennom å styrke barna sine meistringsdugleikar styrkar vi også deira sjølvopppfatning, og slik

blir sjølvoppfatning og oppleving av meistring nært knytt til kvarandre (Olsen & Traavik, 2010). Meistring og resiliens kan vere litt vanskeleg å skilje, og blir difor ofte brukt om kvarandre i faglitteraturen. Men Olsen og Traavik (2010) seier at meistring skil seg frå resiliens ved at risiko ikkje er ein føresetnad for å snakke om meistring, og at det i større grad er basert på læring. Meistring kan altså brukast om både vanlege og belastande livssituasjonar, og kan forståast som åtferd. I samband med resiliens kan vi ifølgje Waaktaar og Christie (2000) sjå på meistringsomgrepet på tre måtar. Den første er meistrings som kompetanse innan dugleikar, som til dømes faglege dugleikar i skulen eller dugleikar i hobbyar, sport og aktivitetar. Den andre er meistring som sosial kompetanse, mens den tredje er som stressmeistringsstrategiar (Waaktaar & Christie, 2000).

Forsking viser at det at barn opplever dagleg meistring er ein av dei mest effektive strategiane for å styrke barna si tru på seg sjølv (Thompson, 2006). Slik meistring kan finne sted på både skulen, heime og på fritida. Gjennom hobbyar eller fritidsaktivitetar kan barna utvikle evner og interesser som kan føre til meistringskjensle. Werner og Smith (1992) fann at resiliente barn har mange fritidsaktivitetar og hobbyar. Dette kan knytast til at det å ha eit talent i noko kan verke som ein vernefaktor (Waaktaar & Christie, 2000).

Når det kjem til meistring som sosial kompetanse er sosiale dugleikar og kunnskap om når, kvar og korleis ein skal anvende desse, sjølve kjernen (Olsen & Traavik, 2010). Ogden (2015) definerer sosial kompetanse som:

Sosial kompetanse er kunnskaper, ferdigheter og holdninger som gjør det mulig å etablere og vedlikeholde sosiale relasjoner. Den fører til en realistisk oppfatning av egen kompetanse, og er en forutsetning for sosial mestring, sosial akseptering og for venskap. (Ogden, 2015, s. 27)

Ut frå definisjonen kan ein seie at sosial kompetanse er ein føresetnad for sosial meistring, og er difor viktig for barnet si oppleving av meistring på dette området. Sosial kompetanse både krev kunnskapar, dugleikar og haldningar for å etablere og vedlikehalde sosiale relasjonar. Den sosiale kompetansen kan difor også seiast å vere ein viktig føresetnad for å etablere gode relasjonar som er ein annan vernefaktor for resiliens.

Vi kan dele stressmesitringstrategiar inn i to typar: dei aktivitetsretta og dei emosjonelle (Olsen & Traavik, 2010; Skre et. al., 2007). Dei emosjonelle handlar om alle måtar som personen forsøker å tilpasse seg på i staden for å endre situasjonen. Det vil sei at man finn andre måtar å tenke på, og sett problema ein har i nye perspektiv i staden for å endre på sjølve

situasjonen. Her snakkar man ofte med andre om sine problem og ventilerer sine følelsar. Dei aktivitetsretta strategiane handlar om kva man kan gjere for å oppattrette balansen i systemet, og man kan avleie seg sjølv og gløyme at man har det vanskeleg med til dømes dataspel eller trening (Olsen & Traavik, 2010). Kva slags stressmeistringsstrategi som er best, avheng både av individet og situasjonen (Olsen & Traavik, 2010).

Skre og kollegaer (2007) fann i ei undersøking av norske ungdom at jenter meistrar vanskelege situasjonar ved å vere saman med andre oftare enn kva gutar gjer. Dei har ein større tendens til å snakke seg igjennom vanskelege situasjonar. Gutar brukar oftare enn jenter strategien å «avleie seg sjølv», som er ein meir aktivitetsbasert strategi. Dømer på dette kan være at dei spelar spel eller til dømes tek seg ei treningsøkt. Det å avleie seg sjølv på denne måten korrelerer positivt med resiliens, og Skre og kollegaer (2007) knyt denne strategien til å vere indirekte forbunde med positiv tenking og difor ein funksjonell stressmeistringsstrategi.

Andre forskarar forklarar desse stressmeistringsstrategiane litt annleis, dei brukar problemfokusert meistringsstrategi i staden for aktivitetsretta. Den problemfokuserte meistringsstrategien veljast når personar meiner at dei har gode mogelegheiter til å fjerne sjølve stressoren (Aldao, Nolen-Hoeksema & Schweizer, 2010; Nolen-Hoeksema, Wisco og Lyubomirsky, 2008). Dei hevdar også at ein meistringsstrategi som er prega av at personen er sterk opptatt av dei vanskelege følelsane, kombinert med unnvikande strategiar, er nært knytt til det å ha psykiske lidingar (Aldao, Nolen-Hoeksema & Schweizer, 2010; Nolen-Hoeksema, Wisco og Lyubomirsky, 2008).

2.4.3 Hjelpesøkande åtferd

Brudal (2006) skriv at «affiliation», eller hjelpesøkande åtferd, er eit sentralt kjenneteikn på resiliens. Perry (1990) sitert i Brudal (2006, s. 122) definerer omgrepet slik:

The individual deals with emotional conflicts, or internal or external stressors, by turning to others for help or support. By affiliating with others, the individual can express him or herself, confide problems, and feel less alone or isolated with a conflict or problem. This may also result in receiving advice or concrete help. (Perry, 1990 sitert i Brudal, 2006, s.122)

Ut frå definisjonen kan vi sjå at viktige aspekt ved hjelpesøkande åtferd er at gjennom å utrykke sine kjensler og problem til andre og med støtte og hjelp frå dei, kan individet føle seg mindre aleine om dei vanskane det opplev. Brudal (2006) trur at årsaka til at fleire jenter enn gutar utviklar resiliens kan vere fordi jenter oftare søker hjelp i vanskelege situasjonar.

For å fremme denne hjelpesøkande åtferd må skulen gjere kanalar, som til dømes helsesøster eller andre trygge vaksne, lett tilgjengeleg for barnet. I tillegg er det nødvendig at desse kanalane har den rette kompetansen, og då først og fremst kommunikasjons- og relasjonskompetanse (Olsen & Traavik, 2010).

2.4.4 Sosial attribusjon

Omgrepet sosial attribusjon handlar om dei forklaringane vi gir våre eigne og andre menneske sine haldningar og handlingar, altså ein årsaksforklaring (Olsen & Traavik, 2010; Kvello, 2015). Skaalvik og Skaalvik (2013) delar årsaksforklaringane inn i indre og ytre forklaringar. Indre forklaringar har med oss sjølv å gjere, og kan blant vere evner og innsats. Ytre forklaringar er ytre faktorar som til dømes flaks. I tillegg er attribusjonsteorien opptatt av graden av kontrollerbarheita av det som skjer. Det vil sei om individet er i stand til å kontrollere det som skjer, eller om det avheng av faktorar som individet ikkje kan kontrollere. Evner blir sett på som mindre kontrollerbare, mens innsats er meir kontrollerbart sidan individet sjølv vel kor mykje innsats han/ho ønsker å legge ned. Indre årsaksforklaringar blir ofte rekna som eit teikn på at man har ei oppleving av å styre sitt eige liv, og glede vil ofte vere større når ein attribuerar til indre forklaringar som evner eller innsats fordi man då ser på seg sjølv som årsaka til suksessen. Attribuering til indre forhold er difor ofte ønskeleg (Olsen & Traavik, 2010). Samtidig kan slike indre forklaringar også vere ugunstig i situasjonar som man ikkje har kontroll over. Dersom barn av alkoholmisbrukarar til dømes skyldar på seg sjølv, og trur at det er hans/hennar feil at foreldra misbrukar alkohol kan dette føre til ein destruktiv skyldkjensle, nedsett forventingar om meistring og sosioemosjonelle vanskar (Olsen & Traavik, 2013).

Kvello (2015) skriv at personar som blir sett på som resiliente, utmerkar seg med eit sjølvbeskyttande attribusjonsmønster, mens personar som ikkje opplev å ha kontroll og som opplev at dei er styrt av ytre forhold, skårar seg sjølv til å ha lav livskvalitet og rapporterer også i høg grad om symptom på psykiske og somatiske lidningar. Eit sjølvbeskyttande attribusjonsmønster er knytt til ei positiv sjølvoppfatning, oppleving av høg livskvalitet og god psykisk helse (Kvello, 2015). «Begrepet *selvbeskyttende attribusjonsmønster* henspiller på å ha en indre stabil attribuering ved sine suksesser og en ytre og ustabil attribuering ved sine nederlag.» (Kvello, 2015, s. 153).

2.4.5 Betydninga av gode relasjonar

Ein god relasjon inneber ein stabil og nær tilknytning til ein annan person. Ei nær tilknytning kan forklarast med at barnet opplev å bli sett, altså at det får omsorg, støtte, oppmuntring og anerkjenning (Luthar, 2006).

Olsen og Traavik (2010) hevdar at den kanskje viktigaste resiliensfaktoren er ein varm og støttande relasjon til minst éin av foreldra eller ein annan signifikant vaksenperson i nær familie eller nettverk. Werner og Smith (1992) hevdar også at eit kjenneteikn på barn av alkoholmisbrukarar som utviklar resiliens er at éin av foreldra fungerer bra, og gir barnet positiv merksemd. Samtidig så er det dessverre slik at i mange familiar der ein av foreldre misbruk alkohol så vil den andre forelderen bruke mykje av si tid på den andre forelderen og såleis opplevast som fråverande (Hansen, 1994).

Andre vaksne enn sjølve kjernefamilien kan også til ei viss grad erstatte ein god relasjon til foreldra og på den måten fungere som ein viktig vernefaktor (Luthar, 2006). Studiar gjort av *Regionsenter for barn og unge psykiske helse* på NTNU viser at ein god lærar–elev-relasjon er særst viktig for elever som har psykisk helseplager. Eit dårleg forhold mellom lærar og elev kan auke sannsynet for at eleven utviklar psykiske problem i ettertid (Tunstad, 2013). Barn av alkoholmisbrukarar har som tidlegare nemnt allereie ein auka risiko for å utvikle psykiske problem, og på den måten blir det difor ekstra viktig at desse barna ikkje utviklar eit dårleg forhold til læraren sin.

Gode relasjonar i skulen, blant jamnaldrande og nærmiljøet kan også virke beskyttande (Olsen & Traavik, 2010). Det å ha gode venar eller å ha tilhøyring i ei gruppe med jamnaldrande kan spesielt sjå ut til å ha ein beskyttande effekt for ungdommar med risiko i heimen. Desse venane bør helst ikkje tilhøyre belastande miljø, og også fungere betre enn kva risikobarnet gjer sjølv (Luthar, 2006). Gode sosiale dugleikar vil kunne vere ei føresetnad for at barnet skal kunne etablere venskap og gode relasjonar. Men gode venskap kan også hjelpe barnet å utvikle gode sosiale dugleikar, då barn lærer av kvarandre. Slik kan positive venskap sjåast i samanheng med barnets sosiale kompetanse som også vil vere ein vernefaktor for resiliens.

Venskap kan dessutan sjåast på som ein vernefaktor mot einsemd, då studiar viser at ungdom som oppgjev at dei har gjensidige venskap rapporterer mindre grad av einsemd (Bowker & Spencer, 2010). Einsemd kan, ifølgje Heinrich og Gullone (2006), ha konsekvensar for mennesket si psykiske helse. Ein norsk studie viser også at det er ein av dei viktigaste

forklaringane til kvifor elever har tankar om å slutte på vidaregåande (Frostad, Pijl & Mjaavatn, 2015).

2.5. Å vere agent i eige liv

Uthus (2017) hevder at teorien om «human agency» og dei fire eigenskapane man må ha for å fungere som agent i eige liv, bør ha ei svært sentral rolle i det forebyggande psykiske helsearbeidet i skulen, fordi denne teorien bygger opp om gi alle barn og unge styrke til å meistre eigne liv. Bandura (2006) skriv om omgrepet *human agency*, som på norsk kan omsetjast til agent i eige liv (Skaalvik & Skaalvik, 2013). Ifølgje Bandura (2006) handlar det å vere agent i eige liv om å sjølv kunne ta styringa over eige liv og vere med på forme å påverke sin eigen livssituasjon og eige liv. ”To be an agent is to influence intentionally one’s functioning and life circumstances” (Bandura, 2006, s.164).

Bandura (2006) hevdar at mesitringstru ein føresetnad for å kunne vere agent i eige liv. Vidare skriv Bandura (2006) at det er fire eigenskapar som må vere til stade for at man kan fungere som agent i eige liv. Den første eigenskapen er intensjonar (intentionality), og den handlar om å kunne sette seg mål og vurdere kva som skal til for å nå eit bestemt mål. Den andre eigenskapen er førestillingar om framtida (forethought). Den handlar om evne til å førestille seg framtida, og til å bruke pårekna framtidige hendingar som retningsgivande drivkraft og meiningsgrunnlag for sine handlingar og mål. Sjølvregulering (self-reactiveness) som er den tredje eigenskapen, handlar om å blant anna å ha evne til å utarbeide ein hensiktsmessig plan der man vurderar og justerar undervegs i prosessen dersom det er naudsynt. Den fjerde og siste eigenskapen er sjølvrefleksjons (self-reflectiveness). Denne eigenskapen handlar om å kunne reflektere over meininga ved målet.

3.0 Forskingsdesign og val av forskingsmetode

I dette kapittelet vil eg gjere greie for mine forskingsmetodiske val som ligg til grunn for planlegging og gjennomføring av studien. Først vil eg gjere greie for det kvalitative forskingsintervjuet, deretter vitenskapsteoretisk forankring, for deretter å fortelje om korleis eg gjekk fram då eg skulle utforme intervjuguiden. Eg vil så presentere mine kriterium for utvalet og korleis rekrutteringa føregjekk, for så å gjere greie for gjennomføringa av intervjuet. Deretter vil eg gå inn på korleis eg omarbeida mitt datamateriale, og til slutt vil eg seie noko om kvaliteten i forskingsarbeidet og etiske betraktningar.

3.1 Val av forskingsmetode

Det er problemstillinga og formålet med problemstillinga som avgjer kva slags forskingsmetode som skal nyttast i prosjektet (Kleven, 2011). I denne oppgåva er problemstillinga: «*Kva slags vernefaktorar har hatt betydning for ei relativt positiv utvikling hos personar som har vakse opp med alkoholmisbrukande foreldre?*». Eg ønsker altså gjennom denne problemstillinga å finne ulike vernefaktorar som har hatt ei betydning for informantane si positive utvikling. Det vil då vere gunstig å sjå på tidlegare barn av alkoholmisbrukarar sine erfaringar og opplevingar frå oppveksten, for å finne ut kva slags vernefaktorar som har hatt betydning. Då er eg avhengig av informantar som kan dele sine opplevingar og erfaringar om dette fenomenet, og det har difor vore naturleg å velje ei kvalitativ tilnærming for å belyse mi problemstilling. Den kvalitative forskingsmetoda karakteriserast ved at forskaren søkjer ei forståing av sosiale fenomen, og eit av hovudmåla med kvalitativ metode er å utvikle ei forståing for korleis menneske opplev sin eigen situasjon og sosiale røynd (Thagaard, 2013).

3.1.1 Semistrukturert intervju

Eg har vidare valt å gjennomføre intervju framfor observasjon for å undersøke problemstillinga mi. I det kvalitative forskingsintervjuet gjer forskaren eit forsøk på å forstå verda frå intervjupersonen si side (Kvale & Brinkmann, 2017). Det vil sei at man prøver å fremje ei meining ut i frå individets subjektive erfaringar, og avdekke og få innsikt i deira sine opplevingar. Det dannast ei nær kontakt mellom forskar og informant i det kvalitative forskingsintervjuet, og det opnar for at forskaren kan få fyldig kunnskap om enkeltindividets forståing og refleksjon av sosiale fenomen, på bakgrunn av informanten sine skildringar og refleksjonar (Kvale & Brinkmann, 2017). Det kvalitative forskingsintervjuet eignar seg dessutan til å studere tema som kan vere personlege og sensitive, ifølgje Thagaard (2013), og mitt tema kan tenkast å vere eit slikt sensitivt tema. På bakgrunn av at dette er eit sårt tema,

har eg også valt å gjennomføre individuelle intervju, framfor gruppeintervju. Individuelle intervju er også meir hensiktsmessig med tanke på at eg er ein relativt uerfaren forskar.

Det kvalitative forskingsintervjuet kan delast inn i tre typar; opent intervju, semi-strukturert intervju eller strukturert intervju. Det opne intervjuet har hovudtema som er bestemt på førehand, er prega av lite struktur og kan betraktast som ein samtale mellom forskar og informant. I eit strukturert intervju er alle spørsmål utarbeida på førehand og rekkefølga til spørsmåla er fastlagt (Thagaard, 2013). Eg har i dette prosjektet valt å nytte meg av eit semi-strukturert intervju. Eit semi-strukturert intervju har førehandsbestemte tema og forslag til spørsmål som man ønsker å få belyst i løpet av samtalen, og slik får man gå i djupna på dei temaa som er sentrale for problemstillinga. Samstundes gir eit slikt intervju rom for openheit ved at forskaren er open for det informanten fortel og nye tema som ikkje var planlagt på førehand kan dukke opp. Forskaren kan då følgje opp dei spesifikke svara som gis og stille spontane oppfølgingsspørsmål, og slik få ny forståing for temaet undervegs (Kvale & Brinkmann, 2017; Dalen, 2011; Thagaard, 2013). Det semi-strukturerte intervjuet blei då gunstig for meg, sidan eg ønsket informantane sitt perspektiv på tematikken og fordi eg ville gjennom nokon førehandsbestemte tema, samtidig som eg var open for at nye tema eller ny forståing av temaet kunne dukke opp. Dei førehandsbestemte temaa var ulike vernefaktorar, basert på tidlegare forskning som eg ønska å sjå om eg fann hos informantane mine, og nye tema var til dømes andre vernefaktorar som dukka opp under intervjuet og analysen av datamaterialet.

3.2 Vitskapsteoretisk forankring

Forskarens vitskapsteoretiske forankring har betydning for det forskaren søkjar informasjon om, og dannar eit utgangspunkt for den forståinga forskaren utviklar gjennom forskingsprosessen. Denne oppgåva vil ha ei hermeneutisk tilnærming. Hermeneutikk er, ifølgje Fay (1996), læra om fortolking av skrevet tekst. Hermeneutikken er ein vitskapsteoretisk retning som framhev betydninga av å fortolke folk sine handlingar gjennom å fokusere på eit djupare meiningsinnhald enn det som umiddelbart er innlysande (Thagaard, 2013). For å få tak i den djupare meninga i det informanten fortel må budskapet settast inn i ein samanheng eller ein heilskap (Dalen, 2011).

3.2.1 Forforståing

Gjennom hermeneutisk tradisjon blir kunnskap til ein pågåande fortolkingsprosess der både forskarens forståingshorisont og inngang til tematikken har stor betydning (Fay, 1996). I møte

med informantane i intervjusituasjonen og med datamaterialet vil forskaren alltid stille med ei forforståing (Dalen, 2011). Forforståing og forståingshorisont blir brukt om kvarandre som omgrep, og handlar både om haldningar og oppfatningar som kan påverke meg som forskar. Denne forforståinga er tileigna både gjennom tidlegare erfaringar rundt fenomenet som studerast, og gjennom teori og annan relevant litteratur. Informanten sine utsegn og fortellingar fortolkast av forskaren i ein intervjusituasjon, og fortolkinga blir påverka av forskaren si forforståing (Dalen, 2011). Eg har sjølv vakse opp med ei mor som var alkoholmisbrukar, og dette er sjølv sagt noko mine oppfatningar og haldningar er prega av. I tillegg vil mi forforståing vere prega av at no er masterstudent i spesialpedagogikk og av den litteraturen eg har lest. Forskaren si forforståing kan vere ei svakheit ved intervju som metode, og eit sentralt spørsmål blir difor om eg som forskar må legge vekk denne i intervjustudien. Den kvalitative forskaren vil aldri kunne ha ei heilt objektiv haldning til forskingsprosjektet, og det er ikkje slik at man som forskar kan la vere å påverke den kvalitative forskinga. Ein kvalitativ forskar vil sjølv vere eit verktøy i forskingsprosessen (Kvale & Brinkmann, 2017). Det blir difor eit spørsmål om det Berger (2015) beskriv som refleksivitet i forskning. Eg må snu forskarperspektivet på meg sjølv for å anerkjenne og vere medviten på eiga rolla i forskinga, og den effekten mi forforståing kan ha på tolkinga av datamaterialet (Berger, 2015). Dette vil sei at eg i tolkinga av materialet må vere bevisst på å skilje mine opplevingar og informantane sine opplevingar frå kvarandre, og at eg heile tida må tenkje over korleis min bagasje påverkar mine tolkingar (Berger, 2015).

3.3 Intervjuguide

Intervjuguiden (Vedlegg nr. 3) var noko er begynte å arbeide med allereie på hausten. Det å utvikle gode og opne spørsmål, var noko eg såg på som svært viktig for datainnsamlinga og eg har difor nytta meg av vegleiing og brukt mykje tid på å utvikle intervjuguiden. Mi forforståing og bakgrunn som lærarstudent har påverke temaa eg valte. Bakgrunnen min medførte at eg tidleg vart merksam på at eg måtte vere bevisst på refleksivitet (Berger, 2015). Refleksivitet viser til ein sirkulær relasjon mellom årsak og verknad, og brukast ofte for å beskrive ein prosess mellom forskar og forskingsarbeid (Berger, 2015). Forskar sin bakgrunn og syn på fenomenet kan ifølgje Berger (2015) påverke blant anna kva spørsmål som stillast. Eg har difor til ei viss grad prøvd å legge til side mi forforståing og støtta meg til tidlegare forskning og relevant teori når eg skulle utvikle spørsmål og tema til intervjuguiden. Nokon av temaa og spørsmåla vil likevel vere prega av mi forforståing, då det ikkje vil vere mogeleg å

legge denne heilt bort. Men samtidig har mine erfaringar vore til nytte, då eg har klart å setje meg inn i og kjenne meg igjen den teorien eg har lest.

Under fyrste semester i spesialpedagogikk var resiliens eit omgrep vi brukte mykje tid på, og det er på bakgrunn av dette og inspirasjon frå boka *Resiliens i Skolen* av Olsen og Traavik (2010) at eg valte å ha fokus på vernefaktorar i denne oppgåva. Tema og spørsmål vil difor til ei viss grad fokusere på vernefaktorar frå denne boka, og intervjuguiden er difor utleia av noko teori og basert på vernefaktorane som er presentert i kapittel 2.5. Dette har også ført til at nokon kategoriar i analyseprosessen dukka opp allereie i utviklinga av intervjuguiden. Når eg satt saman spørsmåla passa eg på at dei omhandla alle vernekategoriane frå det teoretiske utgangspunktet. Slik var eg sikker på at eg kom innom dei temaa eg ønska. Samtidig var eg opptatt av å utvikle opne spørsmål som kunne invitere informanten til å reflektere over temaa han/ho blei spurt om, og gi fyldige svar (Thagaard, 2013). Ved å stille opne spørsmål opna det også opp for at ny kunnskap, og tema som eg ikkje hadde tenkt på kunne kome fram. Slik blei informantane sitt perspektiv ivaretatt.

Fyrst i intervjuguiden kjem det nokså nøytrale emne med spørsmål om bakgrunnen til informanten og liknande. Dette gjorde eg fordi Thagaard (2013) hevdar at det kan vere greitt å starte med nøytrale emne før man gradvis beveg seg meir inn på meir emosjonelt lada emne. Dette kan også roe informanten dersom han/ho er usikker på kva det inneber å delta i eit intervju (Thagaard, 2013). Eg avslutta også med meir nøytrale tema, og spørsmål som opna opp for at informanten kunne seie frå om det var noko anna han/ho meinte va viktig å ha med.

3.4 Utval og rekruttering

Eg nytta meg av eit strategisk utval då eg søkte etter aktuelle informantar til dette prosjektet. Dette inneber ifølgje Thagaard (2013) at man vel intervjuobjekt ut frå førehandsdefinerte kvalifikasjonar eller eigenskapar som er strategisk i forhold til problemstillinga i studien sine teoretiske perspektiv. Med omsyn til det som er etisk forsvarleg valte eg å rekruttere vaksne informantar, fordi eg reknar det som uforsvarleg at eg som ein uerfaren forskar skal intervju barn som framleis lev med alkoholmisbruk i heimen, og som ikkje har hatt moglegheit til å omarbeide opplevingar frå barndommen. Eg måtte difor finne unge vaksne som hadde vakse opp med éin eller fleire foreldre som hadde misbrukt alkohol. Eit krav eg satt var at informanten måtte vere mellom 20 og 30 år. Dette var med tanke på at eldre personar kan tenkast å vere meir reflektert rundt det som skjedde i barndommen fordi dei har fått det meir på avstand, men samtidig kunne ikkje dei vere for gamle med tanke på minne og for å kunne

relatere dette mest mogleg til dagens skule. Det blei også bevisst valt å ikkje stille nokon krav til alvorlighetsgraden av alkoholmisbruket fordi forskning viser at det er foreldrefunksjonen som har størst verknad på barnet tryggleik og utvikling (Hansen, 1994). Eg ville finne informantar som hadde klart seg bra til tross for risikoen dei hadde i oppveksten, og eg tok då utgangspunkt i Olsen og Traavik (2010) og Luthar (2006) sine prinsipp for å ha klart seg bra. Grunnen til detta var at eg som ein uerfaren forskar korkje har den rette kompetansen eller erfaringa til å kunne intervju menneske med alvorlege psykiske helseproblem. Det kan også tenkast at det ville vere vanskeleg å få tak denne gruppa. Thagaard (2013) hevdar at dei som er villige til å delta i undersøkingar ofte føler at dei meistrar sin livssituasjon og difor ikkje har noko imot innsyn frå forskaren. Utvalet mitt vil difor kunne seiast å vere prega av ei skeivheit, og dette er noko eg må ta omsyn til når eg skal prøve å finne svar på problemstillinga mi (Thagaard, 2013).

Då eg fekk godkjenning av prosjektet frå NSD (Vedlegg 1), la eg ut eit informasjonsskriv på Facebook-profilen min. Eg valte å gjere dette fordi eg har eit stort nettverk, og fordi eg har møtt mange som har vakse opp med foreldre som misbruk alkohol gjennom ulike møter på forskjellige avrusingsklinikkar. Ved å gjere det slik blei deltakelsen mest mogleg frivillig, det var berre dei som ønskte å delta som tok kontakt med meg. Etter nokon dagar hadde eg rekruttert fire informantar. Alle fire var kjenningar av meg frå forskjellige plassar i Norge, og denne relasjonen var også noko eg måtte reflektere over. Dette vil eg gå nærmare inn på i kapittel 3.8.1.1 og 3.9. Eg fekk også ein femte informant nokon veker seinare. Denne informanten var ikkje ein kjenning av meg, men vart rekruttert ved at ein annan kjenning av meg hadde lest innlegget mitt og sendt det vidare til denne informanten. Eg enda difor opp med fem informantar, der alle var jenter.

Utvalet kan kritiserast for å vere lite, men innanfor rammene av eit masterprosjekt sett tid og ressursar er ei avgrensing for utvalet storleik. Kvale og Brinkmann (2017) viser også til at inntrykket frå nyare intervjustudier er at det ofte er ein fordel å ha eit mindre tal av intervju og heller bruke meir tid på å forberede og analysere intervju. Det er også mogleg å seie interessante ting om kultur og samfunnet ut frå ei analyse av berre få tilfelle (Kvale & Brinkmann, 2017). Ei anna avgrensing er at alle informantar er unge kvinner, og det kan difor diskuterast om funne er relevante for unge menn som har vakse opp med mor eller far som er alkoholmisbrukar. Dei førehandsbestemte vernefaktorane er basert på tidlegare forskning på både jenter og gutar, og kan slik sett tenkast å vere sentrale for begge kjønn. På den måten kan

det også tenkast at funna i denne oppgåva også kan vere sentrale for både jenter og gutar, men det er likevel ikkje sikkert.

Eg har valt å gi informantane mine fiktive namn for å beskytte deira anonymitet. Namna dei har fått er: Amalie (24 år), Annika (25 år), Kine (24 år), Linn (20 år) og Mathilde (26 år). Alle er under høgare utdanning, kvinner og har vakse opp med éin forelder som har misbrukt alkohol. To av informantane hadde vakse opp med ein far som var alkoholmisbrukar og tre med ei mor som var alkoholmisbrukar.

3.5 Gjennomføring av intervju

Informasjonsskriv og samtykkeskjema (Vedlegg nr. 2) blei sendt ut på førehand til informantane. Då dette skjemaet blei sendt ut og underskreve var problemstillinga: «*Korleis kan skulen legge til rette for at barn av alkoholmisbrukarar skal få ei resilient utvikling?*». Dette er ikkje heilt i tråd med den problemstillinga eg har i dag, men formålet kan seiast å stort sett vere det same. Thagaard (2013) hevdar at det er viktig at forskaren endrar og utviklar problemstillinga i takt med nye forståingar av datamaterialet, og dette er noko eg har tatt omsyn til.

Eg bestemte meg også for å sende tema for intervjuet til informantane, slik dei visste kva dei gjekk til og for at intervjusituasjonen skulle kjennast trygg. I intervjuet valte eg å bruke diktafon og dette var noko informantane blei informert om og godkjente på førehand. Dette gjorde eg fordi det gav meg moglegheit til å berre konsentrere meg om sjølve intervjuet og informanten min, og fordi det gir meir fyldig data ifølgje Thagaard (2013). Det at eg ikkje måtte sitte å notere alt som blei sagt undervegs, førte til at eg lettare kunne følgje opp det informanten min fortalte og intervjuet blei meir som en profesjonell samtale (Kvale & Brinkmann, 2017). Det gav meg også betre moglegheit på å gi umiddelbar respons på det som blei fortalt, noko som kan tenkast å vere positivt når informantane skal snakke om vanskelege tema.

I gjennomføringa av intervjuet, var det viktig for meg at informantane kjente seg trygge på meg og omgivnadane. Informantane fekk difor sjølv velje tid og stad for intervjuet. Tre av intervjuet fant stad på eit grupperom på studiestaden til informantane mens dei to andre fant stad heime hos informantane. Dette var stadar der informantane var kjente og følte seg trygge, og det skapte difor eit godt utgangspunkt for intervjuet. Sjølve intervjuet hadde ein varigheit på ca. 70–90 minuttar.

Før sjølve intervjusituasjonen snakka vi om laust og fast om det som var naturleg, og deretter fortalte eg igjen om formålet med studien, om konfidensialitet, anonymisering og informantens andre rettigheter. Informanten fekk også tid til å sjå gjennom informasjon- og samtykkeskjemaet ein gong til før dei signerte det, og dei fekk stille spørsmål dersom det var noko dei lurte på før vi begynte. Eg presiserte også at det ikkje var nokon svar som var feil i denne situasjonen, og at eg var interessert i deira opplevingar og erfaringar. Samtidig gjorde eg det også klart at dei kunne ta pause når dei ville, og at dei kunne ta seg tid til å tenke før dei svarte sidan mange av spørsmåla handla om ting som hadde hendt når dei var unge. Eg valte også å fortelje om min eigen bakgrunn og oppvekst med ei alkoholisert mor. I denne situasjonen måtte eg difor igjen tenke over refleksivitet i kvalitativ forskning (Berger, 2015). Korleis dette påverka intervjusituasjonen vil eg seie meir om i kapittel 3.8.1.1.

Under intervju brukte eg prober, som Kvale og Brinkmann (2017) forklarar som det å stimulere informanten til å produsere meir informasjon. Typiske prober eg brukte var stillheit, ekko og oppmuntring til å fortsette gjennom bekreftande lydar som «mhm» (Kvale & Brinkmann, 2017). Mi erfaring er at bruken av stillheit i denne situasjonen førte til at informanten fekk meir tid til å tenke, og dermed kunne informanten produsere meir informasjon. Bruken av bekreftande lydar såg også ut til å gjere informantane meir komfortabel når dei fortalte om vanskelege ting.

3.6 Transkripsjon

Under intervju brukte eg som sagt diktafon, og det medførte at det vart naudsynt å transkribere det munnlege intervjuet til eit skrifteleg materiale. Eg enda til slutt opp med 90 dataskrivne sider med transkripsjon. Eg valte å transkribere intervju mine på dialekt for å prøve å få fram den rette meininga i det som blei sagt. Men det som blir presentert i analysekapittelet vil oversett til nynorsk for å bevare informantane sin anonymitet. Eg valte å ikkje transkribere heilt ordrett for å unngå kunstige konstruksjonar (Kvale & Brinkmann, 2017). Med det meiner eg at til dømes dersom oppbygginga av eit utsegn vart veldig oppstykket ved at informanten til dømes sa: «Det var altså slik at på den tida... Det var slik at.. Eller.. På den tida var det slik at», så tok eg berre med «På den tida var det slik at», for å ikkje gjere transkripsjonen så tungvint og for å ikkje fordumme informantane. Eg var nøye med at eg ikkje skulle miste noko meiningsinnhald når eg gjorde dette. Stadar der slik formuleringar såg ut til å vere viktig for meiningsinnhaldet transkriberte eg difor ordrett. Samtidig har eg tatt med ord som «eeh», «hmm» eller liknande der dei ser ut til å ha ei betydning for meiningsinnhaldet.

Transkripsjonen dannar grunnlaget for den byrjande analysen ifølgje Kvale og Brinkmann (2017), og eg reknar det difor som ei styrke at eg har transkribert intervju sjølv. På den måten kunne eg som forskar på best mogleg måte ivareta utvekslinga som føregjekk mellom meg og informanten.

3.7 Analyse og tolking

«Tolking og analyse kan ses som to sider av samme prosess, fordi vi ikke kan beskrive og kategorisere hendelsesforløp uten samtidig å tillegge hendelsene en mening» (Thagaard, 2013, s. 35). Det er altså vanskeleg å skilje tolking og analyse frå kvarandre, fordi prosessane føregår samtidig. Thagaard (2013) hevdar også at forståinga av data utviklast gjennom heile undersøkingsprosessen. Denne forståinga blir påverka både av forskaren sitt teoretiske utgangspunkt men også av tendensar i datamaterialet. Det finst fleire former for intervjuanalyse som til dømes analyse med fokus på språk, generelle analyser eller analyse med fokus på mening (Kvale & Brinkmann, 2017). Denne oppgåva har som sagt ei hermeneutisk tilnærming og eg ønsker å undersøke den djupare meininga ved det informantane fortel, og har difor valt å analysere med fokus mening. Her vil eg størst mogeleg grad forhalde meg refleksivt til eiga forforståing, men samtidig vil ikkje intervjupersonane sine forteljingar snakka for seg sjølv. Det er mi oppgåva som forskar å få fram gyldige fortolkingar av meningsinnhaldet i datamaterialet, og i kvalitativ forskning er det teorien som gir mening til datamaterialet, og tolking inneber nettopp å forklare ideane i lys av teorien (Nilsen, 2012). Eg har difor ved bruk av teori forsøkt å finne ei underliggende mening i det intervjupersonane fortalte.

I analyseprosessen skil vi ofte mellom ein induktiv eller deduktiv tilnærming. Ei induktiv analyse inneber å undersøke datamaterialet med det formålet å finne tema, mønster og kategoriar utan bruk førehandsbestemte teoriar (Nilssen, 2012). Den deduktive analyse vil i motsetning fokusere på å undersøke og organisere materialet etter førehandsbestemte og teoribaserte tema og mønster (Befring, 2007). Eg har i denne oppgåva analysert ut frå både eit teoretisk og deduktivt perspektiv ved at eg på førehand hadde nokon førehandsbestemte kategoriar, og med eit induktivt perspektiv ved at mønstre i datamaterialet har ført til utvikling av teorien og nye teoretiske perspektiv. Analyseprosessen er difor basert på abduksjon (Thagaard, 2013).

3.7.1 Kategorisering

I kvalitativ metode er det ikkje nokon standardiserte måtar å analysere datamaterialet på, men det finst råd om kva slag teknikkar man kan bruke. I denne oppgåva har eg henta inspirasjon frå ei teoridrevet innhaldsanalyse i tråd med Hsieh og Shannon (2005) sine skildringar. Det vil sei at teorien i hovudsak har styrt utforminga av kategoriane, i form av ei deduktiv kategoriutforming. Eg starta difor analysen ut frå dei teoristyrte kategoriane: individuelle vernefaktorar og betydninga av gode relasjonar. Der individuelle vernefaktorar i første omgang vart delt inn i underkategoriane: positiv sjølvoppfatning, meistring, attribusjon og hjelpesøkjande åtferd. Betydninga av gode relasjonar blei delt inn i: gode relasjonar til vaksne og gode relasjonar til jamnaldrande.

Inspirert av Hsieh og Shannon (2005), starta eg med å fargekode utsegn frå intervju ut frå underkategoriane, og deretter koda eg desse ut frå deduktive nøkkelord. Desse nøkkelorda vart utvikla på bakgrunn av teoretiske hovudtrekk ved dei ulike underkategoriane. Til dømes fekk underkategorien, hjelpesøkjande åtferd, fargen gul og nøkkelorda: «søker hjelp av vaksen» og «snakkar med venar». Dersom man finn noko i datamateriale som ikkje kan kodast i dei første forslaga til kategoriar, kan man gi desse nye koder og kategorisere dei i nye kategoriar, eller utvide eksisterande kategoriar. Målet med ei slik tilnærming er nemleg å validere eller utvide ein teori eller teoretisk rammeverk (Hsieh og Shannon, 2005). Dersom eg kom over sitat som ikkje passa med desse førehandsbestemte nøkkelorda eller til dei førehandsbestemte kategoriane, markerte eg desse med grå farge og gjekk tilbake seinare og utvikla nye induktive nøkkelord, som etter kvart vart samla i ein ny eller eksisterande kategori. Til dømes blei «ambisjonar om eit betre liv enn foreldra» ei induktiv kode eller nøkkelord, som eg etter kvart knyta saman med ein ny underkategori som fekk namnet agent i eige liv, og på den måten blei dette teoretiske perspektivet utvida. Eg prøvde også å sjå på teorien med kritiske auge, og sjå etter ting som ikkje stemte overeins med teorien eller som kunne vere med å utvide teorien.

I arbeidet med analysen oppdaga eg også at fleire av vernefaktorane heng saman med kvarandre, og til tider kunne vær vanskeleg å skilje frå kvarandre. Til dømes såg eg at på spørsmål som hadde som hensikt å finne ut noko om informanten si sjølvoppfatning, så var det vanskeleg å skilje om det var sjølvoppfatninga eller meistringsdugleikar som kunne ha betydning for ei relativt positiv utvikling hos informantane min. Desse påverka kvarandre gjensidig og blei difor slått saman til ein kategori. På spørsmål som hadde til hensikt å avdekke informantane si hjelpesøkjande åtferd, fann eg at informantane også hadde brukt

andre stressmeistringsstrategiar i dei vanskelege situasjonane, og eg valte difor å endre denne underkategorien til hensiktsmessige stressmeistringsstrategiar. Slik blei prinsippet om å ivareta informantens meiningar og legge til side mi forforståing ivaretatt, med at informantens utsegn og mønstre i data fører til utviding og utvikling av teori. Eg enda difor opp med desse individuelle vernefaktorane: positiv sjølvoppfatning og meistringsdugleikar, å vere agent i eige liv, sjølvbeskyttande attribusjonsmønster og hensiktsmessige stressmeistringsstrategiar. Betydninga av gode relasjonar enda opp med underkategoriane: gode relasjonar til lærarar, og gode relasjonar og venskap med jamnaldrande.

3.7.2 Hermeneutisk fortolking

I tolkingsprosessen har eg tatt utgangspunkt i den hermeneutiske sirkel. Denne inneber ein kontinuerleg fram- og tilbakeprosess mellom delar og heilskap. For å forstå meininga med noko, må man sette heilskapen i relasjon til delane og pendle mellom delar og heilskap (Kvale & Brinkmann, 2017). Vi forstår delane i ei tekst ut frå teksta som heilskap, og heilskapen blir forståeleg på bakgrunn av forståinga av enkeltdelane (Kleven, 2011). Eg pendla mellom delar og heilskap på den måten at eg først kategoriserte og koda utsegn som representerer delane, men samtidig prøvde eg å ivareta heilskapen ved å sette utsegna inn i ein ny heilskap lik den det opphavleg var ein del av. Etter kategoriseringa prøvde eg å lage meg eit heilskapsinntrykk for kvar av informantane innanfor dei ulike kategoriane (vernefaktorane). Dette gjorde eg ved å pendle mellom delane (utsegna) og sjå på samanhengen dei opphavleg var ein del av. I denne prosessen var eg kritisk på den måten at utsegn som var tatt ut av kontekst eller som ikkje tok vare på heilskapen blei valt bort, eller tolka på nytt og utvida dermed mi forståing. Dei utsegna som varetok heilskapen, blei tolka i lys av teorien.

3.8 Kvalitet i kvalitativ forskning

3.8.1 Pålitelegheit

I kvalitativ forskning handlar reliabilitet om forskinga si pålitelegheit. Slik pålitelegheit eller truverdigheit handlar om kor vidt forskinga er gjennomført på ein tillitsvekkande og påliteleg måte, og om ei kritisk vurdering av prosjektet (Thagaard, 2013). Eit særtrekk ved intervjusituasjonen er at den er kontekstuell som vil sei at den er avhengig av relasjon mellom forskar og dei som vært studert, og det er difor ikkje relevant å snakke om kor vidt prosjektet er repliserbart (Kvale & Brinkmann, 2017; Thagaard, 2013). For å sikre pålitelegheit i kvalitativ forskning blir omgrepet transparent relevant (Thagaard, 2013). Det handlar om å gjere forskingsprosessen gjennomsiktig, som inneber at eg som forskar gir ein detaljert beskriving av forskingsstrategi og analysemetodar slik at den som les forskingsrapporten kan

vurdere prosessen trinn for trinn (Thagaard, 2013). Dette har eg forsøkt å gjere ved å gi ei detaljert skildring i metodekapittelet. Samtidig er intervjusituasjonen som sagt kontekstuell, og for å sikre reliabiliteten vil eg difor også gjere greie for intervjukonteksten.

3.8.1.1 Intervjukonteksten

Eg har tidlegare skreve om mi forforståing og bakgrunn, og om korleis eg må vere bevisst rundt min eigen bagasje i forskingsprosessen, det Berger (2015) beskriv som refleksivitet i forskning. Dette kan eg knytte til faktoren intervjuar i konteksten. Kort summert vil det at eg er innanfor det miljøet som studerast kunne påverke konteksten i intervjuet, i tillegg vil min relasjon til informantane også kunne påverke denne.

Det at vi var kjenningar kan tenkast å føre til at informanten ikkje ønsker å vere like open, då det kan vere enklare å snakke om vanskelege tema med menneske du ikkje kjenner frå før. Eg vurderte det likevel slik at relasjonen eg hadde til informantane var god, og sidan dei sjølv hadde tatt kontakt, var dette temaet noko dei ønska å opne seg om. Vår relasjon og kjennskap opplevde eg som ein fordel, då informantane var langt meir opne ein kva eg hadde håpa på då rekrutteringa starta. Denne relasjonen ser difor ut til å ha påverka intervjusituasjonen på ein positiv måte, og den har nok også hatt betydning for konteksten, då det kan tenkast at ein annan intervjuar ikkje ville fått dei same svare.

Som eg har nemnt valte eg også å dele min bakgrunn med informantane. I samband med refleksivitet i forskning vil det handle det om å vere bevisst korleis min bagasje kan påverke studien, når eg som forskar delar informanten sine opplevingar. Det positive med å dele informanten sine opplevingar kan vere at eg kan ha ei særleg god forståing for det informantane fortel, eg klarar å sette meg inn i deira situasjon. Men på den andre sida kan det også tenkast at eg som forskar overser det som er forskjellig frå mine erfaringar (Berger, 2015). Eg har difor vore svært bevisst på at barn av alkoholikarar er ei svært heterogen gruppe, og prøvd å legge mine erfaringar til sides når det var nødvendig og vore open for det informantane mine har fortalt i intervjuet.

Ei anna fare er også ifølgje Berger (2015) at informantane kan halde tilbake informasjon som dei antek at intervjuar skjønner, altså at det blir tatt for gitt at eg forstår kva dei meiner. Eg var difor ekstra bevisst ovanfor informantane mine at dei måtte fortelje «heile historia» og eg stilte ofte det Kvale og Brinkmann (2017) kallar fortolkande spørsmål. Berger (2015) hevdar også at dette kan også påverke maktbalansen i intervjuet, og at nokon kan føle seg trua av min bakgrunn. I denne situasjonen kunne det tenkast at nokon av informantane ville tenke at

kanskje dei ikkje hadde hatt det «gale» nok, då det ikkje er eit ukjent fenomen at menneske samanliknar seg med kvarandre. Dette var noko eg reflekterte mykje over før eg bestemte meg for at eg ville vere open om min bakgrunn, men eg kom fram til at dersom eg var bevisst på forklare at det var informantane sine erfaringar og opplevingar som var det viktige, og at skilnadar var noko positivt, kunne mi openheit vere positivt for intervjusituasjonen. Berger (2015) seier også at det å dele informantane sine opplevingar også kan føre til at informantane opnar seg meir fordi det kan vere enklare å snakke om noko vanskeleg til andre som har vore gjennom mykje av det same. Samlege av informantane uttrykte i ettertid at det at eg hadde vår open om min bakgrunn gjorde dei meir komfortable med intervjusituasjonen, og at det var enklare å fortelje om korleis dei hadde hatt det til ein som kunne kjenne seg igjen i noko av det dei fortalte. Det ser difor ut til at min bakgrunn er noko som har påverka konteksten.

I intervjuet hadde eg den haldninga at eg skulle vær det Kvale og Brinkmann (2017) beskriv som «deltakaren». Det vil sei at eg ikkje såg på informantane sine skildringar og forteljingar som fakta som skulle analyserast, men som ytringar som skal samproduserast og utfordrast i intervjuets situerte aksjon (Kvale & Brinkmann, 2017). Eg var altså ikkje ein passiv tilskodar, men ein aktiv deltakar. Til tross for dette vil min bakgrunn og relasjon til informantane kunne påverke konteksten, og det er ikkje sikkert at ein annan forskar ville fått dei same svara.

Konteksten skapast også av informantane, og eg vil beskrive informantane mine som det Foley (2012) attgjeve i Kvale & Brinkmann (2017, s. 123), kallar for «læraren». Informantane blir då oppfordra til å utforske spørsmål og let stemmene deira blir høyrte. Dette kan også knytast til pålitelegheit i intervjuguiden, der eg prøvde utforme opne spørsmål som opna opp for at informantane kunne snakke meir fritt (Kvale & Brinkmann, 2017).

Med faktoren «kroppar» i intervjukonteksten, er det meint korleis til dømes kroppsspråket, alder og kjønn kan påverke konteksten og dermed reliabiliteten. Eg var i svært bevisst på å ha eit opent kroppsspråk i intervjuet, og dette gjorde eg fordi informantane skulle føle seg trygge. Informantane mine var jenter i alderen 20-26 år, altså same kjønn og aldersgruppe som eg er i. Denne faktoren påverka ikkje samtalekonteksten i nokon merkbar grad, men det kan tenkast at den ville gjort det om det til dømes var ein mann i 40-åra som gjennomførte intervjuet. Den siste faktoren «ikkje-menneske» handlar om til dømes om kva slags rolle diktafonen, rommet eller møblane si plassering spelar for intervjuet (Kvale & Brinkmann, 2017). Diktafonen var noko eg bekymra meg for på førehand av intervjuet, men mitt inntrykk er at denne ikkje påverka informantane si openheit i noko merkbar grad. Det kan likevel tenkast at informantane ville vår enda meir opne eller meir naturlege dersom det ikkje vart nytta

diktafon. Informantane fekk sjølv velje stad for intervjuet, og dette har nok påverke kor komfortable dei følte seg. Man vel gjerne ein stad der man føler seg komfortabel. Ved å gjere nøye greie for konteksten og ei detaljert skildring av forskingsstrategi og analysemetodar, har eg prøvd å sikre reliabiliteten eller pålitelegheita i oppgåva.

3.8.2 Gyldigheit

Validitet eller gyldigheit handlar om kor vidt det man presenterer i si forskning faktisk representerer eit gyldig bilete av den røynda vi har studert (Silverman, 2014). I tillegg dreiar det seg om i kor stor grad den metoden eg har valt er eigna for å undersøke det ønsker å få svar på (Kvale & Brinkmann, 2017). Eg har som sagt valt kvalitativ metode, og det vil difor vere rom for fortolkingar. For å styrke studien si gyldigheit har eg difor gjort greie for mi forforståing og teoretisk bakgrunn, og på den måten kan lesaren avgjere kritisk i kva slags grad desse forholda kan ha påverke tolkinga av resultatata. Tolkingane eg kjem fram til vil også grunnjevast ut frå teori, og dette vil også vere med på å sikre validiteten (Kvale & Brinkmann, 2017).

3.8.3 Overføringsevne

Dersom resultatata av intervjuundersøkinga kan vurderast som rimeleg gyldige og pålitelege, er det spørsmålet om overføringsverdi som står igjen. Overføringsevne handlar om dei resultatata eg har fått kan overførast til andre intervjupersonar, kontekstar og situasjonar (Kvale & Brinkmann, 2017). Det mine informantar meiner kan ikkje direkte overførast til andre barn av alkoholmisbrukarar, fordi det er ei stor og heterogen gruppe og fordi intervjusituasjonen er kontekstuell. Men sidan utvalet er valt ut frå strategiske og hensiktsmessige kriterium som representerer det fenomenet eg studerer, aukar resultatata sine gyldigheitsområde (Gall, Gall & Borg, 2007). Målet i kvalitativ forskning er ikkje å generalisere funne til heile populasjonen, men å utvide forståinga av det aktuelle fenomenet i studien (Kvale & Brinkmann, 2017). Målet med mi oppgåva er å få auka innsikt i kva slags vernefaktorar som har betydning for positiv utvikling hos barn av alkoholmisbrukarar, og det kan denne oppgåva argumentere for å ha fått, ved at informantane mine har opna seg og gitt meg innsikt i deira oppleving av dette fenomenet. Min studie kan difor ha ein viss overføringsevne, sjølv om eg ikkje kan generalisere funna.

3.9 Etiske betraktningar

Det finnes ei rekkje forskningsetiske retningslinjer forskaren i eit kvalitativt forskingsintervju må tenke over og ta omsyn til. Den nasjonale forskningsetiske komité for samfunnsvitenskap og

humaniora (NESH) har ei oversikteleg liste over dei forskingsetiske retningslinjene man bør følgje under eit forskingsprosjekt. Her er respekt for menneskeverdet eit sentralt punkt. Man skal først og fremst vise respekt for menneskeverd og personvern, og som forskar er man ansvarleg for at informantane er informert om prosjektets formål, at informanten gir sitt informerte samtykkje, informanten sin konfidensialitet skal sikrast og man skal sørgje for at personopplysingar lagrast forsvarleg og unngå at prosjektet inneber store negative konsekvensar for informanten (NESH, 2016).

Før eg sette i gang med prosjektet mitt søkte eg til *Norsk Samfunnsvitskapelege Datatjeneste* (NSD) for behandling av personopplysningar i prosjektet mitt. NSD sitt mål er å sikre konfidensialitet, og dei er opptatt av at all data skal behandlast og oppbevarast på rett og hensiktsmessige måte under studiar, og bli sletta ved prosjektslutt. NSD har godkjent mitt prosjekt (Vedlegg nr. 1), og tilrår at det kan gjennomførast. Informantane mine har skrivne under på eit informert samtykkje, men opplysingar om formålet med prosjektet og alle deira rettigheter. Sentralt i skjemaet var informasjon med tanke på konfidensialitet, anonymisering og rett til innsyn og til å trekkje seg. Før eg starta med prosjektet vurderte eg også kva konsekvensar deltakinga kunne få for informantane. Det blei då viktig for meg å ikkje stille for sensitive spørsmål og presisere for informantane at dei kunne seie i frå dersom det kom eit spørsmål dei ikkje ville svare på. I forhold til forskarrolla har eg tatt omsyn til god tilvisingsetikk, og gjort greie for mi forforståing og dermed lagt vekt på gjennomsiktighet og ærlegdom.

Det at eg kjente fire av informantane kan vere ei etisk konflikt på den måten at eg i denne samanhengen ikkje er ein ven dei skal tru seg til, men ein forskar som skal rapportere det dei fortel. Eg måtte då ta omsyn til om det informantane fortalte meg var noko dei ønskte å dele med andre gjennom denne oppgåva, og at det ikkje blei eit tillitsbrot mellom meg som forskar og ven. Ved å ta omsyn til anonymitet og konfidensialitet, unngår eg blant anna å presentere personlege ting som kan føre til at informantane blir gjenkjent, og slik vil eg heller ikkje presentere noko som dei eventuelt har fortalt meg som ven. Eg har også tatt omsyn til at dette er eit vanskeleg tema, og har difor vore svært bevisst på at eg ikkje skal presse informantane til å fortelje meir enn dei vil. Etter intervjuet gav eg også beskjed om at informantane kunne ta kontakt dersom det var noko dei lurte på, og dersom dei ønskte det kunne dei få innsyn og moglegheit til å samtykke om kva eg kunne gjengi frå intervjuet i oppgåva. Det var ingen som ønska å nytte seg av denne moglegheita.

4.0 Presentasjon og drøfting av funn

I dette kapittelet vil eg presentere dei viktigaste funna i mi intervjuundersøking og drøfte desse fortløpande opp mot relevant teori. Eg vil først gi ei kort skildring av informantane sin bakgrunn, og deretter presentere og drøfte dei viktigaste funna. Gjennom koding og kategorisering har eg funne fleire vernefaktorar hos informantane mine, og det er desse som utgjer funna mine.

4.1 Presentasjon av informantane

Informantane er alle under høgre utdanning i dag, og tre av dei har også fleire jobbtilbod ståande til hausten. Ingen ser ut til å ha alvorlege psykiske helseproblem, og oppgjev heller ikkje dette sjølv. Eg tolkar det også slik at dei i dag opplev ein viss grad av sjølvopplevd livskvalitet då dei sjølv oppgjev at dei er nøgde med livet sitt, og er glade personar som har eit godt sosialt nettverk.

Alle informantane har vakse opp med ein forelder som alkoholmisbrukar. Dette har ført til ein oppvekst som har vore prega av mange skuffelsar, usikkerheit og opplevingar som barn eigentleg ikkje skal måtte oppleve. Informantane var i ulik alder då alkoholmisbruket til foreldra starta, men det som er felles for alle er at dette alkoholmisbruket gjekk føre seg frå barnskulealder og har difor prega store delar av oppveksten til informantane.

For å bevare informantane og foreldra sin anonymitet vil eg ikkje seie kven som har opplevd kva, men heller presentere nokon av opplevingane informantane har hatt. Fleire av informantane fortel at dei har måtta tatt seg av den overstadig rusa forelderen. Til dømes har dei måtta trøysta den rusa forelderen, dei har måtta hjelpt foreldra til sengs, passa på dei fordi dei var redd for kva dei kunne finne på eller redd for helsa deira, passa på yngre sysken og skjerme dei for det som skjedde, og vere som dei sjølv seie ein «vaksenperson» sjølv om dei ikkje var det. Dette tolkar eg som at dei har fått ei for store arbeidsoppgåver av både praktisk og emosjonell art, noko som kan knytast til parentifisering (Haugeland, 2006; Kvello, 2015). Dette tyder også på at informantane har vore utsette for ei form for omsorgssvikt (Kvello, 2015).

Foreldra har også utsett dei for fare ved å blant anna køyrt med barna i bilen når dei har vore påverka av alkohol, sett fyr på huset fordi dei har sovna frå anten lys eller mat i omnen og liknande. Dette kan også knytast til ei form for omsorgssvikt ifølgje (Kvello, 2015). Det fleire av informantane oppgjev som det verste er likevel at dei opplevde at dei mista omsorga frå foreldra, informantane følte at foreldra ikkje brydde seg om dei. Dette kan knytast til at den

alkoholiserte forelderen brukte lite tid på å samhandle med sine barn, noko som ifølgje (Ogden, 2009) er eit kjenneteikn på omsorgssvikt.

For å kunne snakke om ei relativt positiv utvikling som er grunna i resiliens, må det vere ein risiko til stade (Borge, 2010; Rutter, 2000). Ut frå bakgrunnen til informantane kan argumenterast for at informantane har vore utsett for ulike typar for omsorgssvikt.

Omsorgssvikt aukar risikoen for å utvikle ein rekkje psykiske lidingar og psykiske problem (Kvello, 2015). På den måten kan det difor vere grunnlag å seie at informantane har vore utsett for ein risiko. Det kan også argumenterast for at informantane har vore utsette for ein direkte familiær risiko, fordi foreldra sitt alkoholmisbruk er noko som rører ved barna direkte (Borge, 2010). Denne risikoen dei har vore utsett for kan også seiast å vere ein kronisk risiko, då informantane har vore utsett for gjentatt omsorgssvikt over fleire år, og fordi alkoholmisbruk blant foreldra er eit døme på ein slik kronisk risiko (Borge, 2010; Olsen & Traavik, 2010). At informantane har vore utsett for ein kronisk risiko kan tyde på at det ikkje er posttraumatisk vekst, som er forklaringa på den positive utviklinga (Kvello, 2015). Slik ser det difor ut til at resiliens blir eit omgrep som er sentral for at desse informantane har hatt ei relativt positiv utvikling.

4.2 Individuelle vernefaktorar

Det er fleire individuelle vernefaktorar som ser ut til å ha hatt betydning for ei relativt positiv utvikling hos informantane mine. Mine funn tyder på at ei positiv sjølvoppfatning og meistringsdugleikar, å vere agent i eige liv, eit sjølvbeskyttande attribusjonsmønster, hensiktsmessige stressmeistringsstrategiar, er individuelle vernefaktorar som har hatt betydning for ei relativt positiv utvikling. Desse funna vil bli presentert og drøfta fortløpande.

4.2.1 Positiv sjølvoppfatning og meistringsdugleikar

Denne underkategorien tek føre seg sjølvoppfatninga og meistringsomgrepet som dugleik. Gjennom å styrke barna sine meistringsdugleikar styrkar vi også deira sjølvoppfatning, og slik blir sjølvoppfatning og oppleving av meistring nært knytt til kvarandre (Olsen & Traavik, 2010). I analysearbeidet fann eg ut at det var vanskeleg å skilje desse omgrepa frå kvarandre, då meistring såg ut til å påverke sjølvoppfatninga og motsett. I tillegg til meistring som dugleik, vil omgrepet sjølvoppfatning bestå av sjølvkjensla, sjølvtilitt og tru på eigne krefter (Olsen & Traavik, 2010).

4.2.1.1 Sjølvkjensla

Funn:

Det kan vere vanskeleg å bedømme ein person si sjølvkjensle ut frå eit enkeltstående intervju. Men det ser ut til at tre av informantane hadde ei relativt god sjølvkjensle som barn, på den måten at dei fortel at dei vart godt likt av andre og gir uttrykk for at dei var verdt noko for andre personar. Linn (1) og Annika (2) ser derimot ut til å heller kunne ha ei lågare sjølvkjensle som barn. Linn (1) følte seg mindre verdt fordi ho opplevde at mora hennar valte alkoholen framfor henne. Ho kjente på det at ho ikkje kunne vere så viktig sidan alkoholen var viktigare for mora enn ho. Faren til Annika (2) sa fleire gongar at det var hennar skuld at han hadde ei problem og at alt med henne var gale. Annika (2) fortel sjølv at sjølvbiletet hennar blei dårleg, men dette tolkar eg som at sjølvkjensla blei låg då dei kommentarane ho fekk frå faren kan tenkast å påverke sjølvkjensla. I samband med dette er det også aktuelt å nemne at både Linn og Annika har hatt lettare psykiske helseplager. Dei har i seinare tid fått hjelp og støtte frå andre, og oppgjev at desse problema er mykje betre eller fråverande i dag.

- (1) *«Altså, når ein så viktig person i livet ditt etterlet deg og vel alkoholen framfor deg, så føler du plutsleg at du ikkje kan vere så viktig for nokon, og det er liksom tankar som er vanskeleg å jobbe med.»* (Linn, 26.01.2019, s. 17)
- (2) *«Den [sjølvtilita] har egentleg vore veldig dårleg. Eg har egentleg berre tatt på meg ei maske å lata som at det har vore betre enn kva den har vore. Eg har fått høyrte veldig mykje frå pappa opp igjennom åra at: 'Det er din feil at ting er slik dei er', og at det er eg som har gjort slik at han har eit problem og at alt med meg har vore gale då. Så, då får man ikkje akkurat eit godt sjølvbiletet.»* (Annika, 31.01.2019, s. 3)

4.2.1.2 Meistringsdugleikar og sjølvtilit

Funn:

Informantane har opplevd meistring på ulike områder. Fire av informantane oppfattar sjølv at dei har prestert godt på skulen, og meistra det skulefaglege. Dei fekk også skryt og ros frå lærarane på det dei gjorde og det ser difor ut til att dei hadde god sjølvtilit når det kom til skulen og det faglege.

- (3) *«Jo, eg var jo relativt god på skulen. På barneskulen var eg best i klassa [latter]. Eg var veldig opptatt av at eg skulle få til det til.»* (Kine, 13.02.2019, s. 18)
- (4) *«Ja, det var jo på skulen eg opplevde meistring, og det var veldig viktig for meg å gjere det bra.»* (Mathilde, 10.02.2019, s. 20)
- (5) *«Ja, stort sett. Eg var jo ein av dei mest skuleflinke i klassa da.»* (Linn, 26.01.2019, s. 12)

- (6) «Ja, eg hadde aldri nokon problem med å få til ting. Eg gjorde det som regel bra på prøver og hadde høge standpunktarakterar og sann.» (Amalie, 28.01.2019, s. 13)

Annika (7) er den einaste av informantane som ikkje opplevde noko særleg meistring på barne- og ungdomskulen, og heller ikkje på vidaregåande. Det ser ut til at dette gjorde ho fortvila, sidan ho ikkje meistra det ho ønskte. Eit anna sentralt funn i forbindelse med dette er at Annika opplevde at lærarane ikkje såg på det positive, men berre fokuserte på det negative eller det som var feil.

- (7) «Ja [latter]. Det fyrste som slår meg då, når eg tenker tilbake igjen, er at eg eigentleg følte veldig lite meistring på skulen.» (Annika, 31.01.2019, s.15)

Det var gjennomgåande hos alle informantane at dei opplevde at dei var godt likt av andre, og at dei meistra det sosiale på den måten at dei hadde mange gode venar og eit godt sosialt nettverk både på skulen og i fritida. Kine (8) hadde god sjølvtilitt på det sosiale området, og ho skildrar seg sjølv som godt likt og populær. Dei andre informantane viser også slik sosial sjølvtilitt ved at dei fortel at dei følte seg likt av andre og at dei meistra det sosiale (9, 10, 11 og 12).

- (8) «Eg hadde ganske god sjølvtilitt, eg var god på skulen og flink i fotball, og eigentleg ganske godt likt av alle. Eg var vel kanskje ein av dei populære på barneskulen då, og følte meg ganske godt likt på ungdomsskulen også. Eg var jo ein av dei kule der også.» (Kine, 13.02.2019, s. 1)

- (9) «Eg hadde mange gode venar og eit stort nettverk, og følte meg godt likt av andre liksom.» (Annika, 31.01.2019, s. 15)

- (10) «Ja, eg treivst veldig. Eg var vel ganske heldig, for vi var jo fem veninner då, som var gode venar heile vegen. Så eg hadde det eigentleg veldig fint sosial, og det var jo på ein måte målet mitt heile tida, eg var veldig opptatt av at eg skulle få det til sosialt.» (Linn, 26.01.2019, s. 12)

- (11) «Eg har alltid følt at folk har likt meg. Folk eg ikkje kjente i klassa, eg har alltid kunna jobba i lag med dei i klassa, og eg var jo veldig opptatt av at folk skulle like meg.» (Amalie, 28.01.2019, s. 12)

- (12) «Då var jo det naboungane og eg hadde fleire gode venar der. Og når eg begynte på barneskulen, blei jo det folk i klassa og i andre klasser.» (Mathilde, 10.02.2019, s. 12)

Fire av informantane hadde ein hobby som har vore viktig for dei i oppveksten. For Kine (13) var denne hobbyen ein viktig næring til sjølvtilitta sidan ho opplevde mykje meistring og fekk skryt av andre for talentet sitt. Amalie (14) og Annika (15) opplevde også meistring i sine hobbyar, noko som kjem til uttrykk ved at dei følte seg flinke og gode i det dei dreiv med. For Linn (16) var denne hobbyen i hovudsak viktig fordi det var ein plass ho fekk vere sosial, og utøve sin sosiale kompetanse.

- (13) «Eg følte mykje meistring i fotballen ja, og det fekk eg jo stadfesta gjennom alle talentsamlingane eg blei tatt ut til. Så var jo det slik at dei som var god i fotball på ein måte var dei populære, så eg følte jo meg på ein måte som ein av dei kule då eller kva eg skal sei. Eg trur kanskje folk i klassa såg litt opp til meg på ein måte da, eller [latter], ja altså nokon av dei gjorde jo det.» (Kine, 13.02.2019, s. 10).
- (14) «Ja, eg kjente absolutt på meistring der. Eg har alltid vore flink i ballsport, og føle at eg har kontroll der, og at: 'Her er eg god'. Så det har sikker vår ein veldig viktig ting for meg eigentleg, og det er jo det framleis i dag.» (Amalie, 28.01.2019, s. 6)
- (15) «Sann med tanke på hobbyar så var jo dans veldig høgt oppe på lista. Det var jo noko eg fekk til og var flink til da.» (Annika, 31.01.2019, s. 9)
- (16) «Eg trur det har vore veldig viktig. Eg trur det var bra at eg dreiv med noko heile barndommen, men det var mest på grunn av det sosiale med venar og den biten der, og så ein måte å halde seg aktiv på da.» (Linn, 26.01.2019, s. 6)

4.2.1.2 Tru på eige krefter

Funn:

Det ser ut til at informantane i dag har tru på seg sjølv og slik sett har dei også meistringstru, sidan dei har tru på at dei kan meistre dei måla dei sett seg. Sjølv om nokon av dei uttrykker at dei er redde for å mislukkast eller ikkje alltid har like sterk tru på at dei kan meistre ting, vil eg basert på heilskapsinntrykk og utsegna til informantane tolke det slik at dei likevel har meistringstru, då dei er bestemt på at dei skal nå dei måla dei sett seg og ikkje gir opp sjølv om ting blir vanskeleg.

- (17) «Å også det at eg har den grunnleggande optimismen og styrken i meg, at eg skal klare meg og at eg skal få det bra. Den innstillinga trur eg er heilt avgjerande for alle i alle liv, du må ha ei slik innstilling for at livet ditt skal bli bra.» (Linn, 26.01.2019, s. 19)
- (18) «Slik er det i dag også, eg har nok utvikla ei lita frykt for å mislukkast. Det likar eg ikkje. Men samtidig trur eg ikkje den hemmar meg, det er meir som ein motivasjon, eg står på liksom og det går ein liten 'faen' i meg og eg tenker: ' Dette skal eg søren med klare!' [latter].» (Kine, 13.02.2019, s. 18)
- (19) «Ja, for sjølv om eg kanskje ikkje alltid har like god tru på meg sjølv, så er eg likevel bestemt på at eg skal få det til uansett.» (Mathilde, 10.02.2019, s. 28)
- (20) «Eg hadde liksom veldig konkurranseinstinkt der, då. Nokon gongar var det slitsamt, altså viss eg ikkje greidde å få til det eg ville så var det kjipt liksom, men då tenkte eg sann at: 'Åh. Neste gang skal eg få det til altså!'» (Amalie, 28.01.2019, s. 13)
- (21) «Men eg ser eigentleg på meg sjølv som ein veldig sterk person, og ein litt positiv person. Eg kan viss eg vil, der er på ein måte ingenting som stoppar meg til å gjere det eg har lyst til.» (Annika, 31.01.2019, s. 18)

Denne meistringstrua har slik eg tolkar det variert, og blitt påverka av forventingar frå andre og meistringserfaringar:

- (22) «Når du gjorde det bra, då var det på ein måte, altså då måtte jo eg berre ha trua på meg sjølv. Men når det begynte å dabbe av på karakterane, då mista eg sjølvtrua faktisk.» (Mathilde, 10.02.2019, s. 22)
- (23) «Som eg sa tidlegare så kunne eg vere ein litt sann katastrofetenkjar, at dersom eg fekk dårleg på ei prøve så kunne eg tenke at: 'Nå gir eg opp alt, eg kjem ikkje til å få det til', og blei jo sann med ein gong. Då var det veldig viktig at dei [lærarane] lyfta meg opp og viste meg at det kom til å gå bra uansett.» (Linn, 26.01.2019, s. 14)
- (24) «Ja, for meg så var det veldig viktig. For eg hadde jo i mine auger allereie feila ein gong før, då. Så for meg så var det veldig viktig at nokon hadde trua på meg og sa at: 'Dette kjem til å gå bra, og du kjem til å klare det!'. Då fekk eg må ein måte trua på meg sjølv også.» (Annika, 31.01.2019, s.16)
- (25) «Sann i situasjonar der eg kanskje er litt usikker da, so er skryt og stadfestingar veldig viktig for meg. Det er gull verdt rett og slett for dei går rett heim.» (Kine, 13.02.2019. s. 20)

Drøfting:

Sjølvoppfatninga er eit vidt omgrep som rommar både sjølvkjensle, sjølvtrua og tru på egne krefter (Olsen & Traavik, 2010). I tillegg vil sjølvoppfatninga bli påverka av meistringsdugleikar og omvendt (Olsen & Traavik, 2010). For å kunne seie noko om ei positiv sjølvoppfatning er ein vernefaktor som har betydning for ei relativt positiv utvikling hos personar som vaks opp hos alkoholmisbrukande foreldre, må eg difor sjå på betydninga av desse delkomponentane.

Det ser ut til at tre av informantane hadde ei god sjølvkjensle sidan dei fortel at dei var verdt noko for andre menneske og på den måten verdt å elske, som ifølgje Olsen og Traavik (2010) er eit kjenneteikn på god sjølvkjensle. På den eine sida ser det derfor ut til at informantane har hatt ei positivt sjølvkjensle som barn. På den andre sida ser det ut til at Linn (1) og Annika (2) heller har hatt ei låg sjølvkjensle. Linn (1) følte at ho ikkje var viktig for nokon, som kan knytast til at ho ikkje følte seg verdt å elske. Dette vil stå i motsetning til ei god sjølvkjensle, då det å føle at man er verdt noko for andre, er eit kjenneteikn på god sjølvkjensle (Olsen & Traavik, 2010). Det kan difor sjå ut til at Linn (1) hadde ei låg sjølvkjensle. Annika (2) hevdar sjølv at ho hadde eit lågt sjølvbilete, men dette tolkar eg som at ho kan ha hatt ei låg sjølvkjensle. Det kan tenkast at det faren sa, førte til at ho følte at det var hennar skuld og at ho dermed kanskje følte seg mindre verdt. Fråvær av stadfestingar og anerkjenning vil kunne føre til ei låg sjølvkjensle, då sjølvkjensla blir styrka av stadfestingar og anerkjenning for den vi er (Olsen & Traavik, 2010). Hansen (1994) skriv at dersom barn av alkoholmisbrukarar ikkje har nokon dei kan snakke om kjenslene sine med, eller som kan støtte dei i den vanskelege situasjonen, kan det føre til at barnet utviklar låg sjølvkjensle. Det kan difor sjå ut

til at dersom Annika (2) ikkje hadde nokon å snakke med dette om, eller nokon som anerkjente ho for den ho var, at ho kan ha utvikla ei låg sjølvkjensle (Hansen, 1994; Olsen & Traavik, 2010).

Linn og Annika fortel også i intervjuet at dei utvikla lettare psykiske helseplager, og det kan sjølvstakt vere fleire årsaker til dette, men samtidig er det ikkje urimeleg å tru at den låge sjølvkjensla kan ha vore ein faktor som har utløyst dette. Psykiske helseplager er nemleg ein konsekvens av låg sjølvkjensle ifølgje Skaalvik og Skaalvik (2013). Samtidig ser det ut til at både Annika og Linn har fått hjelp og støtte, og det kan difor argumenterast for at dei har utvikla eit betre sjølvkjensle i seinare tid. Sjølvkjensla blir som sagt styrka av at vi blir sett og anerkjent for den vi er, noko som kan knytast til det å få hjelp og støtte (Olsen & Traavik, 2010). I tillegg vil det, ifølgje Hansen (1994), ha negative konsekvensar for sjølvkjensla dersom man ikkje får hjelp og støtte, og motsett kan det tenkast at hjelp og støtte fører til ei betre sjølvkjensle. Annika og Linn fortel også at dei plagene dei hadde no er fråverande eller betre, noko som kan støtte påstanden om at hjelp og støtte påverkar sjølvkjensla positivt. Det ser difor også ut til at ei meir positiv sjølvkjensle kan ha vore ein vernande faktor mot slike psykiske helseplager, og på den måten kan man argumentere for at ei positiv sjølvkjensle har vore ein faktor for ei relativt positiv utvikling hos Annika og Linn. Det kan ut frå mine funn vere vanskeleg å seie noko om kva betydning sjølvkjensla har hatt for Amalie, Kine og Mathilde. Samtidig kan det på bakgrunn av det Skaalvik og Skaalvik (2013) seier om at ei låg sjølvkjensle kan ha negative konsekvensar for den psykiske helsa, vere grunnlag for å anta at ei positiv sjølvkjensle også har vore ein faktor som har verna mot psykiske helseplagar for Amalie, Kine og Mathilde også.

Lettare psykiske helseplage vil ikkje nødvendigvis ha noko å seie for å kunne snakke om ei relativt positiv utvikling ifølgje Luthar (2006) og Olsen og Traavik (2010). Likevel kan det argumenterast for at desse problema kunne blitt større dersom ikkje sjølvkjensla til Annika og Linn hadde blitt betre. Dette kan støttast ved at ulike forskarar viser at låg sjølvkjensle kan føre til, eller har samband med blant anna suicidale tankar, sjølvskading, alvorleg depresjon rusmisbruk (Juil, 1996; Mann, Hosman, Schaalma & de Vries, 2004). Det ser difor ut til at ei positiv sjølvkjensle vil vere ein vernefaktor som fremmer resiliens og ei positiv utvikling hos personar som vaks opp med alkoholmisbrukande foreldre.

Kine, Mathilde, Linn og Amalie (3, 4, 5 og 6) uttrykker sjølv at dei var flinke på skulen og at dei opplevde meistring der. I tillegg fortel dei at dei fekk ros og skryt for sitt arbeid. Det kan difor tyde på at dei hadde god sjølvtilit når det kjem til skulen og det faglege, sidan

sjølvtilitten blir påverka av meistring og ros (Olsen & Traavik, 2010). Dessutan handlar sjølvtilitt om vår eiga oppfatning av meistring og prestasjonar (Olsen & Traavik, 2010). I motsetning til dei ser det ut til at Annika (7) ikkje hadde høg sjølvtilitt på dette området, då ho verken opplevde meistring eller fekk ros for det ho gjorde på grunnskulen. Ros og meistring er som sagt ei viktig kjelde for ein god sjølvtilitt (Olsen & Traavik, 2010). På den eine sida kan det difor sjå ut til at Annika ikkje hadde god sjølvtilitt som barn. På den andre sida hevdar Olsen og Traavik (2010) at man kan ha ulik grad av sjølvtilitt på ulike områder, og ifølgje Skaalvik og Skaalvik (2013) så framhevar nokon teoretikarar at man kan dele inn sjølvoppfatning på ulike områder. Mine informantar bekreftar ei slik forståing av sjølvoppfatninga, for dei splittar opp, altså differensierer i sine utsegn, mellom ulike områder av sjølvtilitt.

Dette viser seg ved at det ser ut til at alle informantane hadde god sosial kompetanse då dei var yngre (8, 9, 10 og 11). Grunnen til dette er at dei hadde gode venar og blei godt likt av andre, og på den måten kan vi også seie at dei meistra det sosiale og hadde god sosial kompetanse, då slik kompetanse er ein føresetnad for sosial meistring (Ogden, 2015). Det kan då vidare tenkast at denne meistringa påverka sjølvtilitten positivt, og dermed at dei kanskje hadde god sjølvtilitt på dette området (Olsen & Traavik, 2010). Slik kan det tenkast at sjølv om Annika (7) ikkje hadde god sjølvtilitt på det skulefaglege området, så kan ho likevel hatt ein generell følelse av god sjølvtilitt sidan ho meistra det sosiale (9). Eit anna relevant punkt kan også vere at Annika (15) opplevde meistring gjennom sin hobby og oppfatta sine egne prestasjonar som gode, noko som kan påverke sjølvtilitta positivt (Olsen & Traavik, 2010). Dette er også noko dei andre informantane opplevde (13, 14 og 16). Kine (13) trekk fram at talentet ho hadde i fotball gav ho auka status blant jamnaldrande og styrka også sjølvtilitta hennar fordi ho fekk mange meistringsopplevingar og skryt frå andre (Olsen & Traavik, 2010).

Er det slik at god sjølvtilitt og meistring har vore ein faktorar for informantane si positive utvikling? God sjølvtilitt kan seiast å være eit produkt av meistringsdugleikar då sjølvtilitta blir påverka av meistring og ros (Olsen & Traavik, 2010). Desse meistringsdugleikane ser ut til å ha ført til blant anna at informantane opplevde at dei blei godt likt av andre (8, 9, 10 og 11), og slik kan det også argumenterast for at dei også hadde god sjølvtilitt på dette område. Å føle seg godt lik av andre kan tenkast å føre til ei kjensle av å vere verdt noko for andre, som vi har sett er viktig for ei god sjølvkjensle, og som igjen ser ut til å vere ein faktor som beskyttar mot psykiske helseplager (Skaalvik & Skaalvik, 2013). I tillegg vil det ut frå definisjonen til Ogden (2015), sjå ut til at meistring i form av sosial kompetanse kan vere ein

viktig føresetnad for å etablere gode relasjonar, som Olsen og Traavik (2010) hevdar er ein annan vernefaktor for resiliens. Eit anna relevant punkt er at det å meistre skulen kan tenkast å være viktig for å kunne studere seinare i livet, som er eit kjenneteikn på positiv utvikling (Luthar, 2006; Olsen & Traavik, 2010). Olsen og Traavik (2010) hevdar dessutan at meistring er ein av dei mest sentrale resiliensfaktorane, då alle har eit genuint behov for å meistre, så det å meistre enn idrett eller anna hobby kan også tenkast å ha en beskyttande effekt (13, 14 og 15). Det ser difor ut til at det først og fremst er meistringsdugleikar som har betydning for ei relativt positiv utvikling, men at slike dugleikar kan fremme ei god sjølvtilitt (Olsen & Traavik, 2010).

Stå-på-vilja, eller det at dei trur det nyttar å ta i bruk sine krefter for å løyse utfordringar og problem, synast å vere sentralt hos dei fire av informantane. Dei gir ikkje opp sjølv om dei møter på utfordringar i livet (Befring, 2012). Både Kine (18), Mathilde (19), Amalie (20) og Annika (21) viser at dei til tross for utfordringar har tru på at det nyttar å ta i bruk sine resursar og krefter for å meistre desse utfordringane. Informantane tek i bruk sine krefter og ressursar for å løyse problem og utfordringar i staden for å gi opp og tenke at det ikkje nyttar, som kan knytast til omgrepet lært hjelpelausheit (Seligman, 2011). Linn (17) viser slik meistringstru gjennom ei tru på at ho skal klare seg bra seinare i livet og grunnleggande optimisme, noko som kan knyast til sjølvkjerna i omgrepet self-efficacy (Bandura, 1997; Schwarzer, 1992). Dette er også noko Linn (17) trur er avgjerande for at man skal klare seg bra i livet, og dette kan sjå ut til å stemme ettersom ei slik optimistisk grunnhaldning er ein nøkkelfaktor til å motverke lært hjelpelausheit (Seligman, 2011). Slik lært hjelpelausheit ser det nemleg ut til at Linn (23) stod i fare for å utvikle, sidan dei tankane ho hadde kan knytast til dette omgrepet (Olsen & Traavik, 2010; Seligman, 2011). Depresjonar, angst og kjensle av å mislukkast stammar ifølgje Seligman (1992) frå ei kjensle av lært hjelpelausheit. Slike vanskar vil ikkje vere eit kjenneteikn på positiv utvikling dersom dei kan seiast å være alvorlege formar for depresjonar og angst (Luthar, 2006; Olsen & Traavik, 2010). På bakgrunn av dette kan det difor vere grunn til å tru at tru på egne krefter kan vere ein faktor som beskyttar mot psykiske helseproblem.

Samtidig er det verdt å merke seg at denne meistringstrua ikkje er ein statisk eigenskap ved informantane. Linn (23) uttrykker at støtte frå lærarane var viktig for å snu det negative tankemønsteret, og slik heller utvikle tru på egne krefter. Negative erfaringar ser og ut til å ha påverka Linn (23) si meistringstru negativt. Dette er i tråd med det Bandura (1997) hevdar. Han skriv at positive forventingar og tilbakemeldingar frå signifikante andre kan påverke

meistringstrua positivt og at negative erfaringar kan påverke ho negativt. Dette er også noko dei andre informantane (22, 24 og 25) nemner som faktorar som har vore viktige for deira tru på at dei kan meistre ting.

Samla sett ser det ut til at både ei god sjølvkjensle, god sjølvtilitt, meistringsdugleikar og meistringstru har hatt betydning for at informantane har hatt ei positiv utvikling. Det er faktorar som har vore til stade i ulik grad gjennom oppveksten, men som har hatt betydning for informantane sitt liv som vaksen. Dette kan sjåast i samanheng med at Borge (2010) og Rutter (2015) hevdar at resiliens ikkje er eit eingongsfenomen, og at resiliens utviklar seg i tak med sosiale og individuelle forandringar (Rutter, 2015). På bakgrunn av desse faktorane kan det argumenterast for at ei positiv sjølvoppfatninga vil vere ein vernefaktor som har betydning for ei relativt positiv utvikling hos personar som har vakse opp alkoholmisbrukande foreldre.

4.2.2 Å vere agent i eige liv

Funn:

Noko som kjenneteiknar fire av informantane er at dei alltid har hatt eit mål og ei tru på at dei skal klare seg betre enn foreldra som var alkoholmisbrukarar. Desse måla og ambisjonane ser også ut til å vere ein sterk drivkraft til at informantane i dag er under høgare utdanning, der nokon er ferdig til våren og har fleire jobbtilbod ståande. Annika er ein av dei som har hatt slike mål, og sjølv om ho ikkje nådde måla sine første gang, tok ho opp fag som privatist for å kunne kome inn på den utdanninga ho ønskte. Dette tolkar eg som at Annika er hatt ei vilje og drivkraft til å gjere det som er nødvendig for å nå måla sine. Mathilde har også alltid hatt eit mål om å klare seg betre enn mora, og fortel at ho trur at ein grunn til at mora utvikla eit alkoholproblem var at ho var heimeverande. I andre delar av intervjuet uttrykker ho at ho alltid har hatt planar om å ta ei god utdanning og få ein god jobb slik at ho har noko å gå til om dagane. Dette tolkar eg som at Mathilde har vurdert det slik at for å klare seg betre enn mora må ho blant anna ta ei utdanning og få seg ein jobb. Eg får inntrykk av at alle informantane har vore svært målretta og bevisst på at dei skulle ta ei utdanning og få ei godt liv, og dette blir spegla att i sitata under.

(26) «Eg har alltid vore veldig målbevisst, så viss eg satt meg eit mål skulle eg nå det. Så eg har jo liksom alltid tenkt at eg må gjer det bra på skulen da, slik at eg kan ta ei god utdanning og få ein bra jobb.» (Kine, 13.02.2019, s.19)

(27) «Eg har alltid hatt planar om å klare meg betre enn mamma då. Eg skulle i alle fall ikkje bli som ho, eg skulle bli ei god mor, sjølvstendig og ja. Eg har aldri hatt dårlege forventningar til mi eiga framtid. For eg har alltid vår bestemt på det, at eg skal bli betre enn ho. Det tenker

eg enda, eller eg veit det, eg kjem aldri til å bli som ho.» (Kine, 13.02.2019, s. 20)

- (28) *«Eg jobba jo veldig hardt for å gjer det bra på skule då. For eg ville jo få gode karakterar og gjer det bra sann at eg kunne komme inn på den utdanninga eg ville, og liksom vise at eg dug til noko da.» (Mathilde, 13.02.2019, s. 11)*
- (29) *«Eg har alltid hatt lyst til å ta ei bra utdanning og få meg ein bra jobb, og på ein måte vise at eg er meir vellykka enn mora mi då.» (Mathilde, 10.02.2019, s. 21)*
- (30) *«Ja, det har jo vore, og er jo enda målet mitt, at eg ikkje skal vere den jenta som vaks opp med ei alkoholisert mor. Eg vil ikkje bli stempla som det liksom, men eg vil vere ho som klarte seg veldig bra.» (Linn, 26.01.2019, s. 17)*
- (31) *«Det påverka eigentleg ikkje skulearbeidet, eller jo til ei viss grad kanskje, men var veldig bestemt på at eg ikkje skulle bli prega av det i framtida mi då. Eg tenkte mykje på at eg ikkje skulle få dårlege karakterar på grunn av det mamma gjorde, og at eg skulle kome meg opp og fram seinare.» (Linn, 26.01.2019, s. 8)*
- (32) *«Ja, nei, eg har alltid sagt at eg ikkje skal bli som han, at eg skal gå min eigen veg å få meg ei utdanning og sann då. Vere min eigen person. Eg skal ikkje la han få styre mitt liv.» (Annika, 31.01.2019, s. 17).*

Drøfting:

Slike mål og ambisjonar kan knytast til det Bandura (2006) kallar *human agency*, som på norsk kan omsetjast til agent i eige liv (Skaalvik & Skaalvik, 2013). Ifølgje Bandura (2006) handlar det å vere agent i eige liv handlar om å sjølv kunne ta styringa over eige liv og vere med på å forme og påverke sin eigen livssituasjon og eige liv. ”To be an agent is to influence intentionally one`s functioning and life circumstances” (Bandura, 2006, s.164). Informantane ser ut til å vere agent i eige liv ved at dei har og har hatt mål og ambisjonar om å klare seg betre enn foreldra og å ta ei god utdanning og få eit bra liv (26, 27, 28, 29, 30, 31 og 32). Dette funnet er også i tråd med funna til Werner og Smith (1992) som fann at resiliente barn av alkoholikarar hadde ei sterk tru på at man kunne greie seg sjølv, og ambisjonar om å gjennomføre utdanning og klare seg betre enn foreldra.

Ifølgje Bandura (2006) er mesitringstru ein føresetnad for å kunne vere agent i eige liv, og dette er noko informantane ser ut til å ha (jf. kap.4.2.1). Bandura (2006) hevdar vidare at det er fire eigenskapar som må vere til stade for at man kan fungere som agent i eige liv. Den første eigenskapen, intensjonar, viser informantane gjennom evna dei har hatt evna til å sette seg mål å vurdert kva som skal til for å nå desse måla. Til dømes ved vurderinga dei gjorde om å ta utdanning og gjere det bra på skulen for å klare seg betre enn foreldra (26, 27, 29, 31 og 32). Den andre eigenskapen, førestillingar om framtida, viser informantane ved at dei har hatt ambisjonar og tankar om eit betre liv, og dette har fungert som ei drivkraft for at dei skal ta ei godt utdanning eller få seg ein god jobb (26, 27, 28, 31 og 32). Sjølvregulering som er

den tredje eigenskapen, viser informantane ved at dei har hatt ein hensiktsmessig plan, som i dette tilfellet har vore å gjere det bra på skulen og ta ei god utdanning (26, 28 og 31).

Sjølvregulering handlar også om å kunne justere og vurdere undervegs i prosessen dersom det er naudsynt, og Annika viser slik evne ved at ho tok opp igjen fag som privatist for å nå sine mål. På den måten valte ho ei funksjonell handling for å nå sitt mål og tok kontrollen over eige liv, noko som kan knytast til sjølvregulering. Den fjerde og siste eigenskapen er sjølvrefleksjon. Denne eigenskapen handlar om å kunne reflektere over meininga ved målet. Informantane viser også evne til sjølvrefleksjon ved at dei kan reflektere over meininga med dette målet. Grunnlaget for denne påstanden er at informantane har reflektert over målet som har vore å ta ei god utdanning, og at meininga med dette målet er at dei skal fungere betre enn foreldra og kunne få seg ein jobb.

Det er vanskeleg å seie noko om kvar desse ambisjonane kjem frå. Ei mogleg forklaring på kan vere at den alkoholmisbrukande forelderen ser ut til å ha blitt det Markus og Nurius (1986) kallar for «the feared selves», og skapt informantane sitt «hoped-for selves».

Informantane snakkar om at dei ikkje vil bli like dårlege som foreldra (27, 29 og 32) eller at dei ikkje ville bli ein som ikkje klarte seg bra (30), derav «the feared selves». Vidare ønska dei å klare seg betre enn foreldra (27, 29 og 32) eller klare seg bra til tross for oppveksten (30) som kan knytast til «hoped-for selves». Vi kan nærmast seie at informantane har bygd sine liv på å ikkje bli like dårleg som den alkoholmisbrukande forelderen. Dette er også forenleg med posttraumatisk vekst, då det kan knytast til at risikoen, har ført til ei positiv endring i haldingar (Kvello, 2015). På den måten kan det sjå ut til at risikoen dei var utsett for førte til ei positiv endring, men på den andre sida gir ikkje mine funn grunnlag for å hevde at det faktisk har vore ei endring. Det kan like gjerne tenkast at denne haldinga har vore til stade før alkoholmisbruket til foreldra starta, og dette argumentet blir forsterka ved at fleire av informantane fortel at dei «alltid» har hatt slike planar(26, 27, 29 og 32). Dessutan handlar posttraumatisk vekst, ifølgje Kvello (2015), ofte om eit enkelttraume, mens informantane mine ser ut til å blitt utsett for ein kronisk risiko i oppveksten (jf. 4.1). Dette er det som ser ut til å skilje posttraumatisk vekst frå resiliens, og slik sett ser det difor ut til at det å vere agent i eige liv er ein faktor som fremmar resiliens og ikkje eit resultat av posttraumatisk vekst.

Men er det slik at det å vere agent i eige liv bidreg til ei positiv utvikling? Det kan argumenterast for at det ha vore det ved at informantane hadde ambisjonar om å klare seg betre enn foreldra, og dermed unngå å til dømes utvikle eit alkoholproblem som ikkje vil vere eit kjenneteikn på ei positiv utvikling (Luthar, 2006; Olsen & Traavik, 2010). Det at dei har

fungert som agent i eige liv bidrog også til å at dei klarte å nå sine mål om ei høgre utdanning som har ført til at fleire no har fått jobbtilbod, som kan tenkast å føre til at dei også maktar å stå i ein jobb eller er under utdanning, som er eit kjenneteikn på ei positiv utvikling (Olsen & Traavik, 2010). Det kan difor sjå ut til at å vere agent i eige liv vil vere ein vernefaktor som har hatt betydning for ei relativ positiv utvikling hos personar som vaks opp med alkoholmisbrukande foreldre. Dette er også i tråd med Uthus (2017). Ho hevdar at teorien om «human agency» og desse fire eigenskapane bør ha ei svært sentral rolle i det førebyggjande psykiske helsearbeidet i skulen, fordi denne teorien bygg opp om gi alle barn og unge styrke til å meistre eigne liv.

4.2.3 Sjølvbeskyttande attribusjonsmønster

Noko som er gjennomgåande for alle informantane er at dei tillegg seg sjølv skulda for sine positive prestasjonar på skulen, noko som kan tyde på ei indre årsaksforklaring når det kjem til skulefaglege prestasjonar. Dette er noko dei har hatt gjennom heile oppveksten, og dei gir uttrykk for at det er innsatsen og evnene deira som er bakgrunnen til gode prestasjonar, og fleire av dei uttrykk også at liten innsats ofte er det som står bak dårlegare prestasjonar.

Eit anna funn er at tre av informantane relativt tidleg forstod at det ikkje var deira feil at foreldra var alkoholmisbrukarar. Amalie (33) trudde det var fordi faren ikkje hadde det så bra med seg sjølv. Ho fortel i andre delar av intervjuet at ho visste at faren hadde hatt ein litt vanskeleg oppvekst og tenkte mykje at det var grunnen til at han drakk, og at det ikkje var noko med henne å gjere. Dett kan tyde på at ho fekk informasjon om faren sitt misbruk. Kine (35) lærte ganske tidleg at det ikkje var hennar feil, og fortel at informasjon og kunnskap om alkoholmisbruk var viktig for at ho skulle forstå dette. Ho fortel i andre delar av intervjuet at før andre fortalte ho at det ikkje var hennar feil at mora drakk og at det var ein sjukdom, fekk ho ofte skuld kjensle når mora begynte å drikke. Kine hadde tankar om at det var hennar feil, som til dømes at mora drakk fordi ho hadde vore ulydig, men lærte som sagt at dette ikkje var tilfellet. For Annika (34) ser det ut til at ho tenkte det var ytre faktorar som var skuld i at faren drakk, og ikkje at det var hennar feil.

(33) «Eg har jo alltid tenkt at det fordi han har det veldig dårleg med seg sjølv, eg trur det er noko eg alltid har tenkt, at: 'Det er ikkje min feil'.» (Amalie, 28.01.2019, s. 3)

(34) «Eg forstod vel eigentleg ikkje så veldig mykje av det i starten. Men dei tankane eg hadde var at pappa begynte å drikke fordi han hadde økonomiske problem.» (Annika, 31.01.2019, s. 7)

(35) «Så tenker eg også at det er veldig viktig med meir informasjon om det å vekse opp med foreldre som misbrukar alkohol eller rus da. Eg var jo veldig heldig som fekk informasjon

om det gjennom alle møta på avrusingsklinikkane mamma var på da. Det var veldig viktig for meg, for då forstod jo eg at det ikkje var min feil, men at det var ein sjukdom. Så såg eg at andre ungar hadde det slik som meg, så då blei ikkje det så flaut liksom.» (Kine, 13.02.2019, s. 23).

I likskap med Kine, før ho fekk meir informasjon, har dei to andre informantane også kjent på ei skuldkjensle i samband med foreldra sitt alkoholmisbruk. Dette ser ut til å ha hatt negative konsekvensar for dei. Mathilde (36) bekymra seg veldig og tenkte mykje på kva ho kunne gjere, og i andre delar av intervjuet fortel ho at ho ofte var redd for å gjere ting som gjorde mora sur, for då var ho redd for at mora skulle begynne å drikke. For Linn (37) ser det ut til at desse tankane kanskje kan ha medført at ho følte seg lite verdt. Vendepunktet for Linn kom då ho fekk meir informasjon om mora sitt alkoholmisbruk gjennom eit føredrag om rus på skulen. Det ser ut til at dette førte til at ho då forstod at det ikkje var hennar feil (38).

(36) *«Ja, av og til tenkte eg kanskje at: «Det er min feil», men eg prøvde jo å tenke at det kan ikkje vere det. Men det var, på barneskulen så kjente eg veldig mykje på det. Tenkte liksom: 'Er det min feil?', 'Kvifor skjer det?', 'Er det noko eg kan gjer for at det sluttar?', og slike ting da.» (Mathilde, 10.02.2019, s. 5).*

(37) *«Eg trur eg var litt sann i tåke i heile den periode på ein måte, så eg veit ikkje. Eg hadde jo sjølvsagt tanka om det va min feil da, kvifor ho gjorde det, og veldig sann.. Følte meg ikkje verdt nokon ting da.» (Linn, 26.01.2019, s. 5)*

(38) *«Sjølvsagt om det var litt vanskeleg å sitte der på foredraget mens alt føregjekk heime, så huska eg liksom det som eit viktig minne frå ungdomsskulen, fordi eg blei meir opplyst om kva som fanst og kor mange det faktisk var, og at ting ho [mor] hadde gjort var vanleg for folk med rusproblem å gjer, og at det ikkje var min feil liksom og sann.» (Linn, 26.01.2019, s. 21)*

Drøfting:

Informantane viser indre årsaksforklaring når det kjem til gode prestasjonar i skulen, fordi dei forklarar sine eigne positive prestasjonar med evner og innsats (Olsen & Traavik, 2010). Dei ser på den måten ut til å oppleve å styre eige liv fordi dei også attribuerer negative prestasjonar til innsats og ikkje evner (Olsen & Traavik, 2010). Olsen og Traavik (2010) hevdar at ei slik indre årsaksforklaring ofte blir sett på som det som er ønskeleg, då man ser på seg sjølv som årsaka til suksessen. Ei slik kjensle kan tenkast å påverke sjølvoppfatninga positivt då sjølvoppfatninga avheng av oppfatningar vi har av oss sjølve (Skaalvik & Skaalvik, 2013). På den måten ser det ut til at det å attribuere til indre faktorar kan vere ein faktor som beskyttar sjølvoppfatninga, og det også tenkast at det vil vere ein vernefaktor som har betydning for ei relativt positiv utvikling.

Samtidig hevdar Olsen og Traavik (2010) at slik indre årsaksforklaring er ugunstig i situasjonar der man ikkje har kontroll. Dette kan vi sjå i samanheng med at Kine, Mathilde (36) og Linn (37) hadde skuldkjensle knytt til mødrene sitt alkoholmisbruk. Det ser ut til at denne skuldkjensla tok opp mykje plass hos Mathilde (36) då ho var yngre, noko som kan tenkast at det medførte at ho ikkje fekk tid til å tenke på og hjelpe seg sjølv. Olsen og Traavik (2010) hevdar dessutan at ei slik skuldkjensle kan føre til nedsett tru på eigne krefter, sosioemosjonelle vanskar og ein destruktiv skuldkjensle. Som vi har sett er tru på eigne krefter ein faktor som kan fremme ei positiv utvikling og ei nedsett tru vil difor kunne tenkast å ha negative konsekvensar med tanke på positiv utvikling. For Linn (37) ser denne skyldkjensla ut til å påverke sjølvkjensla hennar negativ. Ei låg sjølvkjensle kan som sagt ha negative konsekvensar for den psykiske helsa (Skaalvik & Skaalvik, 2013). Ein norsk studie gjort av Stilloff (1996) referert i Borge (2010, s. 80) viser dessutan at dei barna som hadde ei slik skuldkjensle var også dei barna som fekk flest arr i oppveksten. Det kan difor argumenterast for at indre årsaksforklaring ikkje vil vere ein vernefaktor hos barn av alkoholmisbrukarar, når det blir sett i samanheng med å tillegge seg sjølv skulda for foreldra sitt alkoholproblem. Det ser ut til at skuldkjensla kan ha negative konsekvensar for sjølvkjensla, og det kan difor tenkast at også ytre årsaksforklaringar kan vere ein vernefaktor som har hatt betydning for ei relativ god utvikling hos personar som har vakse opp med alkoholmisbrukande foreldre.

Ytre årsaksforklaring vil i dette tilfellet handle om å tillegge ytre faktorar skuld for foreldra sitt alkoholmisbruk, og ikkje indre faktorar ved seg sjølv, og slik unngå å få ei destruktiv skuldkjensle (Skaalvik & Skaalvik, 2013). Mine funn tyder difor på at både indre og ytre årsaksforklaringar kan verke vernande for personar som vaks opp med alkoholmisbrukande foreldre, og det ser ut til at det er kontrollerbarheita av det som skjer i tillegg til om hendinga er positiv eller negativ, som avgjer kva som er ei gunstig årsaksforklaring (Skaalvik & Skaalvik, 2013). Slik sett ser det ut til at det å kunne attribuere på ein sjølvbeskyttande måte vil vere ein vernefaktor som har hatt betydning for ei relativt positiv utvikling hos personar som har vakse opp med alkoholmisbrukande foreldre. Dette er i tråd med det Kvello (2015) skriv om at personar som blir sett på som resiliente, utmerkar seg med eit sjølvbeskyttande attribusjonsmønster. I tillegg kan eit slikt attribusjonsmønster sjå ut til å medføre ei relativt god utvikling, sidan det er knytt til ei positiv sjølvoppfatning, oppleving av høg livskvalitet og god psykisk helse (Kvello, 2015). Høg livskvalitet og god psykisk helse er som sagt kjenneteikn på ei relativt god utvikling (Luthar, 2006; Olsen & Traavik, 2010).

Samtidig ser det ut til at ei slik sjølvbeskyttande attribusjonsmønster ikkje er ein ibuande eigenskap hos informantane. Utsegna til Amalie (33), Kine (35) og Linn (38) tyder på at informasjon og kunnskap om alkoholmisbruk var ein faktor som bidrog til at dei forstod at det ikkje var deira feil. Både Kine (35) og Linn (38) uttrykker dessutan eit ønske om meir kunnskap og informasjon om alkoholmisbruk i oppveksten, noko som er i tråd med funn frå ei norsk multi-senterstudie av Ruud og kollegar (2015). Dei fann at barn som pårørande hadde behov for å få meir informasjon for å forstå foreldra sin sjukdom og konsekvensane av den, og at dei hadde eit behov for å snakke om sin situasjon. Det ser ut til at informasjon og kunnskap om alkoholmisbruk har vore viktig for Kine (35) og Linn (38) si positive utvikling på den måten at det førte til at dei forstod at det ikkje var deira feil at foreldra drakk. Dette kan også argumenterast for å ha vore ein viktig faktor for Amalie (33) sitt sjølvbeskyttande attribusjonsmønster. Det ser ut til at ho fekk informasjon om at faren hadde hatt ein vanskeleg oppvekst, noko kan tyde på at ho også har fått informasjon som førte til at ho forstod at det ikkje var hennar feil. Informasjon og kunnskap ser altså ut til å ha hatt betydning for eit sjølvbeskyttande attribusjonsmønster, fordi det førte til at dei forstod at det ikkje var deira feil at mor drakk (33, 35 og 37). Dette kan også sjåast i samanheng med Glistrup, Killén og Solli (2004) som skriv at kunnskapsmangelen gjer at barna står aleine med å forstå mor eller far sine reaksjonar, og at det då kan føre til skuldkjensle hos barnet. Det kan difor argumenterast for at sjølv om eit sjølvbeskyttande attribusjonsmønster ser ut til å kunne vere ein vernefaktor som har hatt betydning for ei relativt positiv utvikling hos informantane, kan informasjon og kunnskap om alkoholmisbruk vere ein faktor som påverkar om barn av alkoholmisbrukarar klarer å attribuere på ein sjølvbeskyttande måte.

4.2.4 Hensiktsmessige stressmeistringsstrategiar

Noko som er gjennomgåande for alle informantane er at dei i dag synest det er godt å snakke med andre om korleis dei har hatt det. Dei uttrykker at det er godt å dele sine erfaringar med andre, å få forståing og støtte frå andre. Det var likevel berre Annika (44) som søkte hjelp frå ein lærar og som ville snakke med ein lærar om det som skjedde heime. Dette var noko ho ønskte og hadde behov for. Det er likevel verdt å merke seg at dette ikkje var før ho gjekk på vidaregåande. Linn fekk hjelp frå ein lærar då ho gjekk på ungdomsskulen, men søkte ikkje denne hjelpa sjølv og ønska ikkje å snakke om det. Eg tolkar det difor slik at ho ikkje viste ei hjelpesøkande åtferd til tross for at ho faktisk fekk hjelp.

- (39) «Det hjelp å snakke om det, sjølv om det ikkje er så kjekt å snakke om det. Så letta jo det litt på det trykket du har opparbeida deg da.» (Mathilde, 10.02.2019, s. 10)
- (40) «Men ja, det er godt å snakke om ting også, berre få det ut liksom. Det hjelp å snakke med andre om ting som er vanskeleg, det er jo godt å få støtte. Det har nok vore veldig viktig for meg etter kvart som eg blei eldre og forstod litt meir kva det gjekk ut på liksom.» (Kine, 13.02.2019, s. 21)
- (41) «Det har blitt veldig viktig for meg å snakke om det da, i alle fall til dei som er nær meg, fordi eg kjenner at eg blir letta over at eg har nokon å snakke med. Viss eg til dømes er heime, det er framleis ikkje bra heime liksom, så er det godt å ha nokon eg kan ringe til og sende melding til. Ja, berre for å ha litt støtte då.» (Amalie, 28.01.2019, s. 16)
- (42) «Ja, eller eg gjekk jo på ein liten smell, så då fann eg ut at så lenge går ikkje det an å dryge det då, før man får hjelp. Så nå snakkar eg ein del med ein rådgjevar og søker mykje meir hjelp frå andre da, og tørr å fortelje om ting.» (Linn, 26.01.2019, s.16)
- (43) «Eg har jo snakke mykje med mamma og andre dei siste åra og andre også. Det har vore godt å kunne opne seg for andre.» (Annika, 31.01.2019, s. 7)
- (44) «Ja, på det punktet syntest eg det var godt å snakke om det. For då syntest eg at alt var så vanskeleg. Eg visste jo ikkje korleis eg skulle stille meg til noko som helst som hadde med pappa å gjere. Og eg merka at eg begynte å slite på skule på grunn av det da. Då var det godt å ha nokon som kunne vise litt forståing.» (Annika, 31.01.2019, s. 11)

Informantane viste ikkje slik hjelpesøkande åtferd då dei gjekk på barneskulen, og mange søkte heller ikkje hjelp eller støtte frå andre før dei begynte på vidaregåande. Eit gjennomgåande trekk hos informantane er at dei kjente på skam knytt til foreldra sitt alkoholmisbruk. Dette førte til at dei ikkje våga å fortelje om det til andre. Det ser difor ut til at lite kunnskap om kva alkoholmisbruk inneber og om kor vanleg det eigentleg er, gjorde det vanskeleg for informantane å opne seg om korleis dei eigentleg hadde det. I intervju fekk eg inntrykk av at alkoholmisbruk er eit tema som det ikkje blir snakka so mykje om, og eg tolkar det difor slik at alkoholmisbruk er eit tabubelagt tema.

- (45) «Ja, du veit ikkje heilt korleis du skal sei det, og kven du skal seie det til og i kva ende du skal byrje. Så var jo det også skam da, så eg våga ikkje å sei det heller.» (Annika, 31.01.2019, s. 14)
- (46) «Eg trur det er mest på grunn av at eg har opplevd at ingen andre snakka om det, det var på ein måte det som var normalt. Det var litt sann skambelagt.» (Amalie, 28.01.2019, s. 11)
- (47) «Eg syntest det var flaut. Vi hadde jo nokon stereotype alkoholikarar i bygda, så eg tenkte mykje på det om at folk fekk vite at mamma var alkoholikar, så kom dei til å samanlikne ho med dei, og det var jo skikkeleg flaut! Vi brukte jo liksom å tulle og snakke drit om dei. Så ja.» (Kine, 13.02.2019, s. 16)
- (48) «Nei, vi snakka jo ikkje om det det med kvarandre ein gong. Altså første gangen eg snakka med pappa om det, var jo på slutten av vidaregåande sant. Så det blei liksom så tabubelagt

heile greia.» (Mathilde, 10.02.2019, s. 16)

- (49) *«Før det på en måte kom ut da, så var det viktig for meg at ingen skulle vite om at det var noko gale heime med oss.» (Linn, 26.01.2019, s. 2)*

Det viser seg altså at informantane ikkje hadde ei hjelpesøkande åtferd i denne perioden, men det ser ut til at dei brukte idrett og venar for å gløyme og omarbeide det som skjedde heime. Det ser også ut til at mange framleis nyttar seg av ein slik strategi i dag, samtidig som dei viser ei hjelpesøkande åtferd.

- (50) *«Når ho begynte å drikke på dagen, så stakk eg av til venar eller på fotballbana. Der fekk eg fred liksom, slapp å tenke på alt som var drit.» (Kine, 13.02.2019, s. 2)*

- (51) *«Dei [venane] var nok veldig viktig. Eg hadde jo veldig mange søsken, så eg har jo alltid hatt veldig mange å vere saman med, men eg trur på ein måte det har vore viktig at eg hadde folk utanfor min eigen heim, som eg liksom berre kunne fare til og vere saman med, og ikkje måtte tenke på ting som var vanskeleg.» (Amalie, 28.01.2019, s. 6)*

- (52) *«Ja, dansen har vore veldig viktig for meg, den har vore min friplass. Det er der eg har klart å kople av.» (Annika, 31.01.2019, s. 10)*

- (53) *«Eg trur nok situasjonen min hadde vår mykje verre om eg ikkje hadde så mange venar rundt meg, eg var i eit veldig stort nettverk eigentleg. Eg hadde alltid nokon eg kunne fare til eller vere saman med. Eg satt ikkje heime å kjeda meg med mindre eg ville. Eg trur nok det har hjelpt meg veldig mykje.» (Annika, 31.01.2019, s. 10)*

- (54) *«Så syntest eg det var veldig godt å vere med venar ja, det gjorde eg. For då slapp eg på ein måte det som skjedde heime da.» (Mathilde, 10.02.2019, s. 12)*

- (55) *«Eg hadde eigentleg mange veninner. Dei brukte eg kanskje mykje, eg likte mykje betre å vere heime med dei, enn å vere heime med meg sjølv. Det var på ein måte slik at eg flykta litt frå dei heime med å vere veldig mykje saman med veninner da.» (Linn, 26.01.2019, s. 7)*

Drøfting:

Alle informantane ser ut til å ha ei hjelpesøkande åtferd i dag, fordi dei søker hjelp og støtte frå både familie, venar og kjærastar (39, 40, 41, 42 og 43). Informantane uttrykk at det er godt å «lette på trykket» eller å kunne ventilere desse negative kjenslene til andre, og då få støtte og hjelp frå dei. Det å uttrykke sine kjensle og problem til andre, og slik få hjelp og støtte frå andre er noko som kjenneteiknar slik hjelpesøkande åtferd (Perry, 1990, referert i Brudal, 2006, s. 122). I tillegg er dette ifølgje Olsen og Traavik (2010) eit kjenneteikn på ein emosjonell meistringsstrategi, og slik sett kan vi knyte hjelpesøkande åtferd til ein emosjonell meistringsstrategi. Ved å uttrykke sin kjensler og problem til andre slapp informantane å stå aleine med sine problem, og dei fekk hjelp og støtte. Det å ikkje ha nokon å snakke med kjenslene sine om eller å få støtte i ein slik vanskeleg situasjon, kan ifølgje Hansen (1994) føre til at barnet utviklar låg sjølvkjensle. Låg sjølvkjensle kan som sagt føre til psykiske

helseplager (Skaalvik & Skaalvik, 2013). Difor kan det argumenterast for at ei hjelpesøkande åtferd og ein emosjonell meistringsstrategi kan verne mot psykiske helseplagar, og på den måten vil det også sjå ut til å ha vore ein vernefaktor som har betydning for ei relativt positiv utvikling hos informantane. Dette er i tråd med Brudal (2006) som hevdar at hjelpesøkande åtferd er eit sentralt kjenneteikn på resiliens.

Det at ein emosjonell meistringsstrategi i form av hjelpesøkande åtferd kan ha vore ein vernefaktor som har hatt betydning for ei relativt positiv utvikling, kjem også til syne gjennom Annika (44) sitt utsegn. På dette punktet var det veldig viktig for Annika å ha nokon og snakke med, for då syntest ho at alt var vanskeleg og visste ikkje korleis ho skulle stille seg til noko som helst. Det ser ut til at det å få støtte frå andre har vore viktig for ho, og det er noko som kjenneteiknar ei hjelpesøkande åtferd ifølgje Perry referert i Brudal (2006, s. 122).

Det å ventilere slike følelsar (39, 40, 41, 42, 43 og 44), stemmer ikkje med det Skre og kollegaer (2007) seier. Dei hevdar at å ventilere slike negative kjensler er ein dysfunksjonell stressmeistringsstrategi. Det synast difor at Olsen og Traavik (2010) si oppfatning stemmer betre for mine informantar. Kvello (2006) viser også til forskning som seier at sosial støtte frå venar er viktig fordi det fører til eit betre velvære, og det at venar hjelp kvarandre med emosjonelt stress er ein viktig kjelde for støtte som verkar utviklande og bekreftande. Det har også betydning for den psykiske helsa, fordi fråvær av støttande relasjonar heng saman med auke av psykiske og fysiske sjukdommar (Kvello, 2006). Slik sett kan hjelpesøkande åtferd og emosjonell mesitringstrategi vere ein vernefaktor som har betydning for ei relativt positiv utvikling hos personar som vaks opp med alkoholmisbrukande foreldre.

Samtidig ser det ikkje ut til at informantane hadde ei slik hjelpesøkande åtferd då dei gjekk på barneskulen. Det ser ut til at det var vanskeleg for informantane å søke hjelp, sidan dei syntest det var flaut å snake om og eit tabubelagt tema. Dette er i tråd med det Nordlie (2003) hevdar, at yngre barn som veks opp med foreldre som misbruker alkohol opplever at det er vanskeleg eller nesten umogeleg å hente hjelp og støtte frå utanforståande. Dei veit ofte ikkje at det finst eit hjelpeapparat eller tørr ikkje å nytte seg av det. Det er vanskeleg å seie noko om informantane ikkje visste om at det fanst eit hjelpeapparat, men det kan sjå ut til at dei ikkje våga å nytte seg av det på grunn av skammen eller at dei følte det var eit tabubelagt tema (45, 46, 47, 48 og 49). Dette er i tråd med Hansen (1994) som hevdar at alkoholmisbruk er eit tabu i dagens samfunn, og denne tabuiseringa skaper skam, noko som gjer det vanskeleg for barna å søke hjelp. Kva kan då førebyggje slik tabuisering? Ifølgje Haugland, Ytterhus og Dyregrov (2012) og Lambie og Sias (2005) må vi snakke om rus dersom vi skal identifisere barn som

pårørende, og at for å forhindre tabuisering og sosial isolasjon må vi gi barna informasjon om foreldra sin sjukdom. Nøkkelen til ei hjelpesøkande åtferd ser altså ut til å vere informasjon, då informasjon om foreldra sin sjukdom kan bidra til å fjerne tabuseringa. I tillegg vil informasjon om kvar man søke hjelp eller kven man kan snakke med vere naudsynt. Det er også sentralt at hjelpeinstansane er tilgjengelege (Olsen & Traavik, 2010).

Men er det slik at ei hjelpesøkande åtferd er den mest hensiktsmessige stressmeistringsstrategien med tanke på ei positiv utvikling? Informantane hadde ikkje ei hjelpesøkande åtferd då dei gjekk på barneskulen, men nytta seg av ein meir aktivitetsretta strategi i form av å avleie seg sjølv. For Kine (50) og Annika (52) vart hobbyen ein friplass, der dei fekk tenke på andre ting. Skre og kollegaer (2007) fann at høgare fysisk aktivitet blant jenter vart assosiert med lågare depressive symptom for jenter. Dette kan indikere at ein slik aktivitetsretta strategi er funksjonell med tanke på resiliens, og då også ein strategi som kan ha betydning for ei positiv utvikling hos barn av alkoholmisbrukarar. Informantane brukte også venane sine mykje til å avleie seg sjølv (50, 51, 53, 54 og 55). Dette er også i tråd med funn til Skre og kollegaer (2007), og også assosiert med ein funksjonell stressmeistringsstrategi. Ser vi dette i samanband med det Olsen og Traavik (2010) seier om at kva slags stressmeistringsstrategi som er best, er avhengig av både individet og situasjonen, kan det sjå ut til at ein aktivitetsretta meistringsstrategi også kan vere ein vernefaktor som har betydning for ei relativt positiv utvikling hos personar som vaks opp med alkoholmisbrukande foreldre. Ein slik strategi ser likevel ut til å vere avhengig av faktorar i miljøet (50, 51, 52, 53, 54 og 55).

Eit anna relevant punkt når det kjem til hensiktsmessige stressmeistringsstrategiar, er ein ikkje bør vere sterkt opptatt av dei vanskelege følelsane kombinert med unnvikande strategiar, då dette er nært knytt til psykiske lidingar (Aldao, Nolen-Hoeksema & Schweizer, 2010; Nolen-Hoeksema, Wisco og Lyubomirsky, 2008). Ein aktivitetsretta stressmeistringsstrategi kan tenkast å vere ein slik unnvikande strategi, men det ser ut til at den førte til at informantane ikkje måtte tenke på det som var vanskeleg (50, 51, 52, 53, 54 og 55). Skre og kollegaer (2007) knyt dessutan denne strategien til å vere indirekte forbunde med positiv tenking. Det kan difor tenkast at denne strategien ikkje hadde negative konsekvensar for den psykiske helsa, då den heller er forbunde med positiv tenking. Eit anna relevant punkt er at ein problemfokuserert meistringsstrategi veljast når personar meiner at dei har gode moglegheiter til å fjerne sjølv problemet (Aldao, Nolen-Hoeksema & Schweizer, 2010; Nolen-Hoeksema, Wisco og Lyubomirsky, 2008). Det kan argumenterast for at ein slik strategi ikkje vil vere

hensiktsmessig for barn av alkoholmisbrukarar, då alkoholmisbruket til foreldra ikkje er noko barnet kan ordne opp i.

Desse funna kan sjåast i samanheng med Borge (2010) og Rutter (2015) som presiserer at resiliens ikkje er eit eingongsfenomen. I likskap med dette er heller ikkje hensiktsmessige stressmeistringsstrategiar ein vernefaktor som fungerer som eit eingongsfenomen, men som i varierende grad er til stade i oppveksten. Stressmeistringsstrategiane kan seiast å vere ein vernefaktor for resiliens som har utvikla seg i takt med individuelle og sosiale forandringar, slik som Rutter (2015) hevdar resiliens også opererer.

4.3 Betydinga av gode relasjonar

Gode relasjonar til andre ser ut til å ha vore ein vernefaktor som har hatt betydning for ei relativt positiv utvikling. Funn knytt til denne kategorien tyder på at ein god relasjon til læraren kan vere ein vernefaktor av betydning, og gode relasjonar og venskap til jamnaldrande.

4.3.1 Gode relasjonar til lærarar

Funn:

Eit gjennomgåande trekk hos informantane er at dei beskriv relasjonen til lærarane sine som gode, og dei opplever at lærarane støtta dei og viste dei ei slags omsorg. Det er likevel vanskeleg å seie noko om denne relasjonen har hatt ein vernande effekt for alle informantane, då fleire oppgjev at dei ikkje snakka med læraren om korleis dei hadde det heime. Slik eg tolkar mine funn ser det ut til at denne relasjonen kan ha verka spesielt vernande for éin av informantane. Linn hadde ein lærar som såg at ho hadde det vanskeleg, og fekk ho dermed i kontakt med BUP slik ho kunne få hjelp. Sjølv om Linn (56) uttrykker at ho då vart sint for dette, tolkar eg det likevel slik at det var ein god relasjon som låg til grunn for at denne læraren tok tak. Ho fekk Linn til å søke hjelp, og det er noko som kan tenkast å krevje ein god relasjon.

(56) «Ja, eller akkurat der og då var eg jo kjempesur fordi eg ikkje ville snakke med nokon. Men når eg tenker tilbake på det i ettertid, så har ho kanskje på nokon måtar redda livet mitt, for eg vart jo berre verre og verre fordi eg ikkje ville snakke om det. Så eg sendte ho faktisk ei melding nokon år seinare og sa takk då. Det var nok absolutt avgjerande for meg at ho gjorde det, trur eg.» (Linn, 26.01.2019, s. 3)

Drøfting:

Alle informantane oppgjev at dei hadde ein relativ god relasjon til sine lærarar, men fleire av dei opna seg altså ikkje om det som var vanskeleg til læraren (jf. Kap. 4.2.4). Det kan difor diskuterast kor god denne relasjonen egentleg var. Slik eg tolkar det ser det ut til at dette har hatt betydning for Linn (56) si positive utvikling, sidan læraren hennar var den einaste som faktisk gjorde noko konkret for å hjelpe Linn. Linn opplevde å bli sett, fekk omsorg og støtte sidan læraren såg at ho hadde det vanskeleg, og støtta og viste omsorg gjennom å oppmuntre ho til å få hjelp for dei vanskane ho hadde. Dette kan knytast til at læraren og Linn (56) hadde ei nær og stabil tilknytning, nettopp det ein god relasjon inneber (Luthar, 2006). Luthar (2006) hevdar at ein anna person enn sjølve kjernefamilien til ei viss grad kan erstatte ein god relasjon til foreldra, og på den måten verke som ein vernefaktor. Det ser ikkje ut til at denne læraren erstatta denne relasjonen, men på bakgrunn av den hjelpa og støtta læraren gav Linn, kan det likevel argumenterast for at denne relasjonen fungerte som ein vernefaktor sidan den førte til at Linn (56) fekk hjelp til å omarbeide problema sine. Linn utvikla som tidlegare nemnt lettare psykiske helseproblem, og dersom ho ikkje hadde fått hjelp til å omarbeide sine følelsar kan det tenkast at desse problema kunne blitt større. Det kan difor argumenterast for at denne gode relasjonen har hatt betydning for ei relativt positiv utvikling hos Linn, sidan det å ha alvorlege psykiske helseproblem ikkje er eit kjenneteikn på ei relativt positiv utvikling (Luthar, 2006; Olsen & Traavik, 2010).

Det ser også ut til at dei fire andre informantane har hatt lærarar som viste dei omsorg, noko som kan knytast til at det viktigaste for at ein relasjon skal virke som ein vernefaktor for resiliens er at nokon bryr seg om dei, og støttar dei gjennom den vanskeleg situasjonen (Waaktaar & Christie, 2000). Det kan diskuterast om desse lærarane faktisk støtta dei fire andre informantane gjennom den vanskelege situasjonen. På den eine sida kan det sjå ut til at dei ikkje gjorde det, då dei ikkje visste om den vanskelege situasjonen informantane var i. Men på den andre sida kan det også tenkast at dei støtta informantane ved å vise dei omsorg, til tross for at dei ikkje visste om korleis dei hadde det heime. Dersom det viktigaste er at barna føler at nokon bryr seg om dei, kan ein slik god relasjon vil verke vernande. Dette kan støttast ved at forskning gjort av *Regionsenter for barn og unge psykiske helse* på NTNU viser at ein god lærar–elev-relasjon er særst viktig for elevar som har psykisk helseplage, og at eit dårleg forhold mellom lærar og elev kan auke sannsynet for at eleven utviklar psykiske problem i ettertid (Tunstad, 2013). Fråvær frå alvorlege psykiske helseproblem er som sagt er kriterium for at vi kan snakke om ei relativt positiv utvikling, og dersom ein god lærar–elev-

relasjon kan motverke det, kan det tenkast at det vil vere ein vernefaktor som har betydning for ei relativ positiv utvikling hos personar som vaks opp med alkoholmisbrukande foreldre (Luthar, 2006; Olsen & Traavik, 2010). Det er likevel vanskeleg å seie noko om kor god relasjonen denne relasjonen var for Annika, Amalie, Kine og Mathilde, men mine funn kan gi grunnlag for å hevde at Linn (56) har hatt ein god relasjon til læraren, som har verka beskyttande og som har hatt betydning for ei relativt positiv utvikling.

4.3.2 Gode relasjonar og venskap med jamnaldrande

Funn:

Eit gjennomgåande trekk hos informantane er at dei har hatt mange og gode venar og ei relativt stor sosialt nettverk.

- (57) «Eg har hatt mange gode venar, som eg også er god ven med i dag.» (Kine, 13.02.2019, s. 11)
- (58) «Men eg hadde mange gode venar, det hadde eg. Det har jo eg hatt heile vegen.» (Mathilde, 10.02.2019, s. 10)
- (59) «Eg trur nok situasjonen min hadde vår mykje verre om eg ikkje hadde så mange venar rundt meg, eg var i eit veldig stort nettverk eigentleg. Eg hadde alltid nokon eg kunne fare til eller vere saman med.» (Annika, 31.01.2019, s. 10)
- (60) «Eg hadde jo mange venar, vi var jo ein gjeng som brukte å være i lag da. Så det var jo veldig fint.» (Amalie, 28.01.2019, s. 5)
- (61) «Eg var ein veldig sosial person. Systema mi var jo eitt år eldre, så eg var mykje saman med venane hennar, og klassa til ei som var to år yngre enn meg, og folk i klassa. Ja, eg hadde mange venar.» (Linn, 26.01.2019, s. 7)

Gjennom intervjuet fekk eg eit generelt inntrykk av at informantane hadde vore i jamnaldringsmiljø som var positive for dei. Bakgrunnen for denne tolkinga er at informantane skildra eit miljø som var prega av idrett og fritidsaktivitetar, og ikkje eit belastande miljø i form av til dømes rus og kriminalitet. For to av informantane ser det også ut til at det miljøet dei var i og dei venskapane dei hadde, hadde positiv innverknad for deira ambisjonar om eit godt liv, på den måten at dei var i miljø der det blei sett på som positivt å ta ei utdanning og gjere noko med livet sitt.

- (62) «Eg har alltid hatt store ambisjonar for meg sjølv, og eg har jobba hardt, og eg har jo på ein måte alltid hatt eit godt utgangspunkt da. I min vennekrets så har vi på ein måte alltid snakka om at vi skal fare å studere og at vi skal gjere noko bra da.» (Amalie, 28.01.2019, s. 18)
- (63) «Så var jo vi ein ganske fin gjeng også eller sann. Nokon av venane mine var jo dei som satsa på fotballen, og dei andre hadde jo også store ambisjonar innan skule og andre ting. Så det var liksom eit miljø for å gjere det bra da, sann i livet liksom. Altså, det har nok gjort litt

sann at eg har ville klart meg bra da, altså bli ein bra person eller kva eg skal seie, og ikkje eit problembarn, i mangel på eit betre ord.» (Kine, 13.02.2019, s. 11)

Drøfting:

Informantane ser ut til å mange og gode venar (57, 58, 59, 60 og 61). Venskap kan sjåast på som ein vernefaktor mot einsemd, då studiar viser at ungdom som oppgjev at dei har gjensidige venskap rapporterer mindre grad av einsemd (Bowker & Spencer, 2010). Einsemd kan ha konsekvensar for mennesket si psykiske helse og er også forklaring på kvifor elevar har tankar om å slutte på vidaregåande (Frostad et al., 2015; Heinrich & Gullone, 2006). Mine funn tyder på at informantane ikkje følte seg einsame, då dei sjølv fortel at dei hadde mange og gode venar. Det var heller ingen som uttrykte at dei var einsame. Konsekvensane av einsemd er ikkje forenleg med ei relativt positiv utvikling (Luthar, 2006; Olsen & Traavik, 2010). På den måten kan venskap og gode relasjonar til jamnaldrande sjå ut til å vere ein vernefaktor som har betydning for ei positiv utvikling hos personar som vaks opp med alkoholmisbrukande foreldre.

Samtidig hevdar Luthar (2006) at dersom slike venskap skal fungere som ein vernefaktor, bør desse venane ikkje tilhøyre belastande miljø, og fungere betre enn kva risikobarnet gjer sjølv. Dette er noko som kan vere vanskeleg å seie noko om ut frå eit enkelt intervju, men mine funn tyder på at informantane var i eit positivt miljø med jamnaldrande og ikkje eit belastande miljø som var prega av rus eller kriminalitet, som kan tenkast å ha negativ påverknad for ei positiv utvikling. Frå sitata til Kine (62) og Amalie (63) kan vi sjå tydlege dømer på at dei hadde vener som hadde positiv påverknad på dei. Kine (62) fortel sjølv at ho var i ein gjeng som hadde store ambisjonar for framtida, og at dei var opptatt av gjere det bra i livet. Dette kan tolkast som at miljøet Kine ikkje var i eit belastande miljø, og samtidig kan det sjå ut til å hatt betydning for at Kine no er under høgare utdanning som er eit kjenneteikn på positiv utvikling (Luthar, 2006; Olsen & Traavik, 2010). Dette ser også ut å vere tilfellet for Amalie (63), som også skildrar eit liknande miljø. Sjølv om det er vanskeleg å seie noko om venane til dei andre informantane fungerte betre enn informantane sjølve, kan det vere grunnlag for å anta at dei gjorde det då ingen av informantane oppgjev at dei hadde vener som hadde negativ innverknad på dei. Det ser difor ut til at gode relasjonar og venskap med jamnaldrande er ein vernefaktor som har hatt betydning for ei relativt positiv utvikling hos informantane.

5.0 Oppsummerande drøfting og avslutning

I dette kapitlet vil eg summere opp mine hovudfunn, og prøve å svare på problemstillinga: «*Kva slags vernefaktorar har hatt betydning for ei relativt positiv utvikling hos personar som har vakse opp med alkoholmisbrukande foreldre?*». Vidare vil eg kome med nokon avsluttande refleksjonar rundt avgrensingar ved studien og vegen vidare.

5.1 Oppsummerande drøfting

I denne studien har eg prøvd å finne ut kva vernefaktorar som har hatt betydning for ei relativt positiv utvikling hos personar som har vakse opp med alkoholmisbrukande foreldre. Eg har valt å ha fokus på vernefaktorar som Olsen og Traavik (2010) meiner kan påverkast i skulen og som lærarar då kan tenkast å fremme og utvikle. Formålet ved prosjektet er å få auka kunnskaps kring kva vernefaktorar som kan føre til ei relativt positiv utvikling hos barn av alkoholmisbrukarar, og slik også auke kunnskap kring kva lærarar kan gjere for å fremme resiliens hos desse barna. Funna mine tyder på at det både er individuelle vernefaktorar og faktorar ved miljøet som har hatt betydning for ei relativt positiv utvikling hos informantane. Det varierer kor stor betydning dei ulike vernefaktorane har hatt for dei ulike informantane, men det er også nokon likskapar. Hensikta med denne oppgåva er likevel berre å kunne seie noko om kva slags vernefaktorar som har hatt betydning, og ikkje nødvendigvis kor stor betydning dei har hatt for kvar av informantane.

Mine funn tyder på at dei individuelle vernefaktorane har verka beskyttande på ulike måtar. Ei positiv sjølvoppfatning og meistringsdugleikar ser i hovudsak ut til å kunne beskytte mot psykiske helseproblem, og er slik ein vernefaktor som har hatt betydning for ei relativt positiv utvikling (Luthar, 2006; Olsen & Traavik, 2010). Men det er viktig å presisere at sjølvoppfatninga ser ut til å bli påverka av ytre faktorar, som til dømes ros og anerkjenning frå andre. Det å vere agent i eige liv ser ut til å hatt betydning for at informantane i dag er under utdanning, og ser også ut til å vere ein faktor som har hatt betydning for at informantane ikkje har utvikla alkoholproblem sjølv, noko som også kjenneteiknar ei relativt positiv utvikling (Luthar, 2006; Olsen & Traavik, 2010). Eit sjølvbeskyttande attribusjonsmønster kan verne mot ei destruktiv skuldkjensle, og slik sett også ei låg sjølvkjensle og psykiske helseproblem. På den måten vil også dette vere ein vernefaktor som har hatt betydning for ei relativt positiv utvikling (Luthar, 2006; Olsen & Traavik, 2010). Samtidig er det viktig å nemne at informasjon om alkoholmisbruk kan vere ein faktor som påverkar attribusjonsmønsteret.

Hensiktsmessige stressmeistringsstrategiar i form av ein emosjonell strategi og hjelpesøkande åtferd, ser ut til å kunne beskytte mot psykiske helseplager og slik sett fremme ei positiv utvikling (Luthar 2006; Olsen & Traavik, 2010). Men det ser ut til at alkoholmisbruk er eit tabubelagt tema og slik blir difor meir informasjon om dette temaet og kor man kan søke hjelp, ein faktor som fremmer slik hjelpesøkande åtferd (Haugland et. al., 2012; Lambie & Sias, 2005; Olsen & Traavik, 2010). Ein aktivitetsretta meistringsstrategi ser ut til å ha verka vernande for informantane på den måten at dei slapp å stelle seg til det som var vanskeleg, dei fekk kopla av og tenke på noko anna. Ein slik strategi ser også ut til å avhenge av ytre faktorar som til dømes fritidsaktivitetar og gode relasjonar og venskap.

Gode relasjonar til læraren kan verke vernande på den måten at det kan føre til hjelp og støtte frå læraren, som kan ha positive innverknad på den psykiske helsa og slik sett ha betydning for ei relativt positiv utvikling (Luthar, 2006; Olsen & Traavik, 2010). Mens gode relasjonar til jamnaldrande og venskap har beskytta mot einsemd, og slik verna mot psykiske helseplager (Heinrich & Gullone, 2006). Slik venskap kan også tenkast bidra til ein aktivitetsretta meistringsstrategi, og dersom venane ikkje er i eit belastande miljø og fungerer betre enn informantane kan det også tenkast at det kan bidra til at personar som veks opp med alkoholmisbrukande foreldre får ambisjonar om å ta ei god utdanning (Frostad, et. al., 2015; Luthar, 2006).

Kva kunnskap gir desse funna oss? Det som er mest interessant er at dei fleste av dei individuelle vernefaktorane, ikkje har vore ein statisk og medfødt eigenskap hos individet, men ein eigenskap som har blitt påverka av ytre faktorar ved miljøet. I tillegg kan det tenkast at dei individuelle vernefaktorane også vil påverke vernefaktorar i miljøet. Det å etablere gode relasjonar vil til dømes blant anna kunne være avhengig av sosial kompetanse ifølgje Ogden (2015), og sosial kompetanse er knytt til meistringsomgrepet (Waaktaar & Christie, 2000). Eit viktig poeng blir difor at ein må sjå på dei individuelle vernefaktorane opp mot det komplekse samspelet med miljøet. Vernefaktorane og resiliens er ein prosess som i varierende grad er til stade i oppveksten til informantane, og dei utviklar seg i takt med individuelle og sosiale forandringar slik som Rutter (2015) hevdar. Dei individuelle vernefaktorane og vernefaktorane ved miljøet påverkar kvarandre, og slik kan vi bruke kunnskapen om vernefaktorar til å fremme resiliens og ei relativt positiv utvikling hos barn som veks opp hos alkoholmisbrukande foreldre.

Eit anna spørsmål som dukkar opp i samband med problemstillinga, er om informantane kan seiast å ha hatt ei relativt positiv utvikling, og om denne positive utviklinga skyldast resiliens

eller noko anna? Informantane er alle under høgre utdanning i dag, og fleire har også fleire jobbtilbod ståande til hausten. Ingen ser ut til å ha alvorlege psykiske helseproblem, og eg tolkar det slik at dei i dag opplev ei viss grad av sjølvopplevd livskvalitet då dei oppgjev at dei er nøgde med livet sitt, og er glade personar som har eit godt sosialt nettverk. I tråd med Luthar (2006) og Olsen og Traavik (2010), kan det difor argumenterast for at informantane har hatt ei relativt positiv utvikling.

I intervjuet kom det fram, informasjon om at deira oppvekst har vore vanskeleg eller traumatiserende for dei (jf. kap. 4.1), men at dei har lært seg å meistre desse utfordringane. Fleire av dei individuelle vernefaktorane ser som sagt ut til å ikkje vere ein medfødt eller statisk eigenskap ved informantane, men noko som har blitt påverka av miljøet rundt. Det er vanskeleg å seie om nokon av desse vernefaktorane kan vere ein eigenskap informantane har tileigna seg på bakgrunn av dei vanskelege opplevingane, noko som vil vere forenleg med endringane som skjer som ein del av posttraumatisk vekst (Kvelling, 2015). Det å vere agent i eige liv ser ut til å kunne knytast til posttraumatisk vekst, då det på den eine side kan sjå ut til at risikoen informantane hadde i oppveksten førte til ei positiv endring i haldningane deira. Men på den andre sida gir ikkje funna mine grunnlag for å hevde at det har vore ei endring (jf. kap. 4.2.2). Informantane mine har heller ikkje i andre delar av intervjuet uttrykt tydelege endringar i verdsett, haldningar eller fungering som følgje av å ha vaks opp med alkoholmisbrukande foreldre. Det å erkjenne slike positive endringar er, ifølgje Kvelling (2015), kjenneteikn på posttraumatisk vekst og slik sett tyder det difor på at den positive utviklinga ikkje er eit resultat av posttraumatisk vekst. Det kan difor heller tyde på at informantane er resiliente, då dei har tilpassa seg og meistra godt. Informantane har over åra hatt ei modning, men ei slik modning er berre ein del av normalutviklinga ifølgje Kvelling (2015). Det at dei har meistra store utfordringar og makta å skape seg gode liv tross for store påkjenningar i oppveksten, heller difor i retning av resiliens og ikkje berre som eit resultat av modning. Modning har ikkje noko med risiko og traume å gjere, og difor er det viktig at modning ikkje blir forveksla med resiliens eller posttraumatisk vekst.

Det kan også argumenterast for at informantane har vore utsett for ein kronisk risiko (jf. kap. 4.1.), og det er nettopp dette som ser ut til å skilje posttraumatisk vekst og resiliens, då posttraumatisk vekst ofte handlar om eit enkelttraume (Kvelling, 2015). Dette kan då vere enda eit argument for at informantane si relative positive utvikling skuldast resiliens og at vernefaktorane har hatt betydning for ei relativt positiv utvikling.

5.2 Studien sine styrkar og avgrensingar

Mitt utval vil som sagt vere prega av ei skeivheit (jf. kap 3.4), og det må difor diskuterast i samband med mine funn. Sidan eg berre har intervju personar som har klart seg bra, kan være vanskeleg å seie noko om desse vernefaktorane vil ha betydning for personar som ikkje har klart seg like bra. I denne studien var likevel formålet å finne kva slags vernefaktorar for resiliens som har hatt betydning for ei positiv utvikling, og det vil då vere hensiktsmessig å rekruttere informantar som har klart seg bra, for å finne ut kva vernefaktorar som har betydning for ei positiv utvikling.

Når man nyttar intervju som datainnsamlingsmetode er det fare for at viktige opplysingar ikkje kjem fram. Min intervjuguide er i stor grad utleia av teori, og det kan ha ført til at informantane sine synspunkt ikkje fekk stor nok plass i intervjuet, til tross for at eg som intervjuar prøvde å ha ei opa halding og stille opne spørsmål. Ein konsekvens av dette kan vere at viktige poeng ikkje kom fram, og slik sett kan også viktige kategoriar og vernefaktorar ha blitt utelate. Det kan diskuterast om eg har stilt opne nok spørsmål då eg ikkje kom fram til nokon nye hovudkategoriar. Noko som er med på å styrke oppgåva mi er likevel at mine funn ser ut til å stemme godt overeins med tidlegare forskning på området, noko som kan tenkast å styrke studiens kvalitet og gyldigheit då dette kan tyde på at mine funn representerer eit gyldig bilete av den røynda eg har studert (Silverman, 2014).

Kvalitativ metode gir rom for fortolkingar og det kvalitative intervjuet er kontekstuel, og i den samanhengen må eg også stille meg spørsmålet om kor pålitelege mine funn er. For å sikre at mine funn og min studie skal vere påliteleg har det vore eit mål å gjere denne studien så transparent som mogeleg, og slik kunne styrke studiens pålitelegheit. Det er slik at funna i denne studien ikkje vil kunne generaliserast til å gjelde alle barn av alkoholmisbrukarar sidan dei berre er basert på fem personar si oppleving og erfaringar. Funna i studien kan likevel seiast å være gjenkjennbar og overførbar, då tidlegare forskning viser liknande funn og.

5.3 Vegen vidare

Dersom eg skulle forska vidare på dette prosjektet ville eg prøvd å kome i kontakt med mannlege informantar tilsvarande dei eg har nytta meg av i denne studien, for å sjå om mine funn også kan stemme for menn. Det hadde også vore interessant å sett på kor vidt dei vernefaktorane som har blitt trekt fram i dette prosjektet faktisk kan verke vernande for andre barn av alkoholmisbrukarar. Ein måte å undersøke dette på kan vere å anvende longitudinelle design. Man kan då få mogelegheita til å undersøke individua si

utvikling framover i tid. Det kunne vore interessant å anvende eit slikt design og forske på barn av alkoholmisbrukarar si utvikling over tid, ved å til dømes sette inn tiltak i skulen for å styrke vernefaktorane som har blitt presentert i oppgåva og sjå på om dei faktisk har betydning for andre barn av alkoholmisbrukarar si positive utvikling.

Litteraturliste

- Aldao, A., Nolen-Hoeksema, S., & Schweizer, S. (2010). Emotion-regulation strategies across psychopathology: A meta-analytic review. *Clinical Psychology Review*, 30, 217-237. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2009.11.004>
- Bandura, A. (1997). *Self-Efficacy: The Exercise of Control*. New York: Freeman
- Bandura, A. (2006). Toward a Psychology of Human Agency. *Perspectives on Psychological Science*, 1(2), 164–180. <https://doi.org/10.1111/j.1745-6916.2006.00011.x>
- Befring, E. (2007). *Forskningsmetode med etikk og statistikk*. Oslo: Det norske samlaget.
- Befring E. (2012). Forebygging blant barn og unge i et psykososialt perspektiv i Befring, E., Tangen R. (red) *Spesialpedagogikk*. (s. 129–146) Oslo: Cappelen Damm.
- Berger, R. (2015). Now I see it, now I don't: researcher's position and reflexivity in qualitative research. *Qualitative Research*, 15(2), 219–234. <https://doi.org/10.1177/1468794112468475>
- Borge, A.I.H. (2010). *Resiliens. Risiko og sunn utvikling*. Oslo: Gyldendal Norsk Forlag
- Bowker, J. C. & Spencer, S. V. (2010). Friendship and adjustment: a focus on mixed-grade friendships. *Journal of Youth & Adolescence*, 39(11), 1318-1329. <https://doi.org/10.1007/s10964-009-9474-0>
- Brudal, L. (2006). *Positiv psykologi: Empati, flyt, kvinne og mann, humor*. Bergen: Fagbokforlaget.
- Dalen, M. (2011). *Intervju som forskningsmetode – en kvalitativ tilnærming*. Oslo: Universitetsforlaget.
- De nasjonale forskningsetiske komiteene (NESH). (2016). *Forskningsetiske retningslinjer for samfunnsvitenskap, humaniora, juss og teknologi*. (4.utg.). Henta den 05.03.2019 frå: <https://www.etikkom.no/forskningsetiske-retningslinjer/Samfunnsvitenskap-jus-og-humaniora/>
- Fay, B. (1996). *Contemporary philosophy of social science: A multicultural approach* (Contemporary philosophy). Oxford: Blackwell
- Frostad, P., Pijl, S. J., & Mjaavatn, P. E. (2015). Losing All Interest in School: Social Participation as a Predictor of the Intention to Leave Upper Secondary School Early. *Scandinavian Journal of Educational Research*, 59(1), 110–122. <https://doi.org/10.1080/00313831.2014.904420>
- Gall, M., Gall, J., & Borg, W. R., (2007). *Educational research: An introduction* (8. utg.). Boston: Allyn and Bacon.
- Glistrup, K., Killén, K., & Solli, A. (2004). *Det barn ikke vet - har de vondt av: Familiesamtaler med psykisk syke foreldre og deres barn*. Oslo: Pedagogisk forum
- Gunnestad, A (2017). Resiliens – tidlig innsats for å bygge motstandskraft og mestringsevne hos barn i risiko. I Lyngseth, E. J og Mørland (Red.), *Tidlig innsats i tidlig barndom*. Oslo: Gyldendal Norsk Forlag AS.

- Hansen, F. (1994). *Barn som lever med foreldres rusmisbruk*. Oslo: Ad notam Gyldendal
- Haugland, B.S.M. (2006). Barn som omsorgsgivere: Adaptiv versus destruktiv parentifisering. *Tidsskrift for norsk psykologforening*, 43, 211–220. Henta den 30.04.2019 frå: <https://psykologtidsskriftet.no/fagartikkel/2006/03/barn-som-omsorgsgivere-adaptiv-versus-destruktiv-parentifisering?redirected=1>
- Haugland, B. S. M, Ytterhus, B., & Dyregrov, K. (2012). *Barna i sentrum – hva vil vi løfte frem? Barn som pårørende*. Oslo: Abstrakt forlag.
- Heinrich, L. M. & Gullone, E. (2006). The clinical significance of loneliness: A literature review. *Clinical Psychology Review*, 26(6) 695–718. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2006.04.002>
- Hsieh, H.-F., & Shannon, S. E. (2005). Three Approaches to Qualitative Content Analysis. *Qualitative Health Research*, 15(9), 1277–1288. <https://doi.org/10.1177/1049732305276687>
- Juul, J. (1996). *Ditt kompetente barn. På vei mot et nytt verdigrunnlag for familien*. Oslo: Pedagogisk forum.
- Killèn, K. & Olofsson, M. (red.) (2003). *Det sårbare barnet. Barn, foreldre og rusmiddelproblemer*. Oslo: Kommuneforlaget AS.
- Killèn, K. (2004). *Sveket. Omsorgssvikt er alles ansvar* (3.utg.). Oslo: Kommuneforlaget.
- Killèn, K. (2009). *Sveket I. Barn i risiko og omsorgssviktsituasjoner* (4. utg.). Oslo: Kommuneforlaget.
- Kleven, T. (2011). Forskning og forskningsresultater. I T. Kleven, F. Hjordemaal & K. Tveit (red.), *Innføring i pedagogisk forskningsmetode. En hjelp til kritisk tolkning og vurdering*. Oslo: Unipub.
- Kvale, S., & Brinkmann, S. (2017). *Det kvalitative forskningsintervju*. (3.utg.). Oslo: Gyldendal Norsk Forlag AS
- Kvello, Ø. (2006). *Barn og unges vennskap: Empiri- og teorigjennomgang, en kvantitativ og kvalitativ studie over barns oppfatning og prestasjon av sosiale relasjoner til jevnaldrende og voksne i forhold til noen sentrale mål på psykososial tilpasning* (Doktoravhandling). Trondheim: Norges teknisk-naturvitenskapelige universitet
- Kvello, Ø. (2015). *Barn i risiko: Skadelige omsorgssituasjoner* (2. utg. ed.). Oslo: Gyldendal Akademisk
- Lambie, G. W., & Sias, S. M. (2005). Children of alcoholics: Implications for professional school counseling. *Professional School Counseling*, 8(3), 266–273. Henta den 04.04.2019 frå: <https://search.proquest.com/docview/213445364?accountid=12870>
- Luthar, S. S. (2006). Resilience in development: A synthesis of research across five decades. I D. Cicchetti, & D. J. Cohen. *Developmental psychopathology. Vol 3: Risk, disorder, and adaptation* (2. utg.) (s. 739–795). Hoboken, NJ: John Wiley & Sons, Inc. Henta 10.01.2019 frå: <https://ebookcentral.proquest.com/lib/ntnu/detail.action?docID=256191>

- Mann, M., Hosman, C.M.H., Schaalma, H.P. & deVries, N.K. (2004). Self-esteem in a broad-spectrum approach for mental health promotion. *Health education research*, 19(4), 357–372. <https://doi.org/10.1093/her/cyg041>
- Markus, H., & Nurius, P. (1986). Possible selves. *American Psychologist*, 41, 954–969. <http://dx.doi.org/10.1037/0003-066X.41.9.954>
- Nilssen, V. (2012). *Analyse i kvalitative studier. Den skrivende forskeren*. Oslo: Universitetsforlaget.
- Nolen-Hoeksema, S., Wisco, B.E., & Lyubomirsky, S. (2008). Rethinking rumination. *Perspectives on Psychological Science*, 3, 400–424. doi: 10.1111/j.1745-6924.2008.00088.
- Nordahl, T., Sørli, M.A., Manger, T., & Tveit A. (2005). *Atferdsproblemer blant barn og unge. Teoretiske og praktiske tilnærminger*. Bergen: Fagbokforlaget Vigmostad og Bjørke.
- Nordlie, E. (2003). Alkoholmisbruk – hvilke konsekvenser har det for familiemedlemmene *Tidsskrift for Den norske legeforening*. (1), Henta 17.01.2019 frå: <https://tidsskriftet.no/2003/01/tema-alkohol/alkoholmisbruk-hvilke-konsekvenser-har-det-familiemedlemmene>
- Ogden, T. (2009). *Sosial kompetanse og problematferd i skolen* (2.utg.). Oslo: Gyldendal Akademisk.
- Ogden, T. (2015). *Sosial kompetanse og problematferd blant barn og unge*. Oslo: Gyldendal Akademisk.
- Olsen, M. I., Traavik, K. M. (2010). *Resiliens i skolen – Om hvordan skolen skal bidra til livsmestring for sårbare barn og unge. Teori og tiltak*. Bergen: Fagbokforlaget
- Rutter, M. (2000). Resilience Reconsidered: Conceptual Considerations, Empirical Findings, and Policy Implications. I E. Zigler (red.), J. Shonkoff & S. Meisels (seriered). *Handbook of Early Childhood Intervention* (s. 651–682). Cambridge: Cambridge University Press. <http://doi.org/10.1017/CBO9780511529320.030>
- Rutter, M. (2015). Resilience: Concepts, findings, and clinical implications. I A. Thapar, Pine, F. J. Leckman, S. Scott, M. J. Snowling, & E. Taylor, (red.), *Rutter's child and adolescent psychiatry* (s. 341–351). Chichester: John Wiley & Sons.
- Ruud, T., Birkeland, B., Faugli, A., Hagen, K. A., Hellman, A., Hilsen, M., ... Weimand, B.M. (2015). *Barn som pårørende. Resultater fra en multisenterstudie*. Utgivelsessted: Akershus universitetssykehus HF. Henta den. 02.04.2019 frå: <https://helsedirektoratet.no/Lists/Publikasjoner/Attachments/1025/Barn%20som%20p%C3%A5r%C3%B8rende-IS-0522.pdf>
- Schwarzer, R. (1992). *Self-efficacy: Thought control of action*. Washington DC: Hemisphere.
- Seligman, M. (1992). *Helplessness: On depression, development, and death*. New York: Freeman.

- Seligman, M. E. P. (2011). Building Resilience. *Harvard Business Review*, 89(4), 100–106.
Henta den 15.02.2019 frå: <https://hbr.org/2011/04/building-resilience>
- Silverman, D. (2014). *Interpreting qualitative data* (5. utg.). Los Angeles, California: SAGE
- Skaalvik M. & Skaalvik S. (2013) *Skolen som læringsarena. Selvoppfatning motivasjon og læring* (2. utg). Oslo: Universitetsforlaget.
- Skre, I., Arnesen, Y., Breivik, C., Johnsen, L., Verplanken, B., & Wang, C. (2007). Mestring hos ungdom: Validering av en norsk oversettelse av Adolescent Coping Orientation for Problem Experiences. *Tidsskrift for Norsk Psykologforening*, 44(3), 236–246.
Henta den 16.03.2019 frå:
<https://psykologtidsskriftet.no/fagartikkel/2007/02/mestring-hos-ungdom-validering-av-en-norsk-oversettelse-av-adolescent-coping>
- Thagaard, T. (2013). *Systematikk og innlevelse – en innføring i kvalitativ metode*. (4.utg.). Bergen: Fagbokforlaget
- Thompson, R. (2006). *Nurturing future generations: Promoting resilience in children and adolescents through social, emotional and cognitive skills* (2. utg.). New York: Routledge.
- Thompson, R.J., & Berenbaum, H. (2006). Shame reactions to everyday dilemmas are associated with depressive disorder. *Cognitive Therapy Research*, 30(6), 415–425.
<https://doi.org/10.1007/s10608-006-9056-3>
- Torvik, F. A., & Rognmo, K. (2011). *Barn av foreldre med psykiske lidelser eller alkoholmisbruk: omfang og konsekvenser*. Oslo: Folkehelseinstituttet. Henta den 04.10.2018 frå: <http://www.fhi.no/dokumenter/Od04decc0b.pdf>
- Tunstad, H. (2013). *Lærer bedre med tilhørighet*. Henta den 17.01.2019 frå:
<https://forskning.no/skole-og-utdanning-barn-og-ungdom-ntnu/laerer-bedre-med-tilhorighet/659509>
- Utdanningsdirektoratet (2015). *Den generelle delen av læreplanen*. Henta den 07.01.2019 frå:
<https://www.udir.no/laring-og-trivsel/lareplanverket/generell-del-av-lareplanen/>
- Uthus, M. (2017). Et helsefremmende inkluderingsbegrep. I M. Uthus (Red.), *Elevenes psykiske helse i skolen. Utdanning til selvregulering og å mestre egne liv*. Oslo: Gyldendal Akademisk.
- Waaktaar, T. & Christie, H. J. (2000). *Styrk sterke sider: håndbok i resilience grupper for barn med psykososiale belastninger*. Oslo: Kommuneforlaget.
- Waaktaar, T., Torgersen, S. & Christie, H. J. (2007). Resiliens og intervensjon. I A. I. H. Borge, (red.), *Resiliens i praksis. Teori og empiri i et norsk perspektiv*. Oslo: Gyldendal Norske Forlag.
- Werner, E. E. & Smith, R. S. (1992). *Overcoming the odds. High risk children from birth to adulthood*. Ithaca: Cornell University Press.

Vedlegg

Vedlegg 1 – Godkjenning frå NSD

NSD sin vurdering



Prosjekttittel

Ein kvalitativ studie av korleis skulen kan legge til rette for ei resilient utvikling for barn av alkoholmisbrukarar.

Referansenummer

665797

Registrert

17.12.2018 av Andrea Storøy Rødseth - andresro@stud.ntnu.no

Behandlingsansvarlig institusjon

NTNU Norges teknisk-naturvitenskapelige universitet / Fakultet for samfunns- og utdanningsvitenskap (SU) / Institutt for pedagogikk og livslang læring

Prosjektansvarlig (vitenskapelig ansatt/veileder eller stipendiat)

Øyvind Kvello, oyvind.kvello@ntnu.no, tlf: 93035464

Type prosjekt

Studentprosjekt, masterstudium

Kontaktinformasjon, student

Andrea Storøy Rødseth, andrea.rodseth@gmail.com, tlf: 47612942

Prosjektperiode

05.01.2019 - 15.05.2019

Status

24.01.2019 - Vurdert

Vurdering (1)

24.01.2019 - Vurdert

Det er vår vurdering at behandlingen vil være i samsvar med personvernlovgivningen, så fremt den gjennomføres i tråd med det som er dokumentert i meldeskjemaet 24.01.2019 med vedlegg, samt i meldingsdialogen mellom innmelder og NSD. Behandlingen kan starte.

MELD ENDRINGER

Dersom behandlingen av personopplysninger endrer seg, kan det være nødvendig å melde dette til NSD ved å oppdatere meldeskjemaet. På våre nettsider informerer vi om hvilke endringer som må meldes. Vent på svar før endringen gjennomføres.

TYPE OPPLYSNINGER OG VARIGHET

Prosjektet vil behandle særlige kategorier av personopplysninger om psyko-sosiale helseforhold og alminnelige personopplysninger frem til 15.05.2019.

LOVLIG GRUNNLAG FOR DEN UNGE VOKSNE

Prosjektet vil innhente samtykke fra de registrerte til behandlingen av personopplysninger. Vår vurdering er at prosjektet legger opp til et samtykke i samsvar med kravene i art. 4 nr. 11 og art. 7, ved at det er en frivillig, spesifikk, informert og utvetydig bekreftelse, som kan dokumenteres, og som den registrerte kan trekke tilbake.

Lovlig grunnlag for behandlingen vil dermed være den registrertes uttrykkelige samtykke, jf. personvernforordningen art. 6 nr. 1 a), jf. art. 9 nr. 2 bokstav a, jf. personopplysningsloven § 10, jf. § 9 (2).

LOVLIG GRUNNLAG FOR TREDJEPERSON/FORELDRE

Under intervjuet med de unge voksne vil deres foreldre være indirekte identifiserbare grunnet relasjonen til sitt barn. Videre vil det fremkomme at foreldrene har problemer med alkohol, og det registreres derfor særlige kategorier om helseforhold om foreldrene.

NSD vurderer at den planlagte behandling av personopplysninger er lovlig fordi:

- det er nødvendig for å utføre en oppgave i allmennhetens interesse
- formålet er knyttet til vitenskapelig forskning.
- samfunnets interesse i at behandlingen finner sted klart overstiger ulempene for den enkelte
- det iverksettes nødvendige tiltak (garantier) for å sikre tredjepersoners rettigheter og friheter
- forsker har oppfylt den særskilte rådføringsplikten

Prosjektet vil behandle særlige kategorier av personopplysninger om tredjeperson med grunnlag i at oppgaven er nødvendig for formål knyttet til vitenskapelig eller historisk forskning.

Behandlingen har hjemmelsgrunnlag i personvernforordningen art. 6 nr. 1 bokstav e), jf. art. 9 nr. 2 bokstav j), jf. personopplysningsloven §§ 8 og 9.

PERSONVERNPRINSIPPER

NSD vurderer at den planlagte behandlingen av personopplysninger vil følge prinsippene i personvernforordningen:

- om lovlighet, rettferdighet og åpenhet (art. 5.1 a), ved at de registrerte får tilfredsstillende informasjon om og samtykker til behandlingen
- formålsbegrensning (art. 5.1 b), ved at personopplysninger samles inn for spesifikke, uttrykkelig angitte og berettigede formål, og ikke viderebehandles til nye uforenlige formål
- dataminimering (art. 5.1 c), ved at det kun behandles opplysninger som er adekvate, relevante og nødvendige for formålet med prosjektet
- lagringsbegrensning (art. 5.1 e), ved at personopplysningene ikke lagres lengre enn nødvendig for å oppfylle formålet

DE REGISTRERTES RETTIGHETER

Så lenge de registrerte kan identifiseres i datamaterialet vil de ha følgende rettigheter: åpenhet (art. 12), informasjon (art. 13), innsyn (art. 15), retting (art. 16), sletting (art. 17), begrensning (art. 18), underretning (art. 19), dataportabilitet (art. 20).

NSD vurderer at informasjonen som de registrerte vil motta oppfyller lovens krav til form og innhold, jf. art. 12.1 og art. 13.

Vi minner om at hvis en registrert tar kontakt om sine rettigheter, har behandlingsansvarlig institusjon plikt til å svare innen en måned.

TREDJEPERSON/FORELDRENE RETTIGHETER

Så lenge tredjepersoner sikkert kan identifiseres i datamaterialet vil de ha følgende rettigheter i prosjektet: innsyn (art. 15), retting (art. 16), sletting (art. 17), begrensning (art. 18), underretning (art. 19) og protest (art 21).

Prosjektet har ikke som formål å samle inn direkte personopplysninger (som navn) om foreldrene, og måtte derfor ha samlet inn flere opplysninger om foreldrene enn nødvendig dersom disse skulle informeres om forskningen. Videre er det de unge voksne sitt perspektiv og erfaringer som er fokus for prosjektet, og ikke å samle inn opplysninger om deres foreldre. NSD har videre vektlagt at de unge voksne må kunne delta i forskning og dele sine erfaringer uten at foreldrene informeres om dette. I tillegg vil det kunne hindre at de unge voksne snakker fritt, dersom foreldrene får informasjon om forskningen. På bakgrunn av det kan det unntas fra informasjonsplikt etter art. 14 nr. 5 b), der personopplysninger ikke har blitt samlet inn fra den registrerte. Det vurderes videre at det kan unntas fra informasjonsplikten på grunnlag at det vil være uforholdsmessig vanskelig å gi informasjon.

Vi minner om at hvis tredjeperson tar kontakt om sine rettigheter, har behandlingsansvarlig institusjon plikt til å svare innen en måned.

FØLG DIN INSTITUSJONS RETNINGSLINJER

NSD legger til grunn at behandlingen oppfyller kravene i personvernforordningen om riktighet (art. 5.1 d), integritet og konfidensialitet (art. 5.1. f) og sikkerhet (art. 32).

For å forsikre dere om at kravene oppfylles, må dere følge interne retningslinjer og eventuelt rådføre dere med behandlingsansvarlig institusjon.

OPPFØLGING AV PROSJEKTET

NSD vil følge opp ved planlagt avslutning for å avklare om behandlingen av personopplysningene er avsluttet.

Lykke til med prosjektet!

Kontaktperson hos NSD: Belinda Gloppen Helle

Tlf. Personverntjenester: 55 58 21 17 (tast 1)

Førespurnad om deltaking i forskingsprosjektet

Korleis legge til rette for ei resilient utvikling i skulen for barn av alkoholmisbrukarar

Dette er ein førespurnad til deg om å delta i eit forskingsprosjekt der formålet er å kunne seie noko om korleis skulen kan legge til rette for ei resilient utvikling for barn med foreldre som misbruk alkohol.

Samtykkeerklæring

Bakgrunn og formål

Eg, Andrea Storøy Rødseth, er masterstudent ved NTNU Trondheim og går på studieprogrammet spesialpedagogikk. I den anledning skal eg skrive masteroppgåve til våren der temaet er resiliens i skulen – barn av alkoholmisbrukarar. Gjennom arbeidet med oppgåva er eg interessert i å finne ut av problemstillinga: *Korleis kan skulen legge til rette for at barn av alkoholmisbrukarar skal få ei resilient utvikling?*

Resiliens er korleis menneske som lev under vanskelege oppvekstvilkår klarer seg bra til tross for slik risiko. I hovudsak er eg opptatt av å finne ut om det noko spesielt man kan gjere i skulen for å fremme elevane sine vernefaktorar. Slike vernefaktorar kan til dømes vere ei god sjølvoppfatning, meistring, trur på egne krefter og gode relasjonar. Gjennom informantane sine egne erfaringar med dette ønsker eg å få svar på korleis skulen kan legge til rette for ei resilient utvikling. Det er Norges teknisk-naturvitenskapelige universitet / Institutt for pedagogikk og livslang læring, som er ansvarleg institusjon for prosjektet.

Eg veit at dette er eit sårt tema for mange, men det trengs også meir forskning på feltet. Skulen er ein plass barn tilbringar store delar av sin barndom, og eg trur skulen kan vere ein viktig faktor for at barn av alkoholmisbrukarar skal klare seg bra seinare i livet

Kvifor får du spørsmål om å delta?

Eg søker informantar i alderen 20-35 år som har vakse opp med mor/far som har misbrukt alkohol, og som er villig til å snakke om sine opplevingar rundt det, med spesielt fokus på skulen. Det er også eit kriterium at utvalet er under jobb/utdanning, har eit visst minne frå tida som barn/ungdom og opplev at dei har ein viss grad av livskvalitet.

Kva inneber det å delta i studien?

Eg vil gjennomføre individuelle intervju, der det er satt av 1-2 timer til kvart intervju. Eksakt tid og stad for intervjuet avtalar forskar og informant i lag, men det er ønskeleg at intervjuet blir gjennomført i månadane Januar/Februar 2019. Samtalen vil bli tatt opp på diktafon og transkribert når intervjuet er ferdig. Lydopptak vil bli sletta når transkripsjonen er gjennomført. Spørsmåla i intervjuet vil handle om intervjupersonane sine erfaringar med skulen, og då spesielt med fokus på vernefaktorar som kan ha ført til ei positiv utvikling.

Frivillig deltaking

Det er frivillig å delta i studien, og du kan trekke ditt samtykke før 15.05.2019 utan å angi grunn. Dersom du trekk deg vil alle opplysningar om deg bli sletta. Om du ønsker å trekke deg, behøv du berre å ta kontakt med meg, via mail eller telefon.

Kva skjer med informasjonen du gir?

Eg vil berre bruke opplysningane om deg til formålet som er beskrive i dette skrivet. Alle personopplysningar vil bli behandla konfidensielt og i samsvar med personvernregelverket. Det er berre eg og vegleiar/prosjektleiar som vil ha tilgang til opplysningar som blir gitt. Alt som blir sagt under intervjuet vil bli anonymisert, og ingen deltakarar vil kunne bli gjenkjent i det som publiserast. Namnet og kontaktopplysningane dine vil bli oppbevart trygt og utilgjengeleg for andre, og vil ikkje bli publisert. I transkripsjonane av intervjuet og i det som blir publisert vil du få eit fiktivt namn.

Kva skjer med opplysningane dine når forskingsprosjektet avsluttast?

Prosjektet skal etter planen avsluttast 15. mai 2019, då vil alle personopplysningar bli sletta. Lydopptaket vil bli sletta så snart transkripsjonane er overstått.

Dine rettigheter

Du har rett til:

- Innsyn i kva slags personopplysningar som er registrert om deg,
- Å få retta personopplysningar om deg
- Få sletta personopplysningar om deg
- Få utlevert ein kopi av dine personopplysningar, og

- Å sende klage til personvernombudet eller Datatilsynet om behandlingane av dine personopplysingar

Kva gir meg rett til å behandle personopplysingar om deg?

Eg behandlar opplysingar om deg basert på ditt samtykke. På oppdrag frå Norges teknisk-naturvitenskapelige universitet avdeling, Institutt for pedagogikk og livslang læring, har NSD – Norsk senter for forskingsdata AS, vurdert at behandling av personopplysingar i dette prosjektet er i samsvar med personvernregelverket.

Kvar kan eg finne ut meir?

Viss du har spørsmål til studien, eller ønsker å nytte deg av dine rettigheter, ta kontakt med:

- NTNU: Norges teknisk-naturvitenskapelige universitet avdeling Institutt for pedagogikk og livslang læring ved Øyvind Kvello, på epost (oyvind.kvello@ntnu.no) eller telefon: 93035464
- Vårt personvernombud: Thomas Helgesen
- NSD – Norsk senter for forskningsdata AS, på epost (personvernombudet@nsd.no) eller telefon: 55 58 21 17.

Med vennlig hilsen

Prosjektansvarleg

Øyvind Kvello

Student

Andrea Storøy Rødseth

Samtykke til deltaking i studien

Eg har mottatt og forstått informasjon om prosjektet *Korleis legge til rette for ei resilient utvikling i skulen for barn av alkoholisbrukarar* og har fått anledning til å stille spørsmål. Eg samtykker til:

- å delta i individuelt intervju
- at intervjuet blir tatt opp med diktafon

Eg samtykker til at mine opplysingar behandlast fram til prosjektet er avslutta, ca. 15. mai
2019

(Signert av prosjektdeltaker, dato) "

Intervjuguide

1.0 Opningsspørsmål:

- 1.1. Kan du starte med å fortelje litt om din bakgrunn? Dvs. alder, kva du gjer på, interesser
- 1.2 Kven vaks du opp med? Dvs. Mor, far, søsken?
- 1.3 Kan du beskrive deg sjølv som barn og ungdom?

2.0 Bakgrunn

- 2.1 Kor gammal var du då alkoholmisbruket til mor/far starta?
- 2.2 Kan du fortelje litt om korleis det var å vokse opp med ei/ein mor/far som var alkoholmisbrukar?
- 2.3 Har du hatt nokon som har vore der for deg i barndommen?
- 2.4 Kva tenkte du, som ung, at grunnen til at nokon utviklar eit alkoholproblem var?
- 2.5 Korleis handterte du vanskelege situasjonar når du var ung?

3.0 Fritid og venar

- 3.1 Kan du fortelje litt om kva du gjorde på fritida di når du var ung?
- 3.2 Kan du fortelje om du hadde nokon hobbyar, fritidsaktivitetar eller interesser utanom skulen der du har kjent på meistring?
- 3.3 Hadde du gode venar når du var ung?
- 3.4 I kva slags grad bidrog venane dine til å gjere din kvardag betre?
- 3.5 Følte du deg godt likt av andre på din alder?

Skulen

4.0 Skule-heim-samarbeid

- 4.1 Var det nokon som visste om mors/fars misbruk på skulen?
- 4.2 Korleis opplevde du samarbeidet mellom skule og heim?
- 4.3 Korleis opplev du at mors/fars misbruk påverka skulekvardagen din?

5.0 Støtte og trivsel

- 5.1 Når du tenkjer tilbake på det, korleis opplevde du skulen og lærarane sin evner til å sjå deg?
- 5.2 Hadde du nokon på skulen du kunne snakke med om mors/fars misbruk?
- 5.3 Korleis vil du beskrive relasjonen du hadde til lærarane dine?
- 5.4 Korleis treivst du, med tanke på det sosiale, på skulen?

6.0 Meistring, tru på egne krefter og attribusjon

- 6.1 I kva slags grad opplevde du meistringserfaringar på skulen?
- 6.2 Kan du fortelje litt om kva forventingar du hadde til deg sjølv på skulen?
- 6.3 Kva slags forventningar hadde lærarane dine til deg på skulen?
- 6.4 I kva slags grad har lærarane dine gitt deg ros og stadfestingar på skulen?
- 6.5 Kva tenkte du når du gjorde det bra på skulen?

7.0 Vernefaktorar i dag

- 7.1 Kan du beskrive deg sjølv i dag?
- 7.2 Korleis vil du beskrive ditt sosiale liv i dag?
- 7.3 Kva tenker du er bakgrunnen til at nokon utviklar alkoholproblem i dag?
- 7.4 Kvifor trur du at du har klart deg bra?

8.0 Avslutning

- 8.1 Kva tenker du er viktig for ein lærar å ta omsyn til i møte med barn av alkoholmisbrukarar?
- 8.2 Er det noko eg har gløymt å spørje om som du meiner er viktig å ha med?
- 8.3 Er det moglege å kontakte deg seinare dersom eg må spørje om noko?

