



Illustrasjonsfoto: Colourbox

SAMMENDRAG

Bakgrunn: 27–30.000 barn opplever årlig at foreldrene skiller lag. Dette er en sårbar gruppe med større risiko for utvikling av psykiske vansker og problematferd, derfor tilbyr mange skoler samtalegrupper til skilsmissebarn. Det er gjort mange internasjonale effektstudier på intervensjonsprogrammer for skilsmissebarn, men det mangler studier på deltakernes egen opplevelse av hvorfor det hjelper å gå i gruppe med andre med lignende erfaring.

Hensikt: Å beskrive ungdommers

egne opplevelser av hvorfor samtalegrupper hjelper.

Metode: Sju fokusgrupper med 28 elever i alderen 14–16 år, fra tre ulike kommuner i Norge. Grounded Theory ble brukt i analysen.

Resultat: Ved å dele sine historier kjente elevene seg ikke lenger alene med sine tanker og følelser, de fikk noen å identifisere seg med og de opplevde støtte fra hverandre. Fellesskapet bidro til økt trygghet og selvtillit, opplevelse av økt påvirkningskraft og kontroll over eget

liv, økt forståelse for foreldre og steforeldre, og en evne til å se de positive aspektene ved skilsmissen.

Konklusjon: Ved å delta i samtalegruppe basert på helsefremmende prinsipper, ser det ut til at ungdommer med skilte foreldre kan oppleve en økt sammenheng mellom forståelse, håndterbarhet og meningsfullhet og dermed bedre sin egen helse. Studien har skapt en større klarhet i på hvilken måte grupper kan ha en positiv effekt. Den forteller noe om hva man bør fokusere på, og hvilke ferdigheter man bør jobbe med hos elevene for å oppnå en økt OAS.

ENGLISH SUMMARY

Why it helps young people to participate in 'peer groups for children of divorce'

Background: Annually, 27000–30000 children experience the split-up of their parents. This is a vulnerable group with an increased risk for the development of mental health and behavioural problems. Therefore, many schools offer support groups for children of divorce. There have been many international studies on the impact of intervention programmes for children of divorced parents, but there is a lack of studies that describe the participants' own experiences as to why it helps to join a group of other pupils with similar experiences.

Objective: To describe the youths' own experiences as to why peer groups help.

Method: Seven focus-group interviews with 28 pupils aged 14–16 years, from three different municipalities in Norway. Grounded Theory was used in the analysis.

Results: By sharing their stories, the pupils felt they were no longer alone with their thoughts and feelings. As well as experiencing mutual support, they could identify with each other. The peer groups gained increased confidence and self-esteem, as well as greater influence and control over their own lives. Their understanding

of divorce, and parents/step-parents, and their ability to see the positive aspects of divorce were also enhanced.

Conclusion: Discussion groups based on health promotion principles would appear to provide youth with divorced parents an increased sense of coherence between comprehensibility, manageability and meaningfulness, and thereby improve their health. The study outlines specific skills for group leaders that may be helpful when initiating new groups.

Keywords: Grounded theory, children of divorce, support groups, sense of coherence (SOC), focus groups

»» Hvorfor det hjelper ungdom å delta i skilsmissegrupper

Forfattere: Hilde Egge og Kari Glavin

NØKKELORD

- Grounded theory
- Skolehelsetjeneste
- Ungdom
- Psykisk helse

INTRODUKSJON

Foreldres skilsmisse påvirker barn på ulike måter (1). Mange har antatt at norske og nordiske skilsmissebarn, på grunn av den nordiske velferdsordningen, har mindre risiko for å utvikle problematferd. Denne antakelsen får liten støtte i ny nordisk forskning. Sammenliknet med barn som bor i kjernefamilier har de forhøyet risiko for svake skoleprestasjoner (2), voldelig atferd, mobbing, angst og depresjon (3,4). Som langtidsvirkninger kan nevnes at de har større risiko for selv å bli skilt, oppleve lavere livskvalitet og ta lavere utdanning (5,6). Amato & Cheadle (7) antyder dessuten at en skilsmisse kan ha konsekvenser i flere ledd i form av lavere utdanning, svakere foreldrebindinger og ekteskapsproblemer hos barnebarn. Langvarige konflikter etter bruddet som barna trekkes inn i, synes å være en av de viktigste risikofaktorene for problemutvikling hos barna (8). Ifølge Statistisk sentralbyrå (9) opplever 27–30.000 norske barn

årlig at foreldrene flytter fra hverandre, medregnet oppløste samboerskap og steforeldre som flytter ut.

I USA har det eksistert støt-tegrupper for skilsmissebarn i og utenfor skolesammenheng siden 1980-tallet (10), og det utvikles stadig nye programmer. Tre studier fra 2007 beskriver ulike grupper for skilsmissebarn, hvor man intervenserer med henholdsvis biblioterapi, kunst og musikk (11–13), med ulik grad av positiv effekt på barna. Nordiske evaluerings-rapporter fra lignende tiltak konkluderer med at barna følte stor lettelse ved å få satt ord på det som var vanskelig, og at de ikke var alene om erfaringene (14,15).

I Norge ble det utviklet to ulike programmer for ungdoms-skoleelever som hadde opplevd skilsmisse på 2000-tallet. Plan for implementering av samtalegrupper for skilsmissebarn i skolen (PIS), og «Vanlig, men vondt». Programmene er ulike med hensyn til varighet, hyppighet og innhold, men temaet for begge har vært opplevelse av og erfaringer med det å være skilsmissebarn. Evalueringsrapportene konkluderer med åpnere, gladere, tryggere barn som var mer fornøyde med seg selv og sin situasjon (16, 17).

Begge konseptene bygger, blant annet, på Antonovskys salutogene (helsefremmende) tenkning. Antonovsky mener at mennesker med en sterk opplevelse av sammenheng (OAS) i livet vil mestre belastninger bedre enn de med svak opplevelse av sammenheng. I tillegg vil de ofte komme styrket ut av belastende situasjoner. Antonovsky beskriver tre underordnede begreper som sammen former menneskers opplevelse av sammenheng: Forståelse, håndterbarhet og meningsfullhet. Å forstå tilværelsens struktur og dens forutsigbarhet er en forutsetning for å kunne takle det praktiske livet. Å se at det er ressurser enten i en selv eller i omgivelsene til å håndtere de

Hva tilfører artikkelen:

Studien viser at ungdommer med skilte foreldre som deltar i samtalegruppe basert på helsefremmende prinsipper, kan oppleve økt sammenheng og mening i tilværelsen og dermed bedre sin egen helse.

Mer om forfatterne:

Hilde Egge er helsesøster MPH og høyskolelektor ved helsesøsterutdanningen, Høyskolen Diakonova. Kari Glavin er helsesøster, PhD og førstemanuensis, Høyskolen Diakonova. Kontakt: hilde.egge@diakonova.no.

situasjoner som måtte dukke opp, gjør at man selv er i stand til å ta kontroll over livet. For å kunne møte oppgaver og krav som en utfordring istedenfor en byrde, må det kjennes meningsfylt og føles verdt å bruke krefter på det (18).

Det er gjort mange internasjonale effektstudier på intervensjonsprogrammer for skilsmissebarn, men det mangler studier på deltakernes egen opplevelse av hvorfor det hjelper å gå i gruppe med andre med lignende erfaring. Denne studiens hensikt var å beskrive ungdommers erfaring med samtalegruppene og generere en teori for de studertes atferd for å kunne videreutvikle programmet i tråd med deltakernes behov.

METODE

Data ble innsamlet høsten 2011 og våren 2012. Elever som hadde deltatt i et av de to intervensjonsprogrammene som ble

intervjuene ble gjennomført med assistent. Til hjelp under intervjuene var det utviklet en semistrukturert intervjuguide etter mal fra Krueger (19) med nøkkelspørsmålet: Hva har det betydning for deg å gå i gruppe med andre som har opplevd det samme. Før intervjuet fylte elevene ut et anonymt kartleggings-skjema med bakgrunnsvariabler (tabell 1). Ifølge Glaser (20) er bakgrunnsvariabler ofte unødvendige da relevante bakgrunnsdata for teorien framtrer etter å ha studert hva menneskene gjør. Vi har likevel valgt å innhente noe bakgrunnsinformasjon for at vi med en bredde i utvalget kunne sikre oss flest mulig nyanser i datainnsamlingen (se tabell 1).

Intervjuene ble analysert ut ifra en klassisk Grounded Theory-tilnærming (21). Denne metoden ble valgt fordi vi ønsket å ha en åpen holdning til elevenes tanker og oppfatninger av hva det er i gruppeprosessen

bredere sammenheng (22)(se tabell 2).

Hvert intervju ble kodet og kategorisert før neste intervju, for å sjekke om det var uklarheter i dataene som trengte å utdypes. Ofte dukket det opp nye spørsmål underveis i analysen som ble lagt til i intervjuguiden i håp om å få med enda flere nyanser. Etter sju fokusgruppeintervjuer og 28 deltakere oppsto en metning av hver kategori, et mønster hadde dannet seg og en kjernekategori var funnet.

Foreldre og elever ble informert om at data ville bli anonymisert og at de kunne trekke seg fra studien når som helst før data var analysert. Studien er godkjent av Regional Etisk Komité (2010/1094).

RESULTAT

Utvalget besto av 14 jenter og 14 gutter og hadde en bredde i forhold til tid siden skilsmissen, skoleflinkhet, størrelse på familien og økonomisk status (se tabell 1). Intervjuene ble foretatt både i blandete og kjønnete grupper. Alle hadde deltatt i samtalegruppe i løpet av siste tolv måneder.

Funnene i studien gir en substansiell modell utledet fra de innhentete data. I analysen oppsto kjernekategoriene; Opplevelse av fellesskap og sju underkategorier. Støtte, Identifisering og Åpenhet kan sies å utgjøre røttene i et fellesskap som ga vekstgrunnlag for; Økt trygghet og selvtilit, Økt påvirkningskraft og kontroll over eget liv, Økt forståelse for foreldre og steforeldre, og til slutt Evner å se det positive ved samlivsbruddet (se figur 1).

Opplevelse av fellesskap

Det viktigste med samtalegrup-

” For meg så er det godt at de skjønner hva jeg mener.

omtalt innledningsvis ble suksestivt invitert til å delta i fokusgruppeintervjuer. Helsesøstre på skoler som tilbød samtalegrupper til skilsmissebarn ble kontaktet per telefon og e-post og spurt om hjelp til å finne deltakere. Helsesøstrene distribuerte samtykkeskjemaer til deltakere og foreldre og bisto med å finne egnet tidspunkt og rom til intervjuet. Utvalget endte opp med elever fra tre kommuner av ulik størrelse. De gikk på seks ulike private eller offentlige ungdomsskoler. Fokusgruppene hadde to–sju deltakere fra åttende til tiende trinn og varte fra 30 til 45 minutter. Seks av de sju

som påvirker atferden deres. Dataanalysen tok utgangspunkt i rådata som gjennomgikk en systematisk koding (tabell 2), konstante sammenlikninger, trinnvis kategorisering og siden rekoding for et mer abstrakt nivå. For å sikre teoretisk sensitivitet og få et analytisk overblikk over forskningsspørsmålene, ble ideer, mulige forklaringer og refleksjoner nedskrevet underveis, såkalte memos. Disse endret seg i prosessen fra å være induktive til å bli deduktive. Memoene bidro til å utvikle en hypotese, avklare forholdet mellom kategoriene og til å plassere den framskridende teorien i en

pen for elevene var å få kjennskap til og møte andre elever i samme situasjon som dem selv, og at de ble gitt et rom hvor det var legitimt å snakke om temaet skilsmisse. Det ga dem en felles plattform, noe som bandt dem sammen i et skjebnefellesskap: «Ja, det er det som er en av de beste tingene med gruppa, å få den følelsen at man ikke er alene».

Identifisering

Det var ulik motivasjon blant elevene for å delta i gruppene, men nysgjerrighet etter å høre om flere hadde det som dem selv var en viktig pådriver. De var spente på å høre hvordan andre løste problemer rundt bursdager og konfirmasjoner og hvordan de forholdt seg til foreldrenes krangling eller deres nye kjærester. Andre venner som ikke hadde opplevd skilsmisse kunne lytte og støtte, men de forsto dem ikke slik som de andre gruppedeltakerne som hadde kjent dette på kroppen selv. Ved å høre om hverandres bekymringer og frustrasjoner i hverdagen, ble egne opplevelser normalisert og ufarliggjort. De forsto bakgrunnen for de dårlige dagene som kom iblant. Ungdommene opplevde en felles identitet med de andre som hadde foreldre på to adresser. De var frustrert over foreldre som ikke alltid oppførte seg som ønsket og forventet. «For meg så er det godt at de skjønner hva jeg mener, at det endelig er noen som skjønner hva jeg mener, hvordan jeg har det.»

Åpenhet

I intervjuene undret ungdommene seg over hvor fort de ble trygge på hverandre. De hadde ikke trodd på forhånd at de ville si noe særlig i samtale-

TABELL 1: Fordeling etter kjønn, foreldres utdanning, antall år siden samlivsbruddet, søsken, skoleprestasjoner, og eventuell tidligere deltakelse i tilsvarende gruppe.

	Bakgrunnsvariabler	Antall elever	
Kjønn	Gutt	14	
	Jente	14	
	Foreldres utdanning etter videregående skole	Mor	0 år
		1–3 år	7
		4–6 år	14
		>6 år	4
Vet ikke		3	
Far	0 år	1	
	1–3 år	7	
	4–6 år	14	
	>6 år	3	
	Vet ikke	3	
Antall år siden samlivsbruddet	0–2	5	
	2–5	4	
	5–10	7	
	Mer enn 10 år	12	
Søsken	Ingen	4	
	1	13	
	2	3	
	3	3	
	4 eller flere	5	
Gjennomsnittlige karakterer på skolen	1–2	0	
	3–4	12	
	4–5	13	
	5–6	3	
Deltatt i gruppe på barneskolen	Ja	12	
	Nei	16	

TABELL 2: Faser i analysen ved grounded theory.

Faser	Hensikt	Resultat
1. Substantiv koding		
– åpen koding	Utvikle substantive koder og kategorier og deres egenskaper	Støtter hverandre. Påvirkning på eget liv. Mindre å tenke på. Lært mye
– selektiv koding	Utvelge koder relatert til kjernekategori	Bare relevante koder: Støtter hverandre. Påvirkning på eget liv
2. Teoretisk koding	Formulere hypoteser som beskriver relasjoner mellom substantive kategorier.	Jo mer støtte, jo lettere å påvirke eget liv

gruppene, men opplevde at «det bare kom», av og til med klump i halsen og tårer i øynene. Den moralske taushetsplikten alle ble enige om i første møte ble understøttet av den gjensidige forsikringen som lå i at alle bidro aktivt på møtene.

Gruppene ble beskrevet som et ukentlig pusterom hvor det var greit å snakke om det som hodet var fullt av. At de fikk lettet litt på trykket og lagt fra seg bekymringer rundt familiesituasjonen, åpnet opp for å konsentrere seg mer om skolearbeidet i etterkant. Det kunne også bidra til å redusere dårlig humør og

sinne. Elevene oppfattet selv at hensikten med samtalegruppene nettopp var å få snakke ut om det som var vanskelig, istedenfor å stenge det inne i seg: «Man får et par kilo av skuldrene liksom. Man blir jo litt lettet av å få det ut, i hvert fall hvis man ikke har snakket med noen om skilsmissen før.»

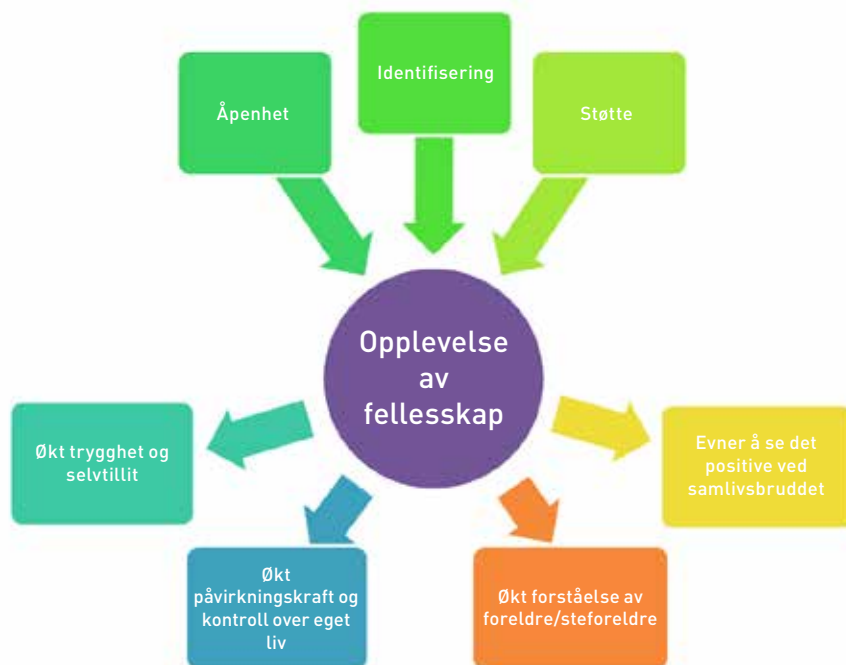
Støtte

Den gjensidige forståelsen av hverandres situasjon gjorde elevene i stand til å støtte hverandre og være til nytte for hverandre i hverdagen. Hvis de hadde glemt å ta med noe hjemmefra til

skolen, kunne andre elever fra gruppa forklare læreren hvor vanskelig det var å huske på alt når man hadde to hjem. Å være sammen med andre som hadde opplevd skilsmisse for lengre tid tilbake enn dem selv, og som kunne trøste og vise til at ting kunne bedre seg selv om det var litt tøft akkurat nå, var verdifullt: «Alle støtter hverandre så veldig godt da, fordi de vet hva man er gjennom, ikke sant».

Økt trygghet og selvtillit

Å delta i samtalegruppe hadde gitt en større trygghet. Det virket forløsende å få snakke om



FIGUR 1: Modell for resultatet. Kjernekategori, opplevelse av fellesskap, dannes av de tre subkategoriene åpenhet, identifisering og støtte. Ut ifra dette fellesskapet utvikles ny innsikt og nye holdninger; subkategoriene økt trygghet og selvtillit, økt påvirkningskraft og kontroll over eget liv, økt forståelse av foreldre/steforeldre og evne til å se det positive ved samlivsbruddet.

hvordan man hadde det, og bli bekreftet på det. Å bli møtt med interesse ga en følelse av å bety noe. De hadde erfart at det ikke var farlig å snakke med andre mennesker om hvordan de hadde det, – tvert imot ble de møtt med respekt og tillit. Samtidig ble de selv vist den samme tilliten ved å få lytte til andres historier. Til sammen hadde dette en positiv effekt på selvbildet. Den nyervervete tryggheten og det forsterkede selvbildet tok de med seg til hjemmesituasjonen hvor de ble modigere til å ta opp ting med foreldrene: «Ja, det er jo noe godt bare med det å merke at de andre er interessert i deg og hva du har å fortelle faktisk» ... «Grappa gir faktisk mer trygghet og selvtilit samtidig».

Økt påvirkningskraft og kontroll over eget liv

Elevene ble mer bevisste på egne ønsker og behov, de våget å si fra om dem, og ble i større grad hørt på hjemmebane. De fortalte om utrygghet knyttet til det å gi uttrykk for hva de mente til foreldrene før de begynte i samtalegruppa. De følte at ting bare ble verre uansett hva de sa eller gjorde. Etter å ha hørt på de andres historier, og at noen våget å si fra, ble de selv oppmuntret til å gjøre det samme. Samtidig hadde de vissheten om at noen på neste gruppesamvær var interesserte i å høre hvordan det gikk. Dette motiverte dem til å handle, og de ble anerkjent for at de hadde tort å gjøre noe med sin situasjon. Elevene ga uttrykk for at de hadde nytte av å lære elementer innen samtaleteknikk. De opplevde at de lyktes bedre med å nå fram med sitt budskap i en samtale, når de sa hva de selv følte og mente, istedenfor å angripe personen de snakket

med. Enkelte av elevene hadde etter eget ønske endret sin bosituasjon etter samtalegruppen. Andre hadde bedt foreldrene snakke direkte til hverandre istedenfor å baksnakke hverandre til barna: «Med meg da, så er det sånn at etter jeg begynte å si fra litt mer, så har jeg begynt å få sånne spørsmål (fra foreldrene): er dette greit for deg?»

Økt forståelse for foreldre og steforeldre

Noen elever fortalte om hvordan de opplevde sine biologiske foreldre som steforeldre til andre barn. Andre hadde rollen som forhatte stesøsken eller halv-søsken, eller de var rasende på stesøsken i sitt eget liv på grunn av opplevd forskjellsbehandling. Ved å høre de andres historier og tanker om de ulike familierollene, og få spørsmål stilt til sine egne fortellinger, fikk elevene en mer åpen og forsonende holdning til både gamle og nye familiemedlemmer. Flere hevdet at de så mye mer positivt på det

” Man blir jo litt lettet av å få det ut, i hvert fall hvis man ikke har snakket med noen om skilsmissen før.

at foreldrene hadde fått seg kjæresten etter å ha vært i samtalegruppe: «Jeg har tenkt litt på hvordan kjæresten til en av foreldrene mine har det, hvordan den personen har det, – tenker litt mer på dem liksom».

Evner å se det positive ved samlivsbruddet

Der hvor biologiske foreldre og steforeldre klarte å ha en god tone seg imellom, kunne elevene se det som en ressurs at de hadde fått utvidet nettverket sitt. De fikk flere opplevelser og hadde

mulighet for å få mer oppmerksomhet. De fleste var kommet fram til at livet ikke hadde vært noe bedre med foreldrene under samme tak etter å ha hørt historier om mye krangling mellom foreldre som bodde sammen. De erkjente at foreldrene var for forskjellige til å kunne ha det bra sammen, og at det var viktig at foreldrene hadde det bra for at de selv skulle ha det bra. For flere skjedde skilsmissen for så lang tid tilbake at de ikke lenger hadde noen minner fra det, og det ville blitt unaturlig hvis foreldrene skulle bli sammen igjen: «Jeg er egentlig glad for at mine foreldre ble skilt, for hvis de hadde bodd under samme tak, – ikke søren om det hadde funket!».

DISKUSJON

Studiens funn skildrer hva ungdommer med skilte foreldre opplever som nyttig ved å delta i samtalegruppe med andre ungdommer som har tilnærmet samme erfaring. Resultatet dis-

kuteres opp mot Antonovskys teori om opplevelse av sammenheng (OAS) under de tre underordnede begrepene forståelse, håndterbarhet og meningsfullhet (23).

Forståelse

En skilsmisse betyr en stor endring i et barns liv. De trygge rammene forsvinner, og livet blir for mange uforutsigbart. Muligheten til å dele historier, kjenne seg igjen i hverandre, å kunne være til nytte og støtte for hverandre oppnås ikke i indivi-

duelle samtaler med en helsesøster eller lærer. I fellesskapet med jevnaldrende med skilte foreldre opplever de unge både å forstå og bli forstått (24). Dette samsvarer med Heap's gruppeteorier (25) som hevder at den beste problemløsning og bearbeiding

beskrives i den helsefremmende litteraturen som «empowerment». Den helsefremmende ideologien bygger nettopp på at enkeltindividet og fellesskapet må få større innflytelse og kontroll over forhold som påvirker helsen (32). I hvilken grad en

sis. Samtalegruppene ga elevene styrke og mot til selv å bidra til endring av sin livssituasjon, eller de lærte seg strategier for å leve med den. De hadde fått økt sin motstandskraft og sitt mestringspotensial. Dette samsvarer med effekten av helsefremmende samtalegrupper for voksne med ulike psykiske problemer (35).

Studien kan bidra til å gi intervensjonen større tyngde og ved det en større utbredelse, slik at flere barn og unge som har opplevd skilsmisse kan få tilbud om å delta i samtalegrupper.

I videre forskning kan et tilpasset OAS-spørreskjema (18) brukes før og etter intervensjonen for i større grad å kunne tydeliggjøre sammenhengen mellom intervensjonen og OAS.

” Alle støtter hverandre så veldig godt da, fordi de vet hva man er gjennom.

av egne vanskeligheter skjer i samvær og samhandling med andre med lignende erfaring. Samtalen mellom elevene gir en større forståelse av skilsmisse som fenomen med nyanser og årsaksforhold. Barn og unge har et sterkt behov for å forstå foreldrenes avgjørelse om skilsmisse (26, 27). Å forstå at skilsmis- sen var den beste løsningen for foreldrene, hjalp de unge til å mestre den nye situasjonen (26).

Håndterbarhet

Følelsen av lettelse etter å ha snakket om det vanskelige er en god erfaring (26,28,29). Støtten fra medelever ga trygghet og selvtillit, og samsvarer med den norske studien om mobbing (30). Her påpekte barna at samvær med venner ga dem følelsen av å bety noe, og styrke til å stå opp for seg selv. Betydningen av sosial støtte er en avgjørende mestringressurs for en positiv utvikling av OAS (31).

Dialogen med de andre bidro til en større bevissthet omkring egne ønsker og behov. Ved å bli hørt og tatt hensyn til av foreldrene, som å få endret en bosi- tuasjon eller få slutt på foreldres baksnakking, gjenvant elevene økt kontroll over sine liv. Samti- dig opplevde de å bety noe også for foreldrene (26, 27).

Det å få større makt og kontroll over seg og livet sitt,

person opplever kontroll over livet sitt, er sentralt for selv- bildet og mestringsevnen (33) noe som derfor også vil påvirke den psykiske og fysiske helsen. Å kjenne at man har påvirk- ningskraft gjør dermed livet mer håndterbart (26).

Meningsfullhet

Opplevelsen av å bli hørt og tatt hensyn til av foreldrene førte til delaktighet i det som skjedde, noe som ifølge Antonovsky (18) øker graden av meningsfullhet. Å innse at livet ikke ville vært noe lettere om skilsmis- sen ikke var skjedd, bidro til å gi slipp på uoppnåelige og urealistiske drømmer om gjenforening og til å akseptere situasjonen slik den var nå. Gjennom å se på gamle og nye familiemedlemmer med nye øyne, samt de positive konsekvensene av skilsmis- sen både for seg selv og foreldrene, opplevde ungdommene en mening med det som var skjedd. Evnen til å finne mening i sin erfaring ser ut til å være en svært viktig komponent for barn i en skilsmisseprosess (26). Å kunne være til støtte og hjelp for hverandre, opplevdes også meningsfylt (30).

Ifølge Eriksson og Lindström (34) ser OAS ut til å ha en sterk innvirkning på oppfatningen av egen helse, og helsefremmende samtaler burde i mye større grad enn i dag implementeres i prak-

Metodediskusjon

Valideringen er ifølge Kvale (36), innebygd i forsknings- prosessen i Grounded Theory. Dette på grunn av den stadige kontrollen av resultatenes tro- verdighet, rimelighet og tilfor- latelighet ved en fortløpende analyse av de framkomne data og kontinuerlig sammenlikning av nye observasjoner med gamle data. Hovedinntrykket etter hvert intervju ble oppsummert og søkt bekreftet eller endret av deltakerne. Feltnotater forsterket oppfatningen av de sentrale temaene. Sitatene underbygger validiteten.

Noen elever ga uttrykk for at det var vanskelig å skille mellom hva de tenkte før de var med på samtalegruppe, og hva de tenkte etter. Det kunne være vanskelig å si om bedring, i for eksempel boforhold eller relasjoner, skyldtes samtalegruppene eller utenforliggende faktorer.

KONKLUSJON

Ved å delta i samtalegruppe

basert på helsefremmende prinsipper, ser det ut til at ungdommer som har opplevd foreldres skilsmisse kan oppleve en økt sammenheng mellom forståelse,

håndterbarhet og meningsfullhet og dermed bedre sin egen helse. Studien har skapt en større klarhet i på hvilken måte grupper kan ha en positiv effekt. Den forteller

noe om hva man bør vektlegge, og hvilke ferdigheter man bør jobbe med å utvikle hos elevene for å oppnå en økt opplevelse av sammenheng (OAS).

REFERANSER

1. **Størksen I.** Parental divorce: psychological distress and adjustment in adolescent and adult offspring. Oslo: Unipub; 2006.
2. **Lauglo J.** Sammenhengen mellom familiestruktur og skoleprestasjoner før og etter kontroll for foreldres utdanningsnivå og inntekt. In: Olsen Ø, editor. Utdanning Oslo-Kongsvinger: Statistisk sentralbyrå; 2009. p. 57-77.
3. **Breivik K, Olweus D.** Children of divorce in a Scandinavian welfare state: are they less affected than US children? *Scand J Psychol.* 2006;47:61-74.
4. **Størksen I, Roysamb E, Gjessing HK, Mowm T, Tambs K.** Marriages and psychological distress among adult offspring of divorce: a Norwegian study. *Scand J Psychol.* 2007;48:467-76.
5. **Herloffson K, Hagestad G.** Forholdet mellom skilte foreldre og voksne barn. Samfunnsspeilet [Internett]. 2009;1. Available from: <http://www.ssb.no/befolkning/artikler-og-publikasjoner/god-relasjon-det-spors-hvem-som-spørres>.
6. **Størksen I, Roysamb E, Mowm T, Tambs K.** Adolescents with a childhood experience of parental divorce: a longitudinal study of mental health and adjustment. *J Adolesc.* 2005;28:725-39.
7. **Amato P, Cheadle J.** The long reach of divorce: divorce and child well-being across three generations 2005. Available from: <http://digitalcommons.unl.edu/cgi/viewcontent.cgi?article=1024&context=sociologyfacpub>.
8. **Rød P, Ekeland T-J, Thuen F.** Barns erfaringer med konfliktfylte samlivsbrudd: problemforståelse og følelsesmessige reaksjoner. *Tidsskr Nor Psykologforen.* 2008;45:555-62.
9. **Byberg I, Foss A, Noack T.** Gjete kongens harer: rapport fra arbeidet med å få samboerne mer innpasset i statistikken 2001;4. Available from: http://www.ssb.no/a/publikasjoner/pdf/rapp_200140/rapp_200140.pdf.
10. **Grych JH, Fincham FD.** Interventions for children of divorce: toward greater integration of research and action. *Psychol Bull.* 1992;111:434-54.
11. **Pehrsson D-E, Allen VB, Folger WA, McMillen PS, Lowe I.** Bibliotherapy with preadolescents experiencing divorce. *Fam J Alex Va.* 2007;15:409-14.
12. **Rich BW, Molloy P, Hart B, Ginsberg S, Mulvey T.** Conducting a children's divorce group: one approach. *J Child Adolesc Psychiatr Nurs.* 2007;20:163-75.
13. **Delucia-Waack JL, Gellman RA.** The efficacy of using music in children of divorce groups: Impact on anxiety, depression, and irrational beliefs about divorce. *Group dyn.* 2007;11:272-82.
14. **Boserup B.** Evaluering af Børns Vilkårsskilsmissegruppe april 05-februar 06. Valby: Børns Vilkår; 2006.
15. **Suell D.** Gruppe for skilsmisseramte barn: evalueringsrapport. Dianalund: Institut for Diakoni og sjælesorg; 2008.
16. **EGGE H.** PIS-prosjektet 2004-2008. Bærum kommune: Helsekontoret for barn og unge; 2009.
17. **Sletten NL, Tørresen T.** Vanlig men vondt: ungdom og samlivsbrudd. Kristiansand: Kristiansand kommune; 2012.
18. **Antonovsky A.** Et nytt syn på helse og sykdom. Helsens mysterium: den salutogene modellen. Oslo: Gyldendal akademisk; 2012. p. 25-37.
19. **Krueger RA.** Moderating focus groups. Thousand Oaks, Calif.: Sage; 1998.
20. **Glaser BG, Thulesius H, Åström T.** Att göra grundad teori: problem, frågor och diskussion. Mill Valley, Calif.: Sociology Press; 2010.
21. **Glaser BG, Strauss AL.** The discovery of grounded theory: strategies for qualitative research. Chicago: Aldine; 1967.
22. **Hallberg LRM.** Qualitative methods in public health research: theoretical foundations and practical examples. Lund: Studentlitteratur; 2002.
23. **Antonovsky A.** På vej mod et nyt syn på helbred og sygdom. Helbredets mysterium: at tåle stress og forblive rask. København: Hans Reitzel Forlag; 2000. p. 19-32.
24. **Lesowitz M, Kalter N, Pickar J, Chethik M, Schaefer M.** School-based developmental facilitation groups for children of divorce: Issues of group process. *Psychotherapy.* 1987;24:90-5.
25. **Heap K.** Gruppemedlemskap i dagliglivet. Gruppemetode for sosial- og helsearbeidere. Oslo: Gyldendal akademisk; 2005. p. 13-6.
26. **Maes SD, De Mol J, Buysse A.** Children's experiences and meaning construction on parental divorce: A focus group study. *Childhood.* 2012;19:266-79.
27. **Dunn J, Davies LC, O'Connor TG, Sturgess W.** Family lives and friendships: the perspectives of children in step-, single-parent, and nonstop families. *J Fam Psychol.* 2001;15:272-87.
28. **Raundalen M, Schultz J-H.** Kan vi snakke med barn om alt?: de vanskelige samtalen. Oslo: Pedagogisk forum; 2008.
29. **Haukø BH, Stamnes JH.** Det hjelper å snakke med barna. *Sykepleien.* 2009;97:32-5.
30. **Kvarme LG, Aabo LS, Saeteren B.** «I feel I mean something to someone»: Solution-focused brief therapy support groups for bullied schoolchildren. *Educ Psychol Pract.* 2013;29:416-31.
31. **Langeland E.** Betydningen av en salutogen tilnærming for å fremme psykisk helse. *Sykepleien Forskning.* 2009;4:288-97.
32. **Nutbeam D.** Health promotion glossary Geneva: World Health Organization; 1998. Available from: <http://www.who.int/healthpromotion/about/HPR%20Glossary%201998.pdf?ua=1>.
33. **Mæland JG.** Forebyggende helsearbeid: folkehelsearbeid i teori og praksis. Oslo: Universitetsforl.; 2010.
34. **Eriksson M, Lindstrom B.** Antonovsky's sense of coherence scale and the relation with health: a systematic review. *J Epidemiol Community Health.* 2006;60:376-81.
35. **Langeland E, Riise T, Hanestad BR, Nortvedt MW, Kristoffersen K, Wahl AK.** The effect of salutogenic treatment principles on coping with mental health problems A randomised controlled trial. *Patient Educ Couns.* 2006;62:212-9.
36. **Kvale S.** Det kvalitative forskningsintervju. Oslo: Ad notam Gyldendal; 1997.