

April 2010

AT VÆRE FRIVILLIG GIVER PERSONLIG UDVIKLING OG FAGLIGE KOMPETENCER

› En kvalitativ undersøgelse af frivilliges
udbytte på længere sigt



unge & sorg

Er din far eller mor
alvorligt syg
eller død

***At være frivillig giver personlig udvikling og faglige kompetencer
- En kvalitativ undersøgelse af frivilliges udbytte på længere sigt***

©Unge & Sorg
Rådgivnings- og Videncenter
København, Århus, Odense
April 2010

Omslag: JE:SU/Gul Stue

Tryk: City Print

ISBN 978-87-993813-1-9

Udarbejdet af Marianne Bache og Jesper Roesgaard Mogensen.

Alle rettigheder forbeholdes. Mekanisk, fotografisk eller anden gengivelse af denne rapport eller dele deraf er tilladt med tydelig henvisning til Rådgivnings- og Videncentret Unge & Sorg.
Rapporten kan downloades fra www.ungeogsorg.dk

"Selvfølgelig bruger man sig selv i faget, men jeg havde ikke gjort det på samme måde, hvis jeg ikke havde været frivillig."

"Jeg har fået en indsigt i andre mennesker og deres reaktioner og generelt i mig selv som menneske."

"Jeg tror, at jeg ved mit tab blev meget opmærksom på, hvordan jeg havde lyst til, at folk reagerede på mig og mit tab. Da tror jeg, at jeg allerede turde noget mere, men jeg tror også, det frivillige arbejde så har lært mig, hvordan jeg gør det."

Indholdsfortegnelse

1. Indledning.....	4
Baggrund.....	4
Formål og problemformulering	5
2. Metode	5
3. Deltagerne.....	7
4. Udbyttet af frivilligfunktionen på længere sigt.....	7
Betydning i forhold til arbejdslivet.....	8
<i>Mod - At turde tale om det, der gør ondt</i>	8
<i>Empati</i>	9
<i>Kommunikationsfærdighed</i>	9
<i>Dig & Mig</i>	10
<i>Forskellighed og tolerance</i>	10
<i>Karrierevalg</i>	11
Betydning i forhold til privat- og fritidslivet.....	12
Personlig udvikling mere generelt	12
5. Frivilligfunktionens betydning for sorgbearbejdningen	14
Overbygning på sorgprocessen	14
Et velfungerende voksenliv	15
<i>Fællesskabet</i>	16
6. Refleksioner over resultaternes validitet.....	16
<i>Usikkerhed hos den tidligere frivillige</i>	17
<i>Modvilje mod at fremhæve sig selv</i>	17
<i>Tabet, hjælpen eller frivilligerfaringen?</i>	17
<i>Opsummering</i>	18
7. Afrunding og perspektiver	18
Bilag 1: Invitation	22
Bilag 2: Svarkema	23
Bilag 3: Interviewguide	24
Bilag 4: Information og samtykke.....	26
Bilag 5: Metodeovervejelser	28
Bilag 6: Kvalitet, gyldighed og metodekritik	30

1. Indledning

Baggrund

Unge & Sorg har haft frivillige siden 2000. De frivillige er unge, der selv har mistet en forælder, og som er på alder med organisationens brugere, dvs. mellem 16 og 28 år. I de første år var de frivilliges opgave primært at lede samtalegrupper for unge, der har mistet en forælder. Fra 2003 har der desuden været frivillige på de landsdækkende tilbud (Linjen, Chatten og Brevkassen), der blev etableret på det tidspunkt.

De frivillige er en helt central og uundværlig del af organisationen, idet de bidrager med noget andet end de professionelle: De kan ud fra egne erfaringer med tab og traumer sige: "Det forstår jeg godt". De fremstår som rollemodeller og levende beviser på, at livet kan blive godt igen, og de giver dermed håb for fremtiden. De indgår i ligeværdige/symmetriske dialoger, hvor det private kan inddrages.

Samtidig får de frivillige selv noget ud af det, hvilket som oftest er et element i deres motivation for at vælge at bruge tid på det, på trods af et ofte travlt ungdomsliv. I Unge & Sorg drejer det sig bl.a. om:

- At de kan hjælpe andre unge, der gennemgår det samme, som de selv har kæmpet med.
- At de kan se og mærke, at de er kommet videre end de unge brugere, der står midt i sorgen.
- At de får et rum, hvor de stadig kan give plads til deres eget savn og egne minder.
- At de kan give noget tilbage til organisationen, hvis de selv har fået hjælp i Unge & Sorg.
- At det giver mening i meningsløsheden ved forælderens død, når de dyrekøbte erfaringer kan bruges til gavn for andre.
- At de får praksiserfaringer, der er relevante for deres uddannelse og fremtidige arbejde.

Man kan tale om disse forhold som det umiddelbare og kortsigtede udbytte af at være frivillig.

Fra samfundsmæssigt og politisk hold udtrykkes jævnligt ønsker om at øge unges interesse for og vilje til at være frivillig. Ofte lægges vægt på, at man bliver mere attraktiv på arbejdsmarkedet, når man har udført frivilligt arbejde. Dette illustreres senest ved en Integrationsministeriets kampagne i perioden oktober 09 – marts 10 med titlen "Skyd genvej til succes. Det er helt frivilligt". Her sættes fokus på værdien af at udføre frivilligt arbejde, bl.a. med sloganet "Kickstart din karriere og dit netværk med et frivilligt arbejde".¹

Forskningen omkring frivilliges udbytte har primært drejet sig om deres motiver, det der får dem til at blive frivillige og fortsætte med at være det.² Det er en viden, der er betydningsfuld dels for de organisationer, der har brug for at rekruttere frivillige og motivere dem for at påtage sig opgaven, dels for samfundet generelt, fordi de frivillige er en vigtig samfundsmæssig ressource. Udover at afdække motiverne til at udføre frivilligt arbejde beskæftiger forskningen sig også med overordnede politiske og samfundsøkonomiske aspekter omkring den frivillige sektor, samt med hvem der bliver frivillige.³ Hvad angår det frivillige sociale arbejde, er der tillige stor opmærksomhed på undersøgelse og dokumentation af kvaliteten og effekten af det.

Derimod er der generelt begrænset viden om udbyttet på længere sigt. Det kan undre, ikke mindst når der er tale om unge frivillige, hvor det vil være værdifuldt at vide mere om, hvilken betydningsfuld læring og hvilke særlige kompetencer de unge frivillige tager med sig i deres videre liv. Hvordan gør

¹ www.heltfrivillig.dk.

² Se f.eks. Habermann U (2007): *En postmoderne helgen? – om motiver til frivillighed*. Museum Tusulanums Forlag.

³ Boje TP, Fridberg T, Ibsen B (red.) (2006): *Den frivillige sektor i Danmark – omfang og betydning*. Socialforskningsinstituttet. Boje TP, Ibsen B (2006): *Frivillighed og nonprofit i Danmark – omfang, organisation, økonomi og beskæftigelse*. Socialforskningsinstituttet. Ibsen B, Boje T, Fridberg T (red.) (2008): *Det frivillige Danmark*. Syddansk Universitetsforlag.

frivilligerfaringerne f.eks. gavn i deres fremtidige arbejdsliv? Hvilken samfundsnytte kan der være af at styrke frivilligt socialt arbejde i ungdomsårene?

Formål og problemformulering

På denne baggrund satte Unge & Sorg sig for at gennemføre et projekt med det formål:

- *at belyse hvilke kompetencer og erfaringer, tidligere frivillige i Unge & Sorg oplever at have fået gennem funktionen som frivillig*
- *at få viden om, i hvilke sammenhænge og hvordan disse kompetencer kommer dem til gavn i deres videre liv, primært arbejdsmæssigt, men også privat og socialt.*

Viden om dette kan bidrage til at underbygge værdien af frivilligt arbejde generelt og specifikt i Unge & Sorg. Samtidig vil det skabe dokumentation for det værdifulde i at anvende frivillige unge, ikke bare her og nu i forhold til brugerne, men også set i et længere perspektiv ved at de frivillige senere hen bidrager med særlige kompetencer i arbejds- og samfundslivet.

Vores antagelse er, at funktionen som frivillig giver de unge vigtig læring, som de bruger i deres senere arbejds- og fritidsliv, deres parforhold og relationer til andre generelt, samt at det styrker deres lyst til fortsat at engagere sig i frivilligt arbejde. Mere konkret forventer vi, at læringen drejer sig om følgende områder:

- samtaleteknik og kommunikationsfærdigheder, f.eks. at lytte og spørge ind til personlige emner
- at kunne indlede og gennemføre svære samtaler
- at turde bryde tabuer i feltet alvorlig sygdom og død, f.eks. som sundhedspersoner eller pædagoger, både i forhold til patienter/klienter/elever og til kolleger
- at forholde sig til egne og andres eksistentielle udfordringer
- tolerance og rummelighed
- kompetencer omkring samarbejde og sociale relationer
- øget opmærksomhed på egne og andres reaktioner i svære situationer, hvilket kan medvirke til at forebygge stress.

Udover de to ovenfor opstillede formål om kompetencer og erfaringer fra frivillig-tiden og deres relevans for arbejds- og privatlivet i dag, har undersøgelsen også haft et Unge & Sorg specifikt formål. Vi har ønsket at få belyst, om det at have været frivillig i forlængelse af sit tab har haft betydning for den sorgproces, man har gennemgået, og om det på længere sigt har bidraget til, at den tidligere frivillig har fået et velfungerende voksenliv på trods af tabet. En antagelse her kan være, at det for nogen har haft positiv betydning for ens egen proces, at man efter deltagelse i en sorggruppe i Unge & Sorg, gennem frivilligfunktionen, får mulighed for at indtage en anden position i forhold til tabet, og at det tillige har betydning for det efterfølgende voksenliv. Emnerne er medtaget, dels fordi det siger noget om udbyttet på sigt i forhold til voksenlivet, dels som led i det arbejde Unge & Sorg til stadighed foretager omkring forandringsteorier for og evaluering af indsatsen.

2. Metode

Der blev udarbejdet en liste over i alt 18 personer, der havde været frivillige i minimum et år i perioden 2000-05. Tre af disse lykkedes det ikke at finde kontaktoplysninger på. De øvrige 15 blev kontaktet pr. mail eller post (se bilag 1 og 2). To personer reagerede ikke på henvendelsen, måske fordi kontaktoplysningerne ikke var korrekte. 13 ville gerne deltage, men grundet fremskreden graviditet hos to, blev det endelige antal interviewede 11.

Der er tale om en kvalitativ undersøgelse, hvor de inkluderede frivillige blev interviewet individuelt ud fra en på forhånd udarbejdet interviewguide (se bilag 3). Der blev indhentet informeret samtykke (se bilag 4) forud for samtalen, og hvert interview blev optaget på bånd og efterfølgende transskriberet i fuldtæst. I interviewene har fokus været på den frivilliges subjektive oplevelse af, hvilken betydning læringen fra frivilligfunktionen har i forhold til deres aktuelle liv.

På forhånd overvejedes at følge interviewene op med et gruppeinterview, der kunne give deltagerne lejlighed til i fællesskab at reflektere over temaer, som de individuelle interviews har afdækket. Efter de individuelle interviews vurderede vi dog, at det ikke ville give yderligere information, hvorfor dette element blev opgivet.

Analysen af interviewene er inspireret af Kvale⁴, der skriver om klyngedannelser som grundlag for at opstille kategorier/kodetemaer (i bilag 5 omtales analysemetoden nærmere). Processen bestod af følgende trin:

- Ved den første gennemlæsning af interviewene noterede de to interviewere hver for sig gennemgående temaer. Ved den efterfølgende sammenligning af temaerne var der et stort overlap. Der fremkom her klyngedannelser af udsagn, der førte til, at der blev opstillet mere overordnede kategorier.
- En nærmere drøftelse af dem førte til beslutning om i alt 9 kodetemaer, som kodningen skulle tage udgangspunkt i. Hertil føjedes temaer omkring, hvorvidt frivilligfunktionen fungerer som en overbygning på sorgprocessen og spiller en rolle i forhold til at få et velfungerende voksenliv. Derudover kodedes udsagn, der handlede om forbehold af betydning for, hvilke konklusioner, der kan udledes af materialet.
- Begge interviewere kodede herefter interviewene ud fra disse variable. På en oversigt over de valgte variable noterede de desuden, hos hvem og hvor mange af deltagerne de enkelte variable forekom.
- Interviewerne sammenlignede kodningerne og gennemgik forskelle og ligheder. Herved blev kodetemaernes indhold præciseret yderligere. Kodetemaerne fremgår af tabel 1 nedenfor. Et enkelt kodetema ("at bruge sig selv") blev i løbet af processen opgivet. Dels fordi der var begrænsede data omkring det. Dels fordi det viste sig i højere grad at handle om og være indeholdt i flere andre variable (Personlig udvikling, Empati, Dig & Mig).

Tabel 1: Oversigt over kode kategorier

Kodetema	Definition	Omtales af
Mod	At turde spørge og spørge ind til svære emner, at tage initiativ, have ro, ikke være bange for pauser og gråd, at have mod på at tage den svære samtale	11
Empati	At have og vise forståelse for andre. At være opmærksom på andre. At registrere signaler fra andre.	10
Kommunikationsfærdighed	At kunne bruge forskellige samtaletekniker, f.eks. lytte, stille åbne spørgsmål, ikke spørge "hvorfor", være opmærksom på ikke at bruge "man" i stedet for "jeg", aflæse kropssproget.	8
Dig & Mig	At kunne skelne mellem egne og andres reaktioner og behov. At kunne blive ved den andens perspektiv og holde sig selv i baggrunden.	7
Forskellighed og tolerance	At erkende, kunne forholde sig til og respektere forskellighed.	6
Karrierevalg	At frivilligfunktionen har påvirket valg af karriere eller valg af særlige specialinteresser i arbejdslivet.	7
At bruge sig selv	At have opmærksomhed på værdien af personlig viden frem for faglig viden, at stole på egen viden og erfaring, at vide at man har svarene i sig selv.	6
Personlig udvikling	At have ændret sig som person, at have gennemgået en udviklingsproces, der betyder, at man har udvidet sit personlige repertoire af handlemuligheder.	9

⁴ Kvale S (2003): *InterView – En introduktion til det kvalitative forskningsinterview*, Hans Reitzels Forlag, København

Privatlivet	At gøre brug af erfaringerne i fritiden i forhold til familie og venner.	11
Forbehold	Udsagn, der forholder sig til, om og i hvilket omfang frivilligerfaringerne har givet den unge særlige kompetencer.	8
Overbygning	Udsagn, der forholder sig til, om det at være frivillig kan betragtes som en slags overbygning på egen sorgproces.	10
Velfungerende voksenliv	Udsagn, der forholder sig til, om det at være frivillig har haft betydning for, om den unge har fået et velfungerende voksenliv.	8

3. Deltagerne

Samtidig med invitationen til interviewet modtog de tidligere frivillige et skema (bilag 2) med faktuelle spørgsmål om deres funktion som frivillige, deres tab, evt. hjælp i Unge & Sorg, alder, civilstand, job/uddannelse. I tabel 2 ses en oversigt over deltagerens baggrund.

Tabel 2: Oversigt over deltagerne i undersøgelsen

Alder	31-37 år Gnsn. 34 år	
Køn	4 mænd 7 kvinder	
Frivilligperiode	2000-2008	
Frivillig i antal år	1-8 år Gnsn. 3 år	2 var kun frivillige i 1 år 1 var frivillig i 8 år
Frivilligfunktion	5 var gruppeledere 2 var på Linjen 4 var begge dele	Flere var med ved foredrag, undervisning, interviews med medier
Antal grupper som gruppeleder	3-12 grupper Gnsn. 5 grupper	
År siden ophør som frivillig	2-7 år Gnsn. 5 år	
Tabets alder ved start som frivillig	1-7 år Gnsn. 3 år	For 1 person var tabet 7 år gammelt For 1 person var tabet 1 år gammelt For de øvrige var tabet 2-4 år gammelt
Hjælp forud for start som frivillig	9 ja 2 nej	Alle i U&S eller KB før U&S blev startet
Uddannelse/arbejde	7 universitetsuddannelse 4 mellemlang uddannelse	Hovedparten arbejder indenfor skole, sundhed, pædagogik
Civilstand	3 er enlige 3 har kæreste 5 er gift	

4. Udbyttet af frivilligfunktionen på længere sigt

Helt generelt hersker der blandt de tidligere frivillige ingen tvivl om, at læringen fra deres funktion som frivillige i Unge & Sorg kommer dem til gavn i deres tilværelse i dag. Det er for dem således ikke et spørgsmål, om den har betydning, men hvordan.

I det følgende beskrives de tidligere frivilliges oplevelse af, i hvilke situationer og hvordan deres frivilligerfaringer kommer dem til nytte i deres arbejdsliv, fritidsliv og mere generelt. Ved hver af de kom-

petencer, som analysen har afdækket, har vi valgt at medtage flere udsagn fra de unge, fordi de tydeligt illustrerer temaet, og fordi det herved synliggøres, hvordan temaet går igen i flere interviews (tallet i parentes efter hvert citat refererer til dét af de 11 interviews, som citatet stammer fra). Under beskrivelsen af kompetencerne vil der naturligt opstå spørgsmål om, hvorvidt de pågældende kompetencer er erhvervet ved at være frivillig eller gennem andre vilkår i de unges liv. Dette emne tages op i afsnit 6.

Betydning i forhold til arbejdslivet

Selv om der er tale om generelle kompetencer, som også benyttes uden for arbejdet, er det især i forhold til arbejdet, at de tidligere frivillige er opmærksomme på, at de har gavn af de kompetencer, som de har med sig fra tiden som frivillige. De beskrives derfor nedenfor i relation til arbejdslivet.

Mod - At turde tale om det, der gør ondt

Uden undtagelse nævner alle 11 interviewpersoner, at de tør tage fat på de svære emner i forhold til klienter, patienter, elever eller brugere i de organisationer, hvor de arbejder. De mener alle, at dette i særlig grad kan tilskrives, at de har været frivillige i Unge & Sorg. De tager initiativer og får spurgt til det, der er svært. De er ikke bange for at spørge ind, for at være direkte, for pauser, for at den anden skal begynde at græde. De kan godt stadig synes, at det er svært, men de gør det, og de følger op. De har modet til det.

"Der har jeg nogen gange behov for at blive stående, dvæle ved det, der gør ondt. For det gør det sgu – og der er ikke rigtig noget at gøre ved det..." (1)

"Det vil være forkert at sige, at det ikke er svært. For det er svært. Men jeg går til det uden at være bange for det. Jeg går til det som en udfordring, jeg tror, jeg ta'r det som en god udfordring, fordi jeg ved, jeg kan. Jeg ved, jeg har håndteret det mange gange før. (...) Jeg føler, at jeg går til de samtaler med ro." (11)

"Der tror jeg nogle gange, at jeg har mere ro, at det er okay for mig, hvis de bliver kede af det, eller hvis de har brug for at tale om noget – også hvis dødsfaldet eller sygdommen har været for et halvt år siden." (6)

"Der er jo mennesker, der flygter fra det eller ignorerer det. Der synes jeg, jeg er bedre til at fange det lige, der synes jeg, jeg er god til lige at stikke i det. Og det har jeg i hvert fald oplevet mange, der ikke er gode til! Det går henover hovedet på dem." (7)

"Jeg turde godt være i den der svære situation i stedet for at stå og sige, at 'nu måtte han få noget smertestillende, og så måtte vi vente og se' (...). Jeg talte rent ud af posen." (10)

"Det første, der falder mig ind er, at jeg ikke er angst for at få spurgt forkert ind, tabubelagte emner er jeg ikke så bange for, som jeg har været i starten." (5)

"(...) det er det der med, at jeg lige hurtigere eller mere naturligt tør spørge til, hvordan de har det uden at vente for længe, som andre måske gør, fordi de er bange. Men det ved jeg jo fra dengang [på Unge & Sorg], hvad det betyder." (3)

"Jeg kan godt li' den svære samtale – det er stort at blive vist den tillid, at de deler noget i deres liv, der er svært med én." (4)

Vi kan altså se, at "den svære samtale" ikke skræmmer dem. Fra deres eget tab ved de, hvor vigtig den er, og fra frivilligfunktionen ved de, hvordan de skal gribe den an.

"Jeg tror, at jeg ved mit tab blev meget opmærksom på, hvordan jeg havde lyst til, at folk reagerede på mig og mit tab. Da tror jeg, at jeg allerede turde noget mere, men jeg tror også, det frivillige arbejde så har lært mig, hvordan jeg gør det." (6)

De ved bl.a., at de ikke behøver at komme med svar og gode råd, og at det drejer sig om at være til stede, hvilket hjælper med til at give dem det nødvendige mod.

"Jeg synes ofte, folk har det ubehageligt med, at andre bliver kede af det eller det der med, at folk siger: Nej, jeg har det faktisk rigtig skidt/er rigtig ked af det. Så forventer andre, at så skal de have et svar på det problem, der er – og det gjorde jeg også selv engang. De skal ikke bare ku' hjælpe, men også give et råd om, hvad gør du så nu. Og der er ikke altid et svar andet end tid, eller bare at snakke om det flere gange." (6)

Når vi spørger til, om andre ser og kommenterer denne kompetence hos personen, svarer flere bekræftende. De får tilbagemeldinger fra kolleger og patienter om, at de er gode til at tale med patienter, elever, brugere m.fl.

"Men fra den første tid fik jeg de tilbagemeldinger, at jeg var meget rolig – og det var rart både for kolleger og for patienterne i den situation. Og det ville jeg for eksempel nok ikke have haft uden mine erfaringer herfra – og det er da et stort plus." (4)

"flere har sagt, at jeg er god til at lytte og stille spørgsmål, der hvor man gerne vil ha' stillet et spørgsmål." (8)

En af de tidligere frivillige nævner, at erfaringerne betyder, at man som leder har lettere ved at tage svære emner op med medarbejdere.

Et par af interviewpersonerne kommer ind på emnet supervision. Fra tiden som frivillig har de fået erfaring med at blive superviseret og har set værdien af det. Én har med baggrund i den erfaring selv taget initiativ til at etablere en supervisionsgruppe med kolleger. En anden oplever, at hun i højere grad end kollegerne tager emner med til den supervisionsgruppe, der er på hendes arbejde, fordi hun ved, hvor givende det er, selv om det kan være hårdt:

"Ja, de der supervisorer graver jo. Og jeg så, hvor svært det var for nogle kolleger. Men jeg havde da nok en fordel i at vide, at sådan var det! (...). Jeg havde en meget besværlig [brugergruppe nævnes] – det var hele tiden mig, der var på og på. Men jeg fik jo så også noget ud af det, og det vidste jeg." (3)

Empati

Størsteparten af de tidligere frivillige nævner eksempler på, hvordan frivilligerfaringerne har betydet, at de er blevet mere empatiske. Temaet fylder dog ikke meget i interviewene, hvorfor det virker som noget, der bare er blevet en del af deres personlighed, som de ikke selv tænker meget over i det daglige. De har lært at opfange de små ting, detaljer hos den anden og at huske rigtig mange ting, fordi det var vigtigt i de personlige historier hos gruppemedlemmerne. De opfatter hurtigt essensen af det, folk siger til dem, og hvad eventuelle problemer drejer sig om. De har lært at rumme andres følelser, men også at kunne lægge det fra sig, når de går hjem. Dette har de taget med sig i forhold til f.eks. patienter, klienter og elever.

"(...) de siger, at jeg er god til at lytte til patienterne, at jeg er god til at sætte mig ind i patienternes situation, er empatisk." (11)

"... jeg tror ofte, når man har siddet med flere grupper, at man opfanger meget hurtigt, hvad problemet kan bunde i. (...). Det er noget med at være i det man er, være i situationen, og igen med empatien, forstå, hvad andre føler og taler om." (6)

"(...) at være frivillig har givet mig en evne til at opfange de her små ting – alle de detaljer, der er." (6)

Kommunikationsfærdighed

En anden kompetence, som mange af interviewpersonerne har taget med sig fra frivilligerfaringen, er samtaletekniske færdigheder. De oplever, at de er gode til at stille åbne spørgsmål og at lytte til andre i stedet for selv at tale, ligesom de har fået øvelse i at aflæse kropssproget. En nævner her også, at erfaringen fra tiden som frivillig har givet hende en høj grad af "rollebevidsthed", dvs. opmærksomhed i forhold til egen rolle i forskellige situationer.

"(...) vi lærte løbende teknikkerne til at spørge ind – åbne spørgsmål og de her helt basale kommunikationsteknikker. (...). Altså, jeg får lært at sætte ord på min genkendelse." (9)

"'Hvorfor' lærte jeg den gang ikke at bruge – fordi det kan være sådan lidt negativt, kan jeg mærke indeni. (...). Og det med ikke at sige 'man', men sige 'jeg' i stedet." (4)

"Ikke fordi man skal klare alles problemer, men bare det, man gider høre på dem, og basalt set bare lytte til dem." (4)

"Det handler om at lytte og få den anden til at tale om det, der er svært." (11)

Lidt overraskende i forhold til vores forhåndsforventninger fylder denne læring ikke så meget i interviewene, selv om næsten alle kommer ind på det. Måske handler det om, at det blev noget selvfølgeligt for deltagerne. En af de unge fortalte, at hun havde undret sig over, at der på hendes arbejdsplads skulle være kurser i "anerkendelse", "nærvær" og "mægling". Det var for hende noget, man bare kunne, og hun var blevet klar over, at det skyldtes frivilligerfaringerne fra Unge & Sorg. En anden udtrykker det på følgende måde:

"Jeg kan huske, at jeg i starten fokuserede meget på historien, på at stille de rigtige spørgsmål og sige de rigtige ting. Men efterhånden lærte jeg at bruge mine følelser i stedet, for så kommer tingene naturligt. Lær de her værktøjer, husk dem og glem dem igen." (9)

Dig & Mig

Som nævnt taler de tidligere frivillige ikke særlig uddybende om hverken deres empatiske eller samtale tekniske færdigheder. Derimod taler de om en variant af dette, som er meget vigtigt for dem, og som kan siges at kræve såvel empati som kommunikative kompetencer. De har lært at skelne mellem sig selv og 'den anden'. Dvs. at de giver den anden plads og sætter sig selv til side. At de lader den anden fortælle om sin situation uden at tage over. At de er opmærksomme på, at den anden kan have brug for noget andet, end man selv har.

"(...) det er at kunne give noget af sig selv uden at være i fokus. (...) ikke at være så bange for at sige, hvad man selv har erfaret og gjort, selv træde ind på scenen og sige: Sådan har jeg gjort. (...). Altså at fortælle om sig selv uden at tage fokus og uden at tage konflikten fra den anden." (1)

"Alt det, jeg gerne selv ville have været spurgt om af andre, husker jeg at spørge hende om. Også det med ikke at fortabe mig i det. (...). Jeg holder fokus på hende." (8)

"(...) det med at sætte sig selv uden for. (...). Det blev jeg bevidst om på Unge & Sorg. (...). Når andre fortæller noget, prøver jeg at være bevidst om, at det er hende, der har haft en kedelig oplevelse, og det er ikke mig, det drejer sig om." (10)

De er meget bevidste omkring det vigtige i dette, idet de både fra deres eget sorgforløb og fra hverdagen i dag har oplevet, hvordan andre hurtigt går ind med deres egne eksempler og historier, når der tales om svære emner.

Forskellighed og tolerance

Evnen til at skelne mellem den andens situation/behov og en selv hænger tæt sammen med en anden vigtig læring, som en del af de tidligere frivillige mener, at de har med sig fra tiden i Unge & Sorg. De er blevet bevidste om forskelligheder i en sorgproces, og at mennesker kan have brug for noget forskelligt i en svær situation, men også mere generelt. De har fået respekt for, at der er flere måder at gøre tingene på, og at de ikke sidder inde med svar, der gælder for alle.

"Ja, og så kunne jeg tage mig selv i at sidde og tænke: Uh, godt det ikke er mig! Ment sådan at jeg fik øjnene op for, hvor svært mange har det. Og jeg kan se det hos mine [brugergruppe nævnes] – og hvordan hjælper jeg så dem bedst?" (5)

"(...) det jeg har sagt med at være mere bevidst om, hvordan mennesker reagerer, og at vi kan være meget forskellige. Den aha-oplevelse fra Unge & Sorg ta'r jeg med mig." (8)

"Jeg har lært at se, at forskellige mennesker har forskellige kvaliteter." (1)

De unge beskriver, at man som almindelig gruppedeltager er i sit eget, selv om man hører de andres historie. Som frivillig sætter man sig derimod ud over sin egen historie og ind i de andres. Som en af de tidligere frivillige udtrykker det, så opdager man, at "det er værst for os alle sammen". En anden oplever det som at have en større rummelighed over for andre mennesker: Man får respekt for forskellighederne. En nævner i denne forbindelse også det, at ikke alle ønsker information om prognosen ved en alvorlig sygdom.

"(...) for hvad der er godt for mig, er ikke nødvendigvis godt for en anden. At have respekt for at der er andre måder at gøre tingene på. (...) Ja, jeg har respekt for, at der er flere måder at gøre tingene på. Der kan f.eks. også være nogen, der ikke ønsker en eller anden information." (4)

"Der tror jeg, at gennem det frivillige så jeg, at hver har sin måde at gøre det på. Nogen trækker sig tilbage og har det godt med det, andre skal skrive og tale om det. Jeg har lært, at det er individuelt. (...). [man] bliver så bevidst om, hvor forskellige man er, og hvor mange måder, der findes at komme igennem det på." (6)

Karrierevalg

I interviewene spurgte vi til, om det at være frivillig har haft indflydelse på deres valg af uddannelse, arbejde eller f.eks. andet frivilligt arbejde sidenhen. Kun en enkelt af deltagerne har i dag frivilligt arbejde. Cirka halvdelen giver udtryk for, at frivilligfunktionen har givet inspiration til valg/skift af uddannelse/karriere, valg af et særligt interesseområde inden for deres fag eller ligefrem valg af et fagligt speciale, hvor "den svære samtale" er en integreret del af arbejdet.

"Efter at have været frivillig arbejdede jeg som [job nævnes] i en butik, og i dag arbejder jeg som lærer. Og jeg tror, jeg fik øjnene op for, at jeg havde lyst til at arbejde med mennesker efter at være frivillig. Og jeg synes, jeg kan bruge det meget i mit arbejde nu. (...). Hvis jeg ikke havde været frivillig, er jeg ikke sikker på, at jeg var kommet væk fra den branche – ikke på det tidspunkt i hvert fald."⁵

"Jeg bliver lige nødt til at sige, at efter jeg var på U&S, begyndte jeg at læse konflikthåndtering. Så jeg har ligesom interesseret mig for det og udbygget det samtaleteknik og sådan. Det er rigtig gode ting, og (...) konflikter udvikler os, bringer os videre." (1)

"Min funktion som rådgiver her har været med til at forstærke min lyst til at befinde mig i en rådgivende funktion fagligt." (2)

"Arbejdsomt har det måske givet mig det liv, jeg har fået. Mit udgangspunkt var ikke, at jeg skulle arbejde med [alvorligt syge]." (4)

Når organisationer rekrutterer frivillige, bliver der ofte slået på, at det er godt for CV'et at kunne skrive, at man har været frivillig. Enkelte af de interviewede nævner da også, at de har brugt det i forbindelse med jobsøgning.

"Det betød meget, at der på mit CV ikke kun stod, at jeg havde læst [fag nævnes]." (1)

"Jeg sidder og skriver ansøgninger, og der skriver jeg faktisk, at jeg har været frivillig i Unge & Sorg. (...). Jeg håber, at det fortæller, at jeg er et menneske, der tør møde andre og har kompetencer i forhold til at tage mennesker, som de er, dér hvor de er." (8)

"Men det så godt ud på CV'et ... det vidner jo om nogle menneskelige kvaliteter." (5)

⁵ Parentes med interview-ID er her udeladt, da citatet indeholder personspecifikke oplysninger, som efter aftale med interviewpersonen ikke er anonymiseret grundet citatets formål om at vise det konkrete skift i karriere.

Betydning i forhold til privat- og fritidslivet

Alle de tidligere frivillige omtaler situationer fra privatlivet, hvor de trækker på deres erfaringer fra tiden som frivillig. Det gælder først og fremmest i forhold til familie og venner, når der opstår alvorlig sygdom, eller nogen dør. Der er tale om de samme kompetencer, som er omtalt i forbindelse med deres arbejdsliv. Men som nævnt har de tidligere frivillige lettere ved at få øje på dem og beskrive dem i forhold til situationer i arbejdet end i privatlivet, hvorfor det er i den sammenhæng, vi har valgt at uddybe dem. Her vil vi blot illustrere, hvilken betydning kompetencerne har for dem i deres liv uden for arbejdet.

Som det gælder for dem i arbejdslivet, har de lettere ved at spørge ind til svære situationer end andre i deres netværk. De kan lytte, tåle at tale om det og engagere sig uden at frygte, at deres egen ked-af-det-hed kommer til at forstyrre snakken. Et vigtigt element her er en viden om, at man ikke behøver at komme med svar eller løsninger, og at det er nok bare at være der og give den anden plads til at blive ked af det.

"Jeg tør godt være i det, selv om det koster." (3)

"Og det er en rar ballast at have med, ikke at frygte at jeg lige pludselig selv sidder der og bliver ked af det. Eller, det kan godt være, jeg bliver det, men det er ikke det, der bliver fokus på." (7)

En nævner, at frivilligerfaringerne tillige har givet en større bevidsthed om timing i, hvornår noget skal tages op, og hvornår man skal vente. At man ikke skal buse ud med al sin viden og sine erfaringer med det samme.

De fleste får udelukkende positiv respons fra netværket på denne kompetence. Men en enkelt fortæller, hvordan de gamle venner kan opleve, at vedkommende bliver for "psykolog-agtig".

"Det er lidt en hæmsko, at mine venner ved, jeg har været i U&S, for de tænker: Nu skifter [køn nævnes] båndoptager og går over i den der Unge & Sorg-rolle, som stiller spørgsmål. Jeg kan til dels godt følge dem, for jeg har jo hele det apparat, som sidder på ryggraden. Jeg stiller spørgsmål på en anden måde end én, der ikke har været her." (9)

Mere generelle bemærkninger vedr. relationen til andre nævnes:

"Ja, jeg føler mig lærd. Jeg føler faktisk nogen gange, at jeg kan være lidt "den kloge kone". Ja, jeg ved godt, det lyder åndssvagt, men (...) og folk kan bruge mig som den kloge kone (...) jeg har det sådan og sådan (...) kan du ikke sige mig, hvad jeg skal gøre? (...) Og jeg har ikke været "den kloge kone" før." (11)

"Jeg er blevet mere bevidst om den måde, jeg taler med mine venner på." (10)

Kun to af interviewpersonerne nævner, at erfaringerne fra frivilligfunktionen måske har haft eller har betydning i forbindelse med deres parforhold.

"Jeg har lært herinde, at en frontal konfrontation nogle gange er det bedste. Selv om det måske kan være svært at se [kæresten] i øjnene de første 10 sekunder, så kan det være utrolig forløsende at kalde en skovl for en skovl. (...). Min frygt for at miste min kæreste kan ikke gøre, at jeg ikke kan gå til [køn nævnes]. Jeg kan ikke lade være med at gå hårdt til [kæresten] af angst for, at[kæresten] skal gå fra mig. Og det må så være dét! For kan vi ikke få ordnet det her, duer det ikke." (1)

Personlig udvikling mere generelt

En del af udsagnene handler om menneskelig læring. Næsten alle de tidligere frivillige omtaler, hvordan frivilligfunktionen har betydet en personlig udvikling for dem. Der er forskel på, hvordan denne udvikling beskrives. Dels fortæller de, hvordan de ovennævnte forhold, som eksempelvis forskellighed og tolerance, har været med til at udvikle dem som personer, dels fremhæves også kompetencer i forhold til en ændret måde at positionere sig på. For en er der f.eks. tale om, at ledelsesopgaven som fri-

villig har ført til, at hun nu tør stå mere frem og være på, hvor hun tidligere har haft tendens til at holde sig i baggrunden.

"Ja, også at være leder, have overblikket, have ansvar for, at alle kom til. Det lå ikke lige for mig at lede, men det gjorde jeg her på Unge & Sorg. (...) Jeg har ikke nogen leder i maven, men at turde være på og sige noget, også når der er mange." (10)

En anden nævner, hvordan hun gennem frivilligfunktionen hos Unge & sorg lærte at være mere åben, og hvordan hun oplevede en forandring hos sig selv. Gennem det at være på som gruppeleder, lærte hun at positionere sig mere aktivt, også med opmærksomhed på, at man selv skal være afklaret for at kunne træde an på den måde:

"Jeg tror (...) at jeg i det med de personlige ting ville have været mere indelukket. Jeg tror, det har gjort mig mere åben, at turde være i tingene." (3)

"Der er kommet mere fokus på, at jeg ikke kan hjælpe andre før mig selv." (6)

I forhold til den erfaring, som de frivillige har fået ved at bevidne mange forskellige livshistorier, fortælles der om, at de personligt har tilegnet sig et mere nuanceret billede på verden, og hvordan de selv opfatter, at det har været med til at forme deres måde at være i verden på i dag:

"Måske er jeg blevet bedre til at se det positive. Hvis der sker et eller andet, ser jeg det positive. Om det er på grund af det, har jeg ikke tænkt over. Men måske, når alt ser sort ud, så er der måske noget, man kan se på." (7)

"Det har helt sikkert givet mig et mere nuanceret billede af, hvad livet er. (...) givet mig mere nuanceret indblik i livshistorier og familier." (7)

"Jeg har fået en indsigt i andre mennesker og deres reaktioner og generelt i mig selv som menneske." (8)

"Alle de historier, jeg blev en del af i Rådgivningen, sætter også sit præg på mig. Og jeg kan tage dem med mig som et indblik i mange forskellige menneskers liv. (...) Og jeg kan huske, hvor rystet jeg blev over hvor mange forfærdelige skæbner, der var i grupperne og på telefonen (...) Det var svært, men det rustede mig også til, hvordan livet er." (5)

"Jeg var meget fordømmende, før jeg kom på Unge & Sorg – så det har nok ændret min personlighed også." (1)

Hvad, der også træder frem, er, at der hos nogen er sket en udvikling, som slår igennem i det, en enkelt kalder for menneskelig uddannelse. Det, at man ved siden af sin faglige uddannelse gennemgår en mere menneskelig uddannelse ved at være frivillig hos Unge & Sorg. Det er naturligvis værd at gøre opmærksom på, at de unge, der mister, kommer til Unge & Sorg på et tidspunkt i deres liv, hvor der sker mange ændringer, også personligt. Det er derfor ikke overraskende, at det har betydning for deres liv, at de midt under den voldsomme konfrontation, som forældrens sygdom/død har medført, oplever, at det at være hos Unge & Sorg præger dem. Der er dog en del udtalelser, som viser, at det ikke alene er det at få hjælp hos Unge & Sorg, men også det at være frivillig, der bidrager til denne personlige udvikling. Dette tema uddybes i afsnit 6, men følgende citater illustrerer de unges klare oplevelse af frivillig-erfaringernes afgørende indflydelse på deres udvikling.

"Det er meget det her med at ta' initiativet. Jeg tør næsten med sikkerhed sige, at det havde jeg ikke været, hvis jeg ikke havde været frivillig." (7)

"Det har helt sikkert været en del af min uddannelse på Unge & Sorg, også som menneske. Der er en stor menneskelig øvelse at kunne stille sig op foran en anden og sige: Jeg vil gerne lytte til dit problem." (9)

"Det har formet mig som person at være her. (...). Jeg har udviklet mig fra en lille sky [køn nævnes] til en selvsikker person." (9)

"Jeg er ikke et øjeblik i tvivl om, at de år har givet mig en ballast som [profession nævnes] og som person." (11)

"Arbejdet herinde har gjort mig bedre til at folde nogle menneskelige egenskaber ud." (11)

I forhold til den personlige udvikling nævnes også, at de svære samtaler har lært én, at man ikke altid kan træde til, at der ikke altid er svar på tiltale, eller at man som gruppeleder må udholde, at der ikke kan gøres noget ved den situation, som den unge sidder i.

"For det med at være ked af det er ikke længere så skidt for mig, som det har været. Jeg har ligesom lært, at jo flere gange, man bliver ked af det eller tør åbne munden, går det op for en, at det hjælper i sidste ende, lige meget hvor svært det kan være." (6)

"(...) og måske at kunne rumme, at man ikke altid er perfekt." (4)

"Så er man også bare et menneske, der ikke kan det hele." (10)

Samtidig med at de tidligere frivillige beskriver, hvordan frivilligfunktionen bidrager til personlig udvikling, fremhæves også, hvordan rollen (det at være i kontakt med sin sorg på den måde, man er som frivillig) på et tidspunkt netop må afsluttes. Det vil sige, at de når frem til, at de skal trække sig fra frivilligfunktionen, fordi de har udviklet sig væk fra behovet for at opretholde en bestemt form for tilknytning til tabet:

"På den anden side kunne jeg mærke, at så meget betød det heller ikke for mig mere, og det var også vigtigt at gå væk fra den rolle at være den, der har mistet sin [forælder nævnes]." (1)

"Det blev en slags identitet. (...) man kan blive hængende for længe, og det var sket for mig." (5)

Det, der træder frem her, er, at den unge gennem frivilligfunktionen opnår en bestemt form for tilknytning til tabet, og at det på det tidspunkt har værdi som led i deres personlige udvikling. Samtidig medvirker frivilligfunktionens indbyggede gentagelse af egen tabshistorie til at udvikle den unge, så han/hun på sigt kan nedtone eller afvikle den særlige rolle som én, der har mistet. Frivilligerfarens betydning for den personlige udvikling (nye roller og ny identitet) indeholder med andre ord også et behov for afvikling (af gamle roller og gammel identitet).

5. Frivilligfunktionens betydning for sorgbearbejdningen

Undersøgelsens primære formål var at få viden om, hvordan de tidligere frivillige oplever, at de i dag flere år efter bruger det, de lærte, mens de var frivillige. Resultaterne er beskrevet ovenfor. Derudover var vi interesserede i at få viden om, hvilken betydning de mener, at det at være frivillig har haft for deres bearbejdning af sorgen. Deres syn på dette beskrives i det følgende. Her må det huskes, at det kan være svært at adskille, om det er frivilligfunktionen, den eventuelle forudgående hjælp eller noget tredje, der har haft betydning (se afsnit 6 for uddybning af dette).

Overbygning på sorgprocessen

I Unge & Sorg har vi gennem årene observeret, hvordan det at være frivillig kan fungere som en form for overbygning på den sorgproces, som de unge har været igennem efter tabet af forælderen. Hvordan ser de tidligere frivillige selv på dette i dag?

Størsteparten af dem fortæller, at det at være frivillig havde betydning for deres egen sorgproces. At lytte til de andres historier giver nye facetter til ens eget forløb. Det opleves som hjælp til selvhjælp, at man også som frivillig skal bruge dele af sin egen historie igen og igen. Når man konfronteres med brugernes historier og følelser, bliver det meget tydeligt, at man selv er kommet længere.

"Når jeg sad i grupperne tænkte jeg: Der, hvor de er, er jeg jo ikke mere. Jeg var kommet videre, ud på den anden side. Og den viden havde jeg ikke haft på samme måde, hvis jeg ikke havde været frivillig. Konfrontationen med de følelser, der var, fik mig virkelig til at føle, at jeg var kommet videre." (10)

"Og samtidig lærte jeg jo noget om mig selv. Det var en slags hjælp til selvhjælp, fordi jeg kom igennem mit eget forløb gang på gang." (9)

"Det er ligesom, man bevæger sig et trin op ad stigen og kan kikke ned på ens eget forløb." (2)

"(...) en fortsættelse af gruppen, en måde at fase processen ud på (...) når man stopper som frivillig er man et skridt videre." (1)

"Nu oplevede jeg så, at den hjælp jeg havde fået – nu var det min tur til at gi' videre og være en god rollemodel." (8)

Et aspekt af frivilligfunktionen som en art overbygning på ens sorgproces handler om, at man gennem det at hjælpe og støtte andre i sorg, kan finde mening i ens eget meningsløse tab. Ikke at det fjerner det tab, som den frivillige har haft, men snarere at man forvandler en både mental og fysisk handlingslammelse til handling. Mange unge nævner dette som et argument, når de ønsker at blive frivillige. Men hvordan ser de tidligere frivillige på det? Nogle afviser, at frivilligfunktionen har haft den betydning for dem, mens andre helt klart oplever denne form for mening:

"Det er det, jeg mener med en cirkel: Mit tab giver mening. Det at finde en mening med noget, der ikke gav mening." (11)

"Det giver min [forælder nævnes] død en anden mening, det gør det. Det giver mig mere styrke at vide, at jeg har vendt det til noget positivt. (...). Det at jeg har kunnet bruge min sorg direkte til at hjælpe andre, det har givet mening." (9)

"Det er selvtilfredsstillende, at man kan bruge noget så trist og forfærdeligt som at have mistet nogen, til at det alligevel kan bruges til noget godt. At der er så mange, der kan få noget ud af det – det synes jeg er fantastisk." (6)

"Jeg tænker, at det kan være en måde at finde mening i, at ens forældre er død. At bruge den erfaring, at ens [forælder nævnes] er død til at hjælpe andre." (4)

Alt i alt bekræfter de interviewede, at frivilligfunktionen i høj grad opleves som en slags overbygning, eller med deres egne ord "en måde at fase processen ud på", "en efterbehandling", "en udslusning".

Et velfungerende voksenliv

Et centralt mål for den hjælp, som Unge & Sorg tilbyder, er, at de unge får et velfungerende voksenliv på trods af tabet, dvs. at tabet ikke stiller dem ringere eller giver dem en dårligere livskvalitet end andre unge, der ikke har mistet en forælder. Man kan stille det spørgsmål, om det at være frivillig spiller en rolle i forhold til at nå det mål? Ikke overraskende er det svært for flere af de tidligere frivillige at svare på. De kan være usikre på, om det f.eks. i højere grad er hjælpen, der har ført frem til, hvordan de har det i dag, f.eks. nævner én, at det er fifty-fifty. Nogle mener, at det ikke har gjort den store forskel.

"Jeg har et velfungerede voksenliv, men om det er på grund af Unge & Sorg er jo ikke til at sige. Jeg har jo de ting, vi har talt om, med mig. Men jeg har svært ved at svare på det." (10)

Andre giver udtryk for, at de ville have et velfungerende voksenliv også uden frivilligerfaringerne, men at erfaringerne herfra har betydet, at sorgprocessen forkortes.

"Jeg mener, at mit voksenliv havde været velfungerende, men jeg skulle bare ha' brugt flere år på at komme igennem det." (6)

"De fleste vil nok nå hen til et godt voksenliv alligevel, men det her gør det lettere. (...).det er gået hurtigere for mig at komme over nogle ting, fordi jeg har gået herinde." (4)

"Jeg har udviklet mig lidt hurtigere." (3)

Nogle har dog en tydelig oplevelse af, at det er blevet mere velfungerende, end hvis de ikke havde været frivillig, fordi de er blevet tvunget til at forholde sig til forældrerens død igen og igen over flere år. For dem ville det slet ikke have været det samme, hvis leddet med at være frivillig var blevet sprunget over.

"Jeg føler, jeg har lært nogle ting. Jeg føler, jeg er blevet klog på noget, jeg ikke var før. Det kan ingen tage fra mig, jeg vil altid ha' det med mig." (11)

"Altså, jeg ville jo ikke ha' været foruden at være frivillig, fordi det netop har givet mig noget mere, noget ovenpå, men om det er gået fra godt til bedre eller fra ikke så godt til o.k., det ved jeg sådan set ikke. Men til et mere velfungerende liv end hvis jeg ikke havde været frivillig, det er jeg ret sikker på." (7).

"Så har det jo hjulpet mig endnu mere på vej. Og det at jeg er blevet konfronteret med alle de andre unges sorg og deres bearbejdelse af det. Det, at det var deres, ikke min historie, hjalp mig videre." (5).

Fællesskabet

En ting, der træder frem i interviewene, er, at de unge ikke alene har kompetencer med fra funktionen som frivillig, men også fra det at tilhøre et korps af frivillige, der alle havde det tilfælles at være ung og have mistet en eller begge forældre. Når det fremhæves her under det velfungerende voksenliv, skyldes det, at fællesskabet også træder frem som det, der kan have været med til at facilitere en hurtigere proces, hvilket har haft betydning for bevægelsen frem mod et velfungerende voksenliv. I en tid, hvor andre kunne have svært ved at forstå de reaktioner, tanker og følelser, som fyldte hos dem, havde de som frivillige i Unge & Sorg en privilegeret adgang til at være sammen på måder, som ikke var tilladt andre steder.

"Plus at jeg fik et godt netværk herinde, mennesker jeg snakkede godt med, delte ting med. Det har også betydet meget." (1)

"Vi frivillige havde et fællesskab, som man ikke havde andre steder – vi var samme sted. Den måde, vi kunne tale om at miste. Omgangstonen kunne godt være lidt hårdere her. Vi ku' jo godt joke med, at vores forældre var døde. Det kunne man ikke udenfor. Så fællesskabet var også en meget væsentlig del." (4)

"Vi kunne også sidde og være vildt morbide, fordi vi alle sammen vidste, hvad der lå i det. Og der kunne jeg godt mærke i andre sammenhænge, at: 'Uh, var det ikke lige lidt voldsomt sagt' ... Så de frivillige har også haft en betydning for mig." (5)

"Så giver det også mening at mødes med de andre frivillige, for de har jo også et tab, der ligger langt tilbage. Og nogle af de ting, der var relevante for mig – der dukkede hele tiden nye ting op – hvor jeg kunne snakke med de andre frivillige (...)." (8)

Selvom vi her fremhæver mulige Unge & Sorg-specifikke komponenter i opbygningen af et velfungerende voksenliv, så er det klart, at der også må indtænkes faktorer og forhold, som ikke har relation til det frivillige arbejde og/eller Unge & Sorg. Det er vigtigt at pointere, at der sideløbende med frivilligtiden og tilknytningen til Unge & Sorg også har været et ungdoms- og hverdagsliv, der har påvirket den unges udvikling, og hvor personlige og sociale forhold uden om Unge & Sorg har haft stor indflydelse.

6. Refleksioner over resultaternes validitet

Som det fremgår af ovenstående oplever de tidligere frivillige, at de har mange kompetencer og erfaringer med sig fra tiden som frivillig, og at det er noget, der kommer dem til nytte i deres tilværelse i dag. Det er imidlertid nødvendigt at forholde sig undersøgende til resultaternes validitet, før vi kan konkludere, at det er tilfældet (for kort præsentation af gyldighedsvurdering og metodekritik, se bilag 6). På forhånd havde vi overvejet, hvilke konklusioner det ville være muligt at uddrage af materialet. Ville de unge overhovedet have nogen fornemmelse af, om og på hvilken måde de bruger erfaringer fra deres tid som frivillig i dag flere år efter? Ville selve det, at de blev interviewet om dette emne, påvirke dem i en bestemt retning? Ville deres eventuelle taknemmelighed over for Unge & Sorg medføre, at de ville forsøge at give os det, som de tænkte, at vi gerne ville nå frem til? Og hvis de havde nogle synspunkter på emnet, ville det så være muligt at vurdere, om kompetencerne stammer fra frivilligtiden

eller fra andre erfaringer? Disse overvejelser førte dels til en skærpet opmærksomhed under interviewene over for disse spørgsmål, dels til at nogle af dem blev drøftet åbent med interviewpersonerne. I det følgende uddybes nogle vigtige temaer herom i forhold til erfaringerne fra interviewene.

Usikkerhed hos den tidligere frivillige

Flere af de tidligere frivillige har som forventet slet ikke tænkt over emnet før og bliver først i løbet af interviewet opmærksomme på, at frivilligfunktionen kan have givet dem nogle særlige kompetencer, som andre ikke har. I forlængelse heraf er det for nogle meget svært at sætte ord på, hvordan de i dag bruger læringen fra Unge & Sorg. F.eks. kan nogle sige, at det bestemt har givet dem "samtaletekniker", men have svært ved at uddybe og eksemplificere dette. Ved interview af denne art har intervieweren forsøgt at sætte ord på nogle mulige uddybninger af den interviewedes udsagn, som hun/han kunne forholde sig til, eller interviewereren har præsenteret tolkninger af noget, som den interviewede havde antydnet. Hermed er der fare for, at vi som interviewere har lagt ord i munden på dem. Når vi alligevel har valgt at gøre det, skyldes det, at vi ville se, om inspirationen fra os gav anledning til, at interviewpersonen begyndte at se flere steder, hvor de benyttede erfaringerne fra tiden som frivillig. Vi oplevede flere gange, at denne styring af interviewet faktisk førte til, at den interviewede kom i tanke om eksempler og situationer, som de ikke i første omgang havde spekuleret på. En enkelt vendte faktisk efter interviewets afslutning tilbage med nogle yderligere punkter.

Modvilje mod at fremhæve sig selv

Vores forestilling om, at de interviewede ville bestræbe sig på at levere det ønskede, blev gjort til skamme. Faktisk var det mere typisk, at de nedtonede deres kompetencer frem for at fremhæve dem. Det gælder nemlig for flere af de tidligere frivillige, at de vægrer sig ved at tale om, at der er noget, som de er bedre til end andre. Når vi f.eks. spørger, om de mener, at der er forskelle mellem dem og kollegerne, eller om andre har givet udtryk for, at de har særlige kompetencer, får vi for eksempel følgende reaktioner.

"(...) det vil være at sætte mig selv lidt for meget på en piedestal." (6).

"Nu skamroser jeg måske mig selv." (1)

"Det er lidt svært, for det er, som om jeg skal hæve mig og være bedre end alle andre." (10)

Når de har sagt det, og det er blevet hørt, tillader de sig at sige, at der nok var tale om noget, de havde med sig fra tiden som frivillig.

Tabet, hjælpen eller frivilligerfaringen?

En helt central indvending man kan fremføre i forhold til undersøgelsens resultater, er, at det kan være vanskeligt at vurdere, om erfaringerne og kompetencerne stammer fra det at have været frivillig, fra tabet, fra den hjælp den unge evt. har modtaget eller fra noget helt fjerde, f.eks. tidligere erfaringer eller personlighed. Dette tema har derfor været genstand for drøftelse i interviewene, hvor de unge flere gange blev spurgt om det i forhold til de situationer og eksempler, de nævnte på de erhvervede kompetencer.

Typisk kan de unge udmærket adskille, hvad tabserfaringen og frivilligerfaringen hver især har bidraget med. Ens eget tab betyder, at man ved meget om, hvad man kan have brug for fra andre, når man har mistet en nærtstående. Frivilligerfaringen giver så det ekstra, at man ved noget om, hvordan man gør, og at man holder fokus på den anden.

"Om det er mit frivillige arbejde eller mit tab, ved jeg ikke. Det er nok mit tab, der gør, at jeg ved, at selv om der er gået lang tid, kan folk have brug for at tale om ting. Men det er nok mit frivillige arbejde, der gør, at jeg får spurgt, ja." (6)

"Jeg har brændstoffet fra mit tab, og så lærer jeg derigennem [det at være frivillig] at få sat maskinen i luften." (9)

Hvad angår forskellen mellem hjælpen til egen sorg og frivilligerfaringen, mener en af interviewpersonerne, at sorggruppeforløbet havde klart størst betydning. En anden taler om, at forholdet mellem hjælp og frivilligerfaringen er 60-40 eller 50-50. En nævner, at det kan være svært at adskille, fordi det netop er den personlige erfaring, man bruger i det frivillige arbejde, og at det derfor væver sig ind i hinanden. Flere beskriver, hvordan forskellen handler om, at man i sin egen sorggruppe beskæftiger sig med sin egen historie og sine egne følelser, mens det i rollen som frivillig er den andens historie, der er i fokus, hvilket lægger sig op ad den tidligere omtalte evne til at skelne mellem "Dig & Mig".

Da netop denne skelnen har stor betydning for gyldigheden af de konklusioner, man kan uddrage af undersøgelsen, har vi fundet det relevant at belyse emnet med en række citater:

"Da jeg selv sad i gruppe, var jeg meget fokuseret på, hvordan det føltes for mig og alt det der. Og da jeg selv blev gruppeleder, havde jeg fået nogle ting på afstand/fået talt dem igennem." (8)

"Jo, jeg synes, den store forskel ligger i, at selv om man hører de andres, er man selv i sit eget og har egentlig svært ved at se ud over det. At man ser eller føler de andres sorg som ens egen. Hvor jeg synes, at man som frivillig er kommet så langt, at man (bedre) kan sætte sig ud over sin egen og ind i de andres, end da man var gruppelem." (6)

"Mest af min frivilligerfaring, fordi det var der, hvor jeg kom ind i nogle samtaler med folk. I gruppeterapien var det jo mest en, der talte ad gangen. Og de første par måneder var jeg mest optaget af mit tab, som fyldte så meget, at jeg ikke var observant på min proces." (1)

"Det er meget det her med at ta' initiativet. Jeg tør næsten sige med sikkerhed, at det havde jeg ikke været, hvis jeg ikke havde været frivillig. Selvfølgelig fik jeg afklaret en masse ting i gruppen, som jeg ikke ville have været foruden. Men jeg ville have været mere lukket om mit forløb, haft sværere ved at tale om det." (7)

"Jeg tror, det er tabet og det at have været i gruppeterapi, der satte rigtig mange tanker i gang hos mig. (...) De fire år på Rådgivningen gav mig vældig god mulighed for at øve det og efterbehandle. Øve det jeg var blevet så bevidst om, få det integreret og blive endnu mere bevidst om, hvad det gør ved mig." (5)

"Jeg er bedre rustet til ikke bare at gå med ind i hendes [en kollega] sorg, for det havde jeg været tilbøjelig til, når andre havde sorg. Fordi jeg havde været frivillig, kunne jeg bedre distancere mig." (3)

Nogle giver udtryk for, at de måske havde opmærksomheden over for andre i forvejen, men at den blev styrket af frivilligerfaringerne. I forlængelse heraf udtrykker nogle usikkerhed over for, hvilken betydning det har haft, fordi det ikke er til at vide, hvordan deres situation ville have været, hvis de ikke havde været i U&S – et tema der også blev omtalt ovenfor i drøftelsen af frivilligfunktionens betydning for det velfungerende voksenliv.

Opsummering

Selv om man kan anføre forskellige forbehold over for resultaternes validitet, mener vi, at ovenstående gennemgang dokumenterer, at de beskrevne kompetencer i høj grad har deres rod i det at have fungeret som frivillig i Unge & Sorg. De tidligere frivillige lader sig ikke bare forlede af interviewererne til at mene noget bestemt. De er mere tilbøjelige til at nedtone, at de kan noget særligt, end det modsatte. De har ingen taknemmelighedsgæld over for det at have været frivillig, som fører til, at de svarer positivt bekræftende på alle spørgsmål. De tidligere frivilliges taknemmelighed sigter snarere mod deres egne sorgforløb end mod det at have været frivillig. Og de giver mange og uddybende svar på, hvilke forskelle de ser på, hvad de har lært af tabet, af den hjælp de har fået og af det at være frivillige.

7. Afrunding og perspektiver

Undersøgelsen bekræfter vores antagelser om, at det at være frivillig i Unge & Sorg giver de unge en række betydningsfulde kompetencer i forhold til at lytte og spørge ind til personlige emner, at kunne indlede og gennemføre svære samtaler og at turde bryde tabuer i feltet alvorlig sygdom og død. De

bliver både i deres arbejds- og fritidsliv ambassadører for det at gå op imod den "undgåelses-kultur", som de selv oplevede, da de mistede deres forældre, og som ofte gjorde det sværere for dem at komme igennem deres sorg. De har lært, hvordan man kan gøre det på en god og respektfuld måde, men også at det er i orden ikke at have svar, løsninger eller gode råd til den anden. De har opdaget, at det vigtigste er at være der og stille sig selv og sine egne erfaringer til rådighed for den anden. Samtidig ser det ud til, at de har en skærpet opmærksomhed på andres reaktioner i svære situationer - og mere generelt.

De har udviklet relationelle og kommunikative kompetencer, der er overordentlig værdifulde inden for arbejdsområderne sundhed og pædagogik, hvor de fleste af dem færdes. Når man arbejder med patienter, klienter eller elever, betyder evnen til at være empatisk, evnen til at registrere de små signaler og evnen til at skelne mellem "Dig & Mig", at "den anden", som man er i dialog med, føler sig mødt, set og forstået. Tilsvarende er forståelse af forskellighed og tolerance uhyre vigtig, når arbejdet bringer én i kontakt med mennesker med baggrunde og vilkår langt fra ens egen.

Ud fra interviewene får man indtryk af, at disse kompetencer er blevet så indarbejdede og selvfølgelig, at de tidligere frivillige ikke selv har været opmærksomme på dem som særlige kompetencer, de har med sig fra Unge & Sorg. Selv om størstedelen af dem ikke har tænkt over det forud for interviewet, kan alle give eksempler på, at de gør brug af frivilligerfaringerne i deres tilværelse i dag. Og selv om flere af dem vægrer sig ved at fremstille sig selv som værende bedre end andre til disse ting, erkender de, at det faktisk er tilfældet. Det er ikke let for dem alle at sætte ord på læringen. Til gengæld viser det sig, at mange af dem faktisk er i stand til at beskrive nogle væsentlige forskelle på, hvad de har lært af tabet (f.eks. om behovet for at nogen spurgte ind til dem) og af det at være frivillig (f.eks. at lære hvordan man gør det). Tilsvarende ser nogle af dem meget klare forskelle mellem det selv at få hjælp (man er i sin egen historie) og det at være frivillig (fokus er på den andens historie).

Undersøgelsen har ikke afdækket følgende hypoteser, som vi opstillede inden interviewene: At de unge lærer at forholde sig til egne og andres eksistentielle udfordringer og får øget opmærksomhed på værdien af at søge hjælp, samt at de erhverver kompetencer omkring samarbejde og sociale relationer. Der er dog grund til at antage, at der er sket en læring omkring eksistentielle udfordringer, når de unge i dag f.eks. tager de svære samtaler i forhold til sygdom og død. Formodentlig har de også lært meget omkring samarbejde fra det, at de som gruppeledere har arbejdet tæt sammen to og to. Men det er altså ikke noget, som de selv italesætter.

Frivilligt arbejde i dag?

Inden interviewene havde vi en hypotese om, at de tidligere frivillige ville fortsætte med at udføre frivilligt arbejde, fordi de "havde fået blod på tanden". Det har været overraskende at konstatere, at det ikke er tilfældet, idet kun en af de unge aktuelt er involveret i frivilligt arbejde. En forklaring kunne være, at de er i en alder, hvor de har travlt med at etablere sig på arbejdsmarkedet og i familielivet, så der ikke er tid til frivilligt arbejde. Undersøgelser viser imidlertid, at unge i aldersgrupperne 26-35 og 36-43 år påtager sig frivilligt arbejde i stort set samme grad som andre aldersgrupper.⁶ Vi tror derimod, at det frivillige arbejde, som vores interviewpersoner udførte i Unge & Sorg, har en særlig karakter ved, at det er baseret på personlige erfaringer. Det er ikke frivilligt arbejde generelt, der har motiveret dem, men derimod det, at det havde resonans i forhold til deres egen historie. Denne type frivilligt arbejde er erfaringsbaseret, og det har en særlig personlig og følelsesmæssig betydning for dem, hvilket kan betyde, at det nok ikke er et hvilken som helst frivilligt arbejde, de vil påtage sig efter Unge & Sorg. En af de interviewede havde andet frivilligt arbejde samtidig med at være frivillig i Unge & Sorg og gør opmærksom på denne forskel:

"Altså her med Unge & Sorg, der har det været noget med personlige erfaringer, der blev trukket på. Det gør det altså ikke i en andelsboligforenings bestyrelse." (7)

⁶ Fridberg T: Frivilligt arbejde og de unge. I: Ibsen B, Boje T, Fridberg T (red): *Det frivillige Danmark*. Syddansk Universitetsforlag, 2008.

Arbejde eller personlig udvikling?

Når flere af de tidligere frivillige umiddelbart kan finde det vanskeligt at udtale sig om, hvordan erfaringerne fra frivilligfunktionen kommer dem til nytte i f.eks. deres aktuelle arbejdsliv, kan en forklaring være, at de slet ikke har set på det at være frivillig i Unge & Sorg som en slags arbejde, der er kompetencegivende, og hvor de får arbejds- og praksiserfaring. Som nævnt har denne form for frivilligt arbejde en særlig karakter ved at trække på og handle om den personlige historie, ved at fungere som en slags overbygning på og efterbehandling af egen sorg og ved – for nogle i hvert fald – at bibringe mening i ens eget meningsløse tab gennem at hjælpe andre i samme situation. Man kan derfor tænke sig, at de unge selv mere betragter det som led i en personlig udvikling end som noget, der rækker frem mod og giver dem fordele i det fremtidige arbejdsliv. Knap halvdelen af de interviewede fortæller, at de skriver det i deres CV, men de gør det i højere grad for at vise nogle menneskelige kvaliteter (hvem de er) end for at dokumentere særlige kvalifikationer (hvad de kan).⁷

Dette kunne være et interessant spørgsmål at belyse yderligere. Dels for at indfange forskelle i det store landskab af forskellige typer frivilligt arbejde, som f. eks. foreningsarbejde i en sportsklub, ekspedient i en genbrugsbutik, telefon- og netrådgivning inden for sundhedsområdet eller som her hos Unge & Sorg personlige samtaler med unge efterladte. Dels for at afdække hvilken betydning den før-omtalte forskel i begrundelse for at gå i gang med frivilligt arbejde (*jeg er* (personlig udvikling) eller *jeg kan* (faglig udvikling)) har for den frivilliges oplevelse af og forståelse for tillært kompetence. Får man de samme kompetencer, uanset om man træder ind i det frivillige arbejde for at skyde genvej til succes (som omtalt på side 2), eller om man træder ind som personlig berørt? Undersøgelsen her peger i hvert fald frem mod, at de involverede frivillige, som alle var personligt berørt af emnet, har erhvervet kompetencer, som kan være relevante for at skyde genvej til succes, og at det frivillige arbejde herved kan have samfundsmæssig værdi.

Samfundsmæssig værdi?

Alt i alt er der ingen tvivl om, at de interviewede selv oplever, at erfaringerne fra tiden som frivillig kommer dem til nytte i deres nuværende tilværelse. Men hvilken samfundsmæssig værdi kan dette have? Undersøgelsens resultater peger på, at det kan være tilfældet på følgende områder:

- Hospitaler, skoler og institutioner får nogle medarbejdere med betydningsfulde kompetencer, som f.eks. kommunikative færdigheder, evne til at skelne mellem brugeres og egne behov, empati og tolerance. De unge i hjælperfag, som læger, sygeplejerske lærere eller pædagoger får en slags ekstra uddannelse – en form for praksisuddannelse inden for deres fag, som det ellers ofte tager mange år at erhverve. De har noget med sig, som deres jævnaldrende kolleger ikke har/kan i samme grad, og som sætter dem i stand til hurtigere at kunne indtræde i arbejdet på stedet.
- De tidligere frivillige registrerer, forholder sig til og tør gribe ind over for problemer og vanskeligheder hos deres brugere, hvilket kan betyde, at de medvirker til at forebygge senere problemer hos de pågældende.
- De når hurtigere det velfungerende voksenliv og kommer tilbage på sporet. Tilknytningen til U&S som frivillig synes for nogen således at være et led i en kortere proces frem mod det velfungerende voksenliv og dermed en aktiv samfundsmæssig indsats.
- At de kan skrive det på CV'et, har konkret relevans derved, at det kan medvirke til, at de hurtigere opnår ansættelse.

De tillærte kompetencer er således ikke kun personligt udviklende for den enkelte frivillige, men også samfundsmæssigt nyttige. Det frivillige arbejde betaler sig på mange niveauer.

⁷ Det er ikke utænkeligt, at Unge & Sorg er med til at understøtte denne mere indadrettede opfattelse af udbyttet hos organisationens frivillige. I både oplæringen til funktionen som frivillig og den jævnlige supervision er der fokus på, hvad opgaverne betyder for den unge her og nu, og på hvordan den unge kan bruge sin egen historie i forhold til brugerne.

Uanset hvad der ledte til det frivillige arbejde, eller hvilke kompetencer de enkelte har med sig fra tiden som frivillig, er de unge ikke i tvivl om, at det var en meget værdifuld tid for dem.

”Uden de fire år på Rådgivningen havde jeg ikke været, hvor jeg er i dag.” (5)

”Og mit frivillige arbejde har givet mig mange styrker til mit liv fremover. Jeg synes i hvert fald, jeg kan se meget bredere; jeg har fået virkelig, virkelig meget med mig, som jeg har kunnet bruge i alle dele af mit liv.” (6)

Bilag 1: Invitation

København d. xx. december 2009

Kære

Jeg skriver til dig, fordi Unge & Sorg i anledning af sit forstående 10 års jubilæum gennemfører en undersøgelse, der skal belyse, hvilke kompetencer og erfaringer tidligere frivillige i Unge & Sorg oplever at have fået gennem funktionen som frivillig.

Da du var frivillig i mindst et år i perioden 2001-2005, håber vi, at du har lyst til at hjælpe os ved at lade dig interviewe om dine erfaringer med dette. Interviewet skal så vidt muligt gennemføres i januar måned og vil tage ca. 1 time. Unge & Sorg dækker dine transportudgifter.

Hvis du vil deltage i undersøgelsen, vil jeg bede dig om at udfylde vedhæftede korte skema og returnere det som beskrevet øverst i skemaet, helst inden for 1 uge. Hvis du ikke ønsker/har mulighed for at deltage, kan du blot give os besked ved at svare på denne mail.

Fortrolighed

Alle oplysninger vil blive behandlet fortroligt, og de eneste, der har adgang til dine oplysninger, er de forskningsansvarlige, der er underlagt tavshedspligt. Ved offentliggørelse af resultaterne vil alle oplysninger naturligvis være anonymiserede, og enkeltpersoner vil ikke kunne identificeres.

Hvis du har spørgsmål til undersøgelsen, er du velkommen til at kontakte mig på tlf. 35 42 43 00 (bedst ml. 9 og 12) eller sende en mail til mb@ungeogsorg.dk.

Med venlig hilsen

Marianne Bache
Psykolog og vidensmedarbejder

Bilag 2: Svarskema

Tak fordi du gerne vil deltage i undersøgelsen.

Hvis der ikke er plads nok til at skive dine svar i skemaet, så brug gerne bagsiden. Skemaet sendes retur i den frankerede kuvert til Unge & Sorg.

Dit navn: _____

Adresse: _____

E-mail: _____

Telefon: _____

1. Jeg er født år: _____

2. Jeg var frivillig i perioden fra (ca. måned+år) _____ til (ca. måned+år): _____

3. Mine opgaver som frivillig i Unge & Sorg (sæt et eller flere kryds):

Jeg var gruppeleder for ca. _____ grupper (skriv antal).

Jeg var på Linjen

Jeg havde andre opgaver (skriv hvilke): _____

4. Jeg har mistet

Far Hvornår døde din far? (måned/år) _____

Mor Hvornår døde din mor? (måned/år) _____

5. Min far/mor døde af: _____

6. Hvilken hjælp fik du i forbindelse med din forælders død? (beskriv):

7. Hvilken uddannelse har du gennemført/er du i gang med?

8. Hvornår afsluttede/forventer du at afslutte denne uddannelse? _____

9. Hvis du har job, hvad arbejder du som? _____

10. Civilstand:

Enlig

Har kæreste

Er gift

Bilag 3: Interviewguide

Introduktion

- Formålet med dette projekt er at undersøge om og hvordan tidligere frivillige i Unge & Sorg har gavn af erfaringerne fra funktionen som frivillig i deres senere arbejds- og fritidsliv
- Fokus er på det at have været frivillig, ikke på tabet og evt. hjælp
- Interviewet optages på bånd og udskrives, så jeg kan huske, hvad du har sagt. Du vil være helt anonym, når der offentliggøres noget om projektet.
- Måske skriver jeg nogle noter undervejs, hvis jeg kommer i tanke om noget, jeg skal huske at spørge dig om.
- Samtykkeerklæring
- Har du spørgsmål til interviewet eller projektet?

A. Baggrundoplysninger

(er formodentlig besvaret i det indledende skema)

1. Alder nu
2. Uddannelse
3. Arbejde
 - Opgaver
 - Samarbejdsrelationer
4. Parforhold
5. Fritid
 - Frivilligt arbejde i dag?
6. Frivillig i hvilken periode?
7. Opgaver som frivillig
 - Grupper – antal
 - Linjen
 - Andre opgaver

B. Hvorfor blev du frivillig?

(evt. som optakt til C., hvis det viser sig svært at komme i gang med C1.)

- Hvilke overvejelser gjorde du dig, før du blev frivillig?
- Levede det op til dine forventninger og forestillinger?

C. Spørgsmål vedr. udbyttet af at være frivillig

1. Hvilken betydning mener du, at det har for dit liv nu, at du var frivillig i Unge & Sorg?
 - Uddannelse/arbejde?
 - Fritidsliv (ex. andet frivilligt arbejde?)

- Parforhold
- Øvrige relationer

For hvert af punkterne spørges til:

- Hvordan har det betydning?
- Hvad får dig til at mene det?

2. Har det haft betydning for dit valg af arbejde/uddannelse/andre aktiviteter?
3. I hvilke situationer bruger du erfaringerne?
Eksempler
4. I forhold til bestemte opgaver?
Hvilke?
5. Kan du beskrive, hvordan du bruger det?
6. Hvordan tror du, at det gør din adfærd anderledes
 - end hos andre, der ikke har været frivillige (i U&S)
 - end hvis du selv ikke havde været frivillig
 (Det kan selvfølgelig være svært at svare på, men f.eks. ud fra oplevelser af hvordan andre takler lignende situationer)
7. Hvad får dig til at tænke, at det er din frivilligerfaring, der har betydning for ...?
 - Kunne det være noget andet? F.eks. det at have mistet eller det at have fået hjælp.
 - Eller noget der ikke har med Unge & Sorg at gøre.

Til sidst har jeg nogle spørgsmål om, hvad det at have været frivillig har betydet for, hvordan du i dag har det med dit tab.

D. Frivilligfunktionen i forhold til sorgbearbejdningen

8. Vi taler ofte om, at det at være frivillig er en slags "overbygning" på bearbejdningen af tabet.
 - Hvad tænker du om det?
9. I U&S er det langsigtede mål for indsatsen, at de unge får "et velfungerende voksenliv".
 - Hvilken betydning mener du, at frivilligfunktionen har haft for dig selv i forhold til det mål?
10. Tror du, at tabet af din mor/far har påvirket dit liv på en anden måde, fordi du har været frivillig, end hvis du ikke havde været det? Beskriv
 - Nogen siger f.eks., at det giver en form for mening med tabet eller i de dyrekøbte erfaringer

E. Afslutning

Noget at tilføje? – noget jeg ikke har spurgt om?

Bilag 4: Information og samtykke

INFORMATION

om projektet: "Frivilliges udbytte på sigt"

Rådgivnings- og Videncentret Unge & Sorg gennemfører i foråret 2010 en undersøgelse af tidligere frivilliges oplevelse af, om og hvordan deres erfaringer som frivillig kommer dem til gavn i deres videre arbejds- og fritidsliv.

I undersøgelsen interviewes 10-15 unge, der har været frivillige i minimum et år. Alle interviews gennemføres af en medarbejder i Unge & Sorg.

Deltagelse i undersøgelsen er frivillig. Hvis du efter interviewet alligevel ikke ønsker at være med i projektet, vil dine data blive trukket ud af undersøgelsens resultater.

Du er garanteret anonymitet, når projektets resultater offentliggøres.

Hvis du har spørgsmål, eller ønsker yderligere oplysninger om undersøgelsen, er du meget velkommen til at kontakte Marianne Bache på mail: mb@ungeogsorg.dk eller telefon 35424300 (bedst mellem 9 og 12).

Med venlig hilsen

Marianne Bache
Psykolog
Rådgiver og vidensmedarbejder

SAMTYKKEERKLÆRING

deltager

Fornavn
(med blokbogstaver)

Efternavn
(med blokbogstaver)

Jeg har læst informationen om undersøgelsen: "Frivilliges udbytte på sigt".

Jeg bekræfter, at jeg gerne vil deltage i den beskrevne undersøgelse ved at stille op til et interview med en medarbejder fra Rådgivnings- og Videncentret Unge & Sorg.

Deltagelse i undersøgelsen er frivillig. Jeg kan når som helst trække mit tilsagn om deltagelse tilbage.

Alle personoplysninger behandles fortroligt og opbevares aflåst, ifølge "Lov om behandling af personoplysninger".

Dato

Underskrift

Afleveres / sendes til:

Rådgivnings- og Videncentret Unge & Sorg
Knabrostræde 3, 1. sal
1210 København K
Att.: Marianne Bache
Kontaktperson

Bilag 5: Metodeovervejelser

Vi har valgt at gennemføre et kvalitativt interview, om hvilket Kvale skriver, at det: "... har det formål at indhente beskrivelser af den interviewedes livsverden med henblik på at fortolke betydningen af de beskrevne fænomener." (Kvale, 2003, p. 19).⁸

Vi har gennemført et semistruktureret interview. Dette for at sikre en nogenlunde ensartethed i det grundlag, som den enkelte frivillige kunne reflektere på baggrund af, og samtidig netop semistruktureret for at lade nye indsigter åbenbare sig, og have mulighed for at følge de beskrivelser, som interviewpersonen bragte frem.

Vi er opmærksomme på, at vi ved at anvende et interview kun får adgang til den fortælling, som interviewpersonerne deler med os. Samtidig er interviewet nødvendigt, da vi skal have adgang til viden, som vi ikke umiddelbart kan få adgang til ved at observere de tidlige frivillige i deres hverdagspraksis. Vi havde brug for adgang til de tidligere frivilliges tanker om, hvordan deres frivillige funktion har betydning for nuværende kompetencer i deres arbejds- og privatliv. Vi har i interviewet, såvel som i analysen, altså et fænomenologisk fokus på personlig betydning af de erfaringer, som de tidligere frivillige gjorde sig, mens de var aktive i deres frivillige funktion, samt hvordan de selv vurderer, at dette slår igennem i dag, i primært deres arbejdsliv.

Vi har i databearbejdelsen kombineret elementer fra Kvales ad hoc metode med elementer fra Grounded Theory. Vi har ikke søgt at skabe ny teori, men har snarere søgt at belyse et uudforsket felt omkring frivilliges udbytte på lang sigt. Da vi ikke har haft et egentlig teorigerende fokus, har vi kunnet kombinere klassisk deduktive elementer fra ad hoc metoden med induktive teoriskabende elementer fra Grounded Theory. Analysemetoden har altså været pragmatisk frem for dogmatisk. De to metoder adskiller sig teoretisk på en lang række punkter, men de har sammenfaldende teknikker i databearbejdelse, idet de begge ser efter mønstre til kategorisering.

I databearbejdelsen har vi haft fokus på at finde såkaldte klyngedannelser. Kvale skriver, med reference til Miles og Huberman, at der kan optræde klyngedannelser af udsagn, som kan høre sammen (ibid.), og Strauss & Corbin skriver, at der under den åbne kodning kan opstå en "... process of grouping concepts that seem to pertain to the same phenomena" (Strauss & Corbin, 1990, p. 65)⁹. Strauss & Corbin benytter betegnelsen kategorisering for det, at der på tværs af de enkelte interviews, optræder mønstre for udsagn, der kan sættes sammen til kategorier. Vi kalder i denne rapport disse kategorier for kodetemaer, fordi de udvalgte temaer tilhører forskellige niveauer, dvs. de er ikke sideordnede, hvilket eller kan være impliceret i en kategoriseringsterminologi.

Da Unge & Sorg, som tidligere nævnt, også i dag har frivillige tilknyttet organisationen, har vi en etableret viden om, hvad de frivillige ønsker at få ud af, at være frivillige (se s. 2), og vi har også antagelser om, hvad de på kort sigt får ud af at være frivillige. På baggrund af dette har vi også antagelser om, hvad de frivillige på langt sigt får med sig som udbytte fra det frivillige arbejde i ungdomsårene (se s.3). Undersøgelsen har derfor både et hypotetisk-deduktivt niveau, hvor vi har ledt efter be- eller afkræftelser på antagelserne, og samtidig har de oven for nævnte klyngedannelser skabt nye kategorier/kodetemaer, som induktivt har bidraget med ny viden.

Når dette nævnes her, skyldes det, at erfaringen med frivillige unge i organisationen, og den viden vi har heraf, har haft betydning for de antagelser, som har været med til at skabe de klyngedannelser og heraf kategorier, som vi har opstillet i tabel 1 (s. 4). På den måde har vi ekspliciteret vores antagelser, frem for at lade dem styre i 'det skjulte'.

⁸ Kvale S (2003): *InterView – En introduktion til det kvalitative forskningsinterview*, Hans Reitzels Forlag, København.

⁹ Strauss A & Corbin J (1990): *Basics of Qualitative Research*, Sage Publ., California.

Kodetemaer/kategorier som analyseopbygning

Vores analyse er bygget op om de klyngedannelser og kodetemaer, der som ovenfor nævnt er dannet ud fra tematiseringer i interviewguiden og på baggrund af datamaterialets åbenbaringer. Analysens omdrejningspunkt er, hvad disse klyngedannelser fortæller os i forhold til vores opstillede mål for undersøgelsen, om at finde frem til mulige kompetencer, som blandt andet er etableret på baggrund af det tidligere frivillige arbejde, og som også slår igennem i dag som kompetencer i primært arbejds- og sekundært privatlivet.

Bilag 6: Kvalitet, gyldighed og metodekritik

Med reference til Schultz Jørgensen har vi forsøgt at sikre reliabilitet gennem intersubjektivitet (Jørgensen, 1997).¹⁰ Her forstået som at vi løbende under interviewet fulgte vores spørgsmål op for at afklare, om vi som forskere havde samme opfattelse som informanterne af interviewets mange udsagn. Samtidig har begge interviewere gennemlæst transskriberingen og godkendt det som brugbart datamateriale.

Vi har ligeledes søgt at holde analysekontrol, hvilket ifølge Kvale kan opnås ved at være flere fortolkere (Kvale, 2003). Ved at være flere fortolkere til det samme interview, "... bliver der mulighed for en vis kontrol af vilkårlig eller ensidig subjektivitet i analysen" (ibid., p. 202). Som nævnt på side 4, har begge interviewere uafhængigt kodet materialet og fundet store overlap, som har ført til etablering af de 9 kategorier, for dernæst at igangsætte endnu to uafhængige kodninger og sammenligninger af data. Begge interviewere har fortolket datamaterialet og diskuteret deres fortolkninger med hinanden. Vi er dog (jf. Mørch, 1997)¹¹ opmærksomme på, at vores intersubjektive konsensus kun henter næring i vores interne enighed om, hvad der er på spil i de enkelte interviews, og at det derfor ikke er sikkert, at udenforstående vil være enige i vores tolkninger. Vores forståelse har trods denne kritik dog gyldighed inden for Kvales begreb om kommunikativ validitet, hvor: "Gyldig viden opstår, når modstridende vidensudsagn diskuteres i en dialog" (Kvale, 2003, p. 238).

Olsen (2002)¹² skriver, at gennemsigthed i data er afgørende for validiteten. Vi har derfor valgt at foretage en ordret og fuldstændig transskription efter båndoptagelse. Den ordrette transskribering er valgt, for at alle parter på et givent tidspunkt skal kunne genkende materialet, og på samme tid hjælper ordretheden til at skabe forståelse og sammenhæng for udenforstående i analysen og fortolkningen af materialet. Dette er igen med til at øge gennemsigtheden. Vi er samtidig bevidste om, at vi ikke, trods den ordrette transskribering, kan opnå nogen objektivitet i positivistiske forstand, da vores subjektivitet altid vil være en del af konstruktet (ibid., p. 151). Vi konstruerer sammen med informanterne det univers, som materialet afspejler, og frem for objektivitet har vi snarere forsøgt at skabe gennemsigthed, troværdighed og pålidelighed (Maunsbach et. al, 1997)¹³ ved gennem processen at være vores forforståelser, analyse-kategorier og metode bevidst.

¹⁰ Jørgensen PS (1997): "Om kvalitative analyser og deres gyldighed" i Jørgensen. P.S: (red.) "Kvalitative meninger", Nordisk Psykologi/Hans Reitzels Forlag, København.

¹¹ Mørch S (1997): "Forskning i kvalitet eller kvalitativ forskning" i Jørgensen. P.S. (red) "Kvalitative meninger", Nordisk Psykologi/Hans Reitzels Forlag, København.

¹² Olsen H (2002): "Kvaler eller kvalitet" i *Nordisk Psykologi* 2002, 52 (2), Hans Reitzel, København.

¹³ Maunsbach M et al. (1997): Gyldighedskriterier, i: *Nordisk Medicin* nr. 2, februar.

UNGE & SORG

Rådgivning Hovedstaden

Knabrostræde 3, 1. sal
1210 København K
uskbh@ungeogsorg.dk
Tlf.: 3542 4300

Rådgivning Midtjylland

Banegårdspladsen 10, 2. th.
8000 Århus C
usaarhus@ungeogsorg.dk
Tlf.: 8695 4300

Rådgivning Syddanmark

Vestergade 73, 1. tv.
5000 Odense C
usodense@ungeogsorg.dk
Tlf.: 3583 4300

Rådgivnings- og Videncenter

Knabrostræde 3, 2. sal
1210 København K
usvid@ungeogsorg.dk
Tlf.: 3542 4300

> UNGE & SORG I 10 ÅR

Unge & Sorg
Rådgivnings- og Videncenter
ISBN 978-87-993813-1-9