



EVALUERING AF GRUPPER FOR UNGE SOM HAR MISTET FORÆLDRE

April 2010

- › Frivilligt ledede samtalegrupper
- › Lukkede terapigrupper
- › Teenagegrupper

unge & sorg

Er din far eller mor
alvorligt syg
eller død

Evaluering af grupper for unge som har mistet forældre

- Frivilligt ledede samtalegrupper

- Lukkede terapigrupper

- Teenagegrupper

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

Omslag: JE:SU/Gul Stue

Tryk: City Print

ISBN 978-87-993813-2-6

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

Indhold

RESUMÉ	2
CENTRALE RESULTATER I EVALUERINGEN:	2
INDLEDNING & BAGGRUND	4
METODE I EVALUERINGEN	4
FORANDRINGSTEORIER OG INDIKATORER	5
MÅL FOR FORANDRING, TILFREDSHED OG SUCCES	6
GRUPPERNE	7
RESULTATER FOR SAMTALE- TERAPI OG TEENAGEGRUPPER	8
GRUPPEDELTAGERNE	9
DEPRESSIONSSYMTOMER	10
SELVVÆRD	12
KONCENTRATIONSEVNE	14
FRAVÆR FRA STUDIUM/ARBEJDE	16
TILLID TIL OMVERDENEN / TRO PÅ FREMTIDEN	18
FØLELSE AF AT VÆRE ALENE OG ANDERLEDES	20
TILFREDSHED MED GRUPPEDELTAGELSE	22
DET VIGTIGSTE UDBYTTET AF AT DELTAGE I EN GRUPPE I UNGE & SORG	28
KONKLUSION.....	30
SUCCESMÅL FOR GRUPPERNE	30

Resumé

I rapporten præsenteres delresultater fra en evaluering af tre af gruppetilbuddene i Unge & Sorg:

- Samtalegrupper for unge 20-28 år, ledet af unge frivillige som selv har mistet en forælder.
- Terapigrupper for unge 20-28 år, ledet af professionelle rådgivere.
- Teenagegrupper for unge 16-19 år, ledet af professionelle rådgivere,

Evalueringen af grupper i Unge & Sorg gennemføres prospektivt med spørgeskemaer før gruppestart, efter gruppens afslutning samt opfølgninger seks og 12 måneder herefter (metoden beskrives kort på side 4). Denne rapport fokuserer på gruppedeltagere hvor der er gennemført 6 måneders opfølgning.

På baggrund af forandringsteorier for grupperne, er relevante indikatorer i evalueringen defineret. Disse er samlet i seks overordnede forandringsmål, som der måles på i alle fire spørgeskemaer:

- Depressionssymptomer (*Becks Depression Inventory*)
- Selvværd (*Rosenberg Self-esteem Scale*)
- Koncentrationsevne
- Fravær fra studium/arbejde
- Følelse af at være alene og anderledes
- Tillid til omverden/tro på fremtiden.

Desuden måles der på deltagernes tilfredshed med gruppeforløbene, og deres oplevelse af, om det har gjort en positiv forskel.

Endelig spørges i åbne spørgsmål ind til, hvilken forskel det eventuelt har gjort for deltagerne at deltage i gruppeforløbet.

Centrale resultater i evalueringen:

Fra gruppernes start til seks måneder efter deres afslutning er der sket følgende forandringer hos deltagerne på de seks forandringsmål:

- Færre depressive symptomer i alle grupper (side 10). Deltagere i teenagegrupper er de mest belastede forud for gruppestart. I samtalegrupperne er depressions-symptomerne mindsket med 42 % (statistisk signifikant fald i score). 84 % af deltagerne får færre af disse symptomer. Foreløbige resultater peger på, at det gennemsnitlige niveau af depressionssymptomer er faldet yderligere 12 måneder efter gruppens afslutning.
- For deltagere i alle grupper sker der en bedring af selvværdet (side 12). For deltagere i samtalegrupper er selvværdet gennemsnitlig forbedret 9 % (statistisk signifikant stigning i score). For 61 % af deltagerne sker der en bedring af deres selvværd. Resultaterne fastholdes 12 måneder efter gruppens afslutning.
- Koncentrationsevnen er forbedret for alle gruppedeltagere betragtet i gennemsnit (side 14). I samtalegrupperne er koncentrationsevnen forbedret for 70 % af deltagerne (statistisk signifikant forbedring).
- Fravær fra studium/arbejde viser ikke signifikante resultater i evalueringens prospektive måling (16). Adspurgte i tilbageblik seks måneder efter gruppens afslutning oplever samlet set 46 % at de har fået mindre fravær fra studium/arbejde. 42 % oplever at graden af fravær er uændret.

-
- Resultaterne peger på en generelt øget tillid til omverdenen og tro på fremtiden blandt gruppedeltagerne, både umiddelbart efter og seks måneder efter gruppens afslutning (side 18). For samtalegrupperne er bedringen signifikant på alle variable, bl.a. oplevelse af meningsfuldhed, oplevelse af kontrol og oplevelse af, at der er løsninger på de smertefulde ting i tilværelsen.
 - Efter gruppedeltagelse oplever deltagerne sig i højere grad forstået i deres omgivelser, og de føler sig i mindre grad anderledes end deres jævnaldrende (side 20). Følelser af alenighed og ensomhed er ligeledes blevet mindre (disse resultater er signifikante for samtalegrupper).

Tilfredshed med gruppeforløb:

Et andet vigtigt parameter i evalueringen er naturligvis, om brugerne er tilfredse med tilbuddene, om tilbuddene opfylder behovene og gør en forskel i de unges liv og udvikling.

Der er generelt en meget høj grad af tilfredshed med gruppeforløbene i Unge & Sorg (side 22-27):

- 91 % af deltagerne svarer, at gruppen 'i høj grad' eller 'i meget høj grad' har været en hjælp for dem (fordelt på grupper, side 22)
- Ligeledes svarer 91 % efter gruppedeltagelse, at de har fået det 'bedre' eller 'meget bedre' (fordelt på grupper, side 24).

Den kvalitative del af evalueringen giver os en dybere viden om, hvordan grupperne – med deltagernes egne ord - opleves at gøre en forskel (side 28). Gennemgående temaer er bl.a.:

- Man føler sig mindre alene, når man møder andre i samme situation.
- Man føler sig forstået af jævnaldrende på en måde, der ikke er mulig for venner.
- Man får konkrete værktøjer og metoder til at håndtere svære situationer og følelser.

*Det er en stor trøst at mærke,
at jeg ikke er alene med mine
følelser eller oplevelser. Jeg følte
hurtigt et meget stærkt fællesskab
med de øvrige gruppemedlemmer. (...)
Jeg føler mig alt i alt meget
mindre alene og "underlig".*

Deltager i samtalegruppe, kvinde 26 år.

Indledning & baggrund

I Rådgivnings- og Videncentret Unge & Sorg foretages en fortløbende evaluering af størstedelen af gruppetilbuddene for unge, som har mistet en eller begge forældre. Følgende grupper evalueres p.t.:

- Samtalegrupper, ledet af unge frivillige, som selv har mistet en forælder
- Terapigrupper, ledet af professionelle rådgivere
- Teenagegrupper, ledet af professionelle rådgivere
- Grupper for unge, der har mistet en forælder med et alkoholmisbrug, ledet af professionelle.

Ud over ovennævnte grupper findes i Unge & Sorg grupper for unge med syge forældre, teenagere med syge forældre samt langtidsterapeutiske grupper for unge med særligt komplicerede tab.

I denne rapport formidles resultater fra samtale- terapi- og teenagegrupperne.

- De *professionelle rådgivere* er alle fastansatte medarbejdere i Unge & Sorg, overvejende psykologer.

- De *frivillige* er unge i alderen 20-28 år, som har mistet en eller begge forældre. De har bearbejdet deres tab så meget, at de kan fremstå som et positivt eksempel på, at det er muligt at komme videre i livet på en god måde. Alle frivillige uddannes på internatkurser og modtager løbende vejledning og supervision af de professionelle rådgivere.

Metode i evalueringen

Evalueringen af gruppetilbud i Unge & Sorg foretages prospektivt ved, at gruppedeltagerne (brugerne) bliver bedt om at udfylde i alt fire spørgeskemaer, bestående af såvel kvantitative som kvalitative spørgsmål. Målinger foretages på fire tidspunkter: Umiddelbart før gruppestart, kort efter gruppens afslutning samt seks og 12 måneder efter, gruppen er afsluttet. Brugernes opfordres til at deltage i evalueringen, men dette er frivilligt. Alle skemaer udveksles direkte mellem brugerne og en forskningsmedarbejder, og gruppelederne får ikke indblik i de enkelte besvarelser, ligesom de ikke får kendskab til, hvem der deltager i evalueringen.

Med dette evalueringsdesign kan vi på relevante parametre ud fra viden om årsagssammenhænge (jf. afsnit om forandringsteorier næste side) undersøge, hvordan det går med brugerne over tid. Uden en egentlig kontrolgruppe kan man ikke med evalueringen "bevise", men kun sandsynliggøre, at virkningerne skyldes interventionen. Vores antagelser om sammenhænge forstærkes af brugernes egen vurdering af, i hvilken grad de har haft gavn af interventionen (jf. side 22).

Evalueringsundersøgelserne er godkendt af Datatilsynet. Alle deltagerne er anonyme ved offentliggørelse af evalueringens resultater. I det omfang citaters indhold kan identificere en person, bliver de ikke offentliggjort i den kvalitative del af undersøgelsen.

Forandringsteorier og indikatorer

Der er udarbejdet forandringsteorier for alle de evaluerede grupper, uanset om de ledes af frivillige eller professionelle. Forandringsteorierne er udarbejdet i et samarbejde mellem rådgivere og vidensmedarbejdere, med inddragelse af brugere. Forandringsteorierne er programteorier, der anvendes som et internt værktøj til at initiere metodeudvikling og til at sikre, at vi arbejder med indikatorer for forandring, som er relevante, og som er meningsfulde for både rådgivere og bevillingsgivere.

I forandringsteorierne gives detaljerede beskrivelser af de antagelser, vi har om sammenhænge mellem aktiviteterne, de umiddelbare resultater, virkningerne på kort og mellemlang sigt samt de ønskede virkninger på længere sigt. Sammenhængene er både erfaringsbaserede og/eller baseret i forskningen på området.

Det overordnede langsigtede mål med terapigrupper og frivilligt ledede samtalegrupper er, at unge, der sørger over et forældertab, lærer at leve med tabet og får:

- *et velfungerende voksenliv på trods af tabet.*

For teenagegrupperne er det langsigtede mål at brugerne får:

- *et velfungerende ungdomsliv på trods af tabet.*

For at nå frem til disse mål skal der skabes en række forandringer (virkninger) hos de unge. I evalueringen er disse samlet i seks overordnede forandringsmål, som tilsammen beskriver den udvikling, vi ønsker at se hos de unge (se næste side). Både forskningen inden for området og vores egne og andres erfaringer har udpeget disse faktorer som væsentlige ved forældredødsfald.

Mål for forandring, tilfredshed og succes

Seks overordnede forandringsmål for gruppeforløb:

(måles i alle fire spørgeskemaer)

- Depressionssymptomer (21 spørgsmål, *Becks Depression Inventory*)
- Selvværd (10 spørgsmål, *Rosenberg Self-esteem Scale*)
- Koncentrationsevne
- Fravær fra studium/arbejde
- Følelse af at være alene og anderledes (5-7 spørgsmål)
- Tillid til omverden/tro på fremtiden (6 spørgsmål).

Tilfredshedsmål for gruppeforløb:

(måles i skemaer efter gruppens afslutning)

- Tilfredshed med gruppeforløbet (10-12 spørgsmål).

Generelle succesmål for gruppeforløb:

- Mindst 75 % af de brugere, der får et gruppetilbud, skal opleve en forbedring på minimum to af de overordnede forandringsmål, og denne forbedring skal være fastholdt et halvt år efter, den unge er afsluttet i gruppen.
- Mindst 75 % af de brugere, der får et gruppetilbud i Unge & Sorg, skal efterfølgende opleve, at det har fået det 'bedre' eller 'meget bedre'.

Grupperne

I skemaet til højre gives en kort karakteristik af de tre gruppetyper der fremlægges resultater for i denne rapport, og hvilke deltagere der visiteres hertil. Der foretages en grundig visitation til gruppetilbuddene forud for gruppestart. Da målgruppen for hver gruppe er forskellig, præsenteres tallene for hver gruppe adskilt.

Grupperne er afviklet i Unge & Sorgs rådgivninger i København, Århus og Odense.

For overblikkets skyld er der anvendt en farvekode til diverse grafer og tabeller i rapporten. Farverne henviser til hvilken gruppetype, illustrationen omhandler: Samtalegrupper = blå, Terapigrupper = lilla og Teenagegrupper = grøn.

Samtalegrupper

Ledes af to frivillige unge, som selv har mistet en forælder. Ca. otte deltagere i alderen 20-28 år mødes ugentligt (to timer) 12 gange. Fokus i samtalegrupper er på erfaringsudveksling. Undervejs i forløbet er indlagt en terapiweekend med to professionelle rådgivere, hvor der går mere i dybden med den enkelte deltagers aktuelle problemstilling.

Terapigrupper

Ledes af professionelle rådgivere. Ca. otte deltagere i alderen 20-28 år mødes ugentligt (2½ time) ca. 18 gange. Der visiteres til gruppen, når tabet af forælderen kompliceres af andre omstændigheder. Mulighed for arbejde mere i dybden med den unges situation.

Teenagegrupper

Ledes af professionelle rådgivere. Ca. otte deltagere i alderen 16-19 år mødes ugentligt (to timer) ca. 18 gange. Der gives psykologisk støtte og rådgivning i gruppen. Mulighed for at inddrage teenagerens netværk.

Resultater for Samtale- Terapi og Teenagegrupper

Da evalueringen af gruppeforløbene i Unge & Sorg finder sted fortløbende, gives der i denne rapport et billede af, hvordan resultaterne ser ud lige nu. Der fokuseres i rapporten på brugere, hvor der er gået mindst seks måneder, siden de blev afsluttet i et gruppeforløb.

Evalueringen giver mulighed for at foretage et væld af dataudtræk, og af formidlingshensyn er det derfor nødvendigt at foretage en række prioriteringer.

I senere evalueringer vil data blive belyst fra andre vinkler, så hvis læseren savner informationer eller særlige dataudtræk i forbindelse med denne rapport, kan der rettes henvendelse til Unge & Sorgs videncenter, der naturligvis er i besiddelse af alle rå-data.

Som det vil fremgå af resultaterne, er der statistisk signifikante forbedringer på næsten alle variable for samtalegrupperne, fordi det er denne gruppetype, der gennemføres flest af i Unge & Sorg – og dermed har flest respondenter i evalueringen. I terapi- og teenagegrupper vises også positive tendenser, men her kan der ikke påvises statistisk signifikans, sandsynligvis på grund af det endnu begrænsede antal individer i hvert datasæt.

Efterhånden som flere brugere inkluderes i evalueringen af terapi- og teenagegrupper, og datamaterialet dermed vokser, vil det øge den statistiske styrke, ligesom det vil forøge muligheden for interessante analyser af sub-grupper.

I alt er der på opgørelsestidspunktet inkluderet 259 personer i evalueringen af Samtale-, Terapi- og Teenagegrupper (ud af 293 gruppedeltagere). Dette giver en samlet **svarprocent på 88 %** ved inklusion (dvs. ved udfyldelse af det første skema).

Den samlede svarprocent på 88 % varierer dog grupperne imellem, hvilket også må anses som forventeligt, taget i betragtning at grupperne er forskellige, både hvad angår belastningsniveau ved gruppestart og ikke mindst aldersgruppe. I skemaet herunder fremgår svarprocenten pr. gruppe.

Gruppedeltagerne

I denne rapport fokuseres på resultater for gruppedeltagere, hvor der er gennemført opfølgning seks måneder efter gruppens afslutning. Der medtages kun komplette datasæt, dvs. hvor alle deltagerne har svaret på alle tre skemaer før og efter gruppen samt seks måneder efter.

I alt bygger denne evalueringsrapport således på 126 respondents besvarelser af disse tre spørgeskemaer.

Fordelingen på grupper:

	Samtale-grupper	Terapi-grupper	Teenage-grupper
Svarprocent ved inklusion:	92 % (N=184)	87 % (N=55)	78 % (N=54)
Antal respondenter i denne undersøgelse (komplette datasæt inkl. seks måneders followup)	89	20	17

Karakteristik af deltagerne i denne evaluering – ved gruppestart:

	Samtale-grupper	Terapi-grupper	Teenage-grupper
Kønsfordeling			
Kvinder:	82 %	95 %	88 %
Mænd:	18 %	5 %	12 %
Gennemsnitlig alder v. start i gruppe	24,1	24,6	16,9
Mistet			
Far:	57 %	65 %	47 %
Mor:	43 %	35 %	53 %
Mistet begge forældre	3,4 %	10 %	0 %
Forløb op til dødsfald			
Mere end 1 års sygdom:	39 %	50 %	29 %
Mindre end 1 års sygdom:	32 %	20 %	41 %
Pludselig død (akut sygdom, ulykke eller selvmord):	29 %	30 %	30 %
Beskæftigelse ved gruppestart			
Studerende:	66 %	60 %	88 %
I arbejde:	32 %	35 %	6 %
Ledig:	1 %	0 %	6 %
Andet:	1 %	5 %	0 %
Civilstand ved gruppestart			
Enlig:	42 %	35 %	65 %
Partner:	58 %	60 %	35 %
		1 ubesvaret	
	N=89	N=20	N=17

Depressionssymptomer

Gruppedeltagernes belastning med hensyn til depressive symptomer måles med *Becks Depression Inventory* (BDI).*

I skemaet til højre vises de gennemsnitlige scores for depressionssymptomer ved:

- T1 (skema 1, baseline)
- T2 (skema 2, efter gruppens afslutning)
- T3 (skema 3, seks måneders opfølgning)

For deltagere i alle grupper sker der et fald i den gennemsnitlige belastningsgrad fra før gruppen til seks måneder efter gruppens afslutning.

Med det nuværende antal besvarelser er faldet kun signifikant for samtalegruppedeltagere, men tendensen er klar for alle grupper. På næste side uddybes tallene samt illustreres grafisk.

Depressionssymptomer, samlet BDI score

Samtale-grupper	T1	T2	T3
Gennemsnit BDI	13,8	9,31	7,98
Std. afv.	7,566	6,751	6,713

N=86, $p < 0,001$, signifikant fald

Terapi-grupper	T1	T2	T3
Gennemsnit BDI	15,89	9,26	12,16
Std. afv.	8,439	7,415	10,345

N=19, $p = 0,076$, ikke signifikant

Teenage-grupper	T1	T2	T3
Gennemsnit BDI	17,47	14,59	11,24
Std. afv.	10,199	7,194	11,311

N=17, $p = 0,185$, ikke signifikant

* BDI: Samlet score beregnes ud fra respondenters svar på 21 grupper af udsagn.

Samlet score 0-63. Jo højere tal på skalaen, jo højere belastningsgrad i forholdt il depressive symptomer.

Som nævnt og som illustreret i grafen til højre, sker der et fald i depressionssymptomer fra før gruppestart (T1) til seks måneder efter gruppens afslutning (T3).

Terapigruppedeltagere rapporterer i gennemsnit et ganske markant fald umiddelbart efter gruppens afslutning (fra 15,89 til 9,26), men derefter ses en stigning i månederne efter gruppeforløbet.

Desuden er det interessant at bemærke, at teenagegruppedeltagere ved gruppestart er de mest belastede i forhold til depressionssymptomer. Hos dem ses et fald både fra T1 til T2 og ligeledes et markant fald fra T2 til T3. Som nævnt er antallet af besvarelser her dog ikke stort nok til at resultaterne er signifikante statistisk set.

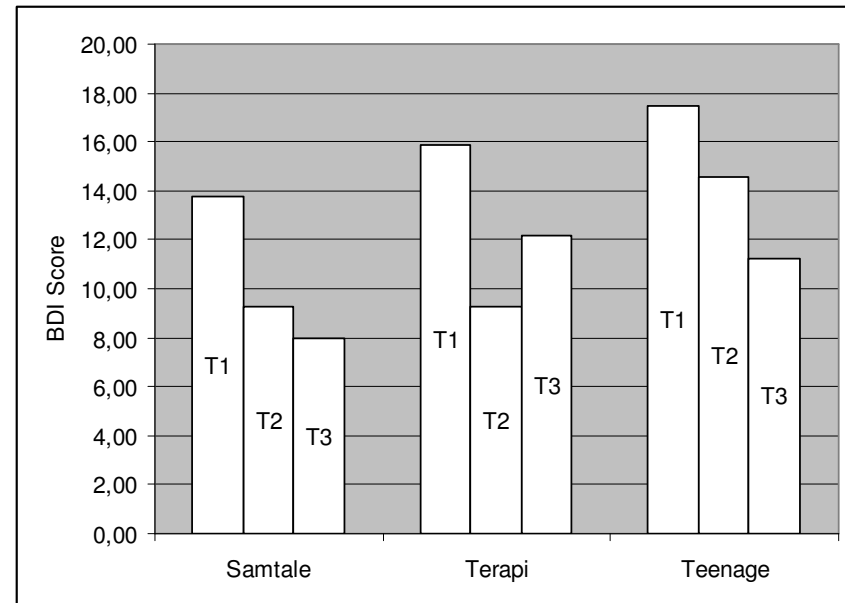
I samtalegrupperne viser det statistisk signifikante fald, at niveauet for depressionssymptomer målt med BDI er mindsket med 42 % fra før gruppestart til seks måneder efter gruppens afslutning. Foreløbige resultater peger på, at niveauet fastholdes og falder yderligere 12 måneder efter gruppens afslutning.

Da de gennemsnitlige værdier kan camouflere individuelle udsving i både positiv og negativ retning, er det relevant at analysere resultaterne i dét perspektiv.

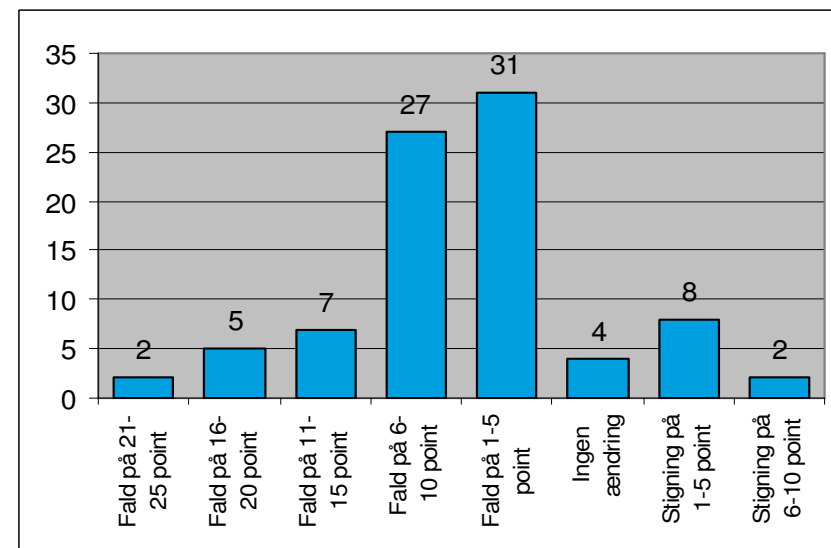
Søjlediagrammet til højre viser, hvor mange point deltagerne er faldet eller steget på depressions-skalaen i perioden, fra før gruppen startede, til opfølgningen seks måneder efter gruppens afslutning (N=86).

For 84 % af deltagerne i samtalegruppe (72 ud af 86) sker der et fald i den samlede score for depressive symptomer i perioden.

Depressionssymptomer illustreret:



Samtalegrupper: Ændringer i depressionssymptomer:



Selvværd

Selvværd måles med *Rosenberg Self-esteem Scale* (RSS)*

I skemaet til højre vises de gennemsnitlige scores for depressionssymptomer ved:

- T1 (skema 1, baseline)
- T2 (skema 2, efter gruppens afslutning)
- T3 (skema 3, seks måneders opfølgning)

For deltagere i alle grupper sker der en stigning i den gennemsnitlige score for selvværd. Der er tale om små stigninger, der dog er signifikante, hvad angår samtalegrupperne.

Det er forventeligt, at en score for selvværd ikke vil ændre sig meget markant i disse målinger, da der er tale om en psykologisk set mere "konstant faktor" over tid.

Med det nuværende antal besvarelser er stigningen ikke signifikant for terapi- og teenagegrupper. På næste side illustreres disse tal grafisk.

Selvværd, samlet RSS score:

Samtale-grupper	T1	T2	T3
Gennemsnit	20,88	21,87	22,72
Std. afv.	5,161	4,727	4,429

N=89, $p<0,05$, signifikant stigning

Terapi-grupper	T1	T2	T3
Gennemsnit	19,1	21,00	20,20
Std. afv.	5,036	5,370	5,709

N=20, $p=0,537$, ikke signifikant

Teenage-grupper	T1	T2	T3
Gennemsnit	19,47	19,35	22,06
Std. afv.	4,692	3,693	4,670

N=17, $p=0,136$, ikke signifikant

* RSS: Samlet score beregnes ud fra respondenters svar på 10 udsagn, 4 trins skala (fra meget uenig til meget enig). Samlet Score 0-30. Jo højere tal, des højere selvværd.

Udviklingen i forhold til scoren for selvværd, fra før gruppestart (T1) til seks måneder efter gruppens afslutning (T3), er illustreret grafisk til højre.

Mens der for samtalegruppernes vedkommende sker en jævn stigning i scoren for selvværd (gennemsnitligt set), er det interessant at notere sig, at der i terapigrupperne ser ud til at være en mere markant stigning fra gruppestart til afslutningen af gruppen, hvilket til gengæld er efterfulgt af et lille fald over de næste seks måneder. Et tilsvarende mønster kunne ses i resultaterne for depressionssymptomer for denne gruppe (jf. side 11).

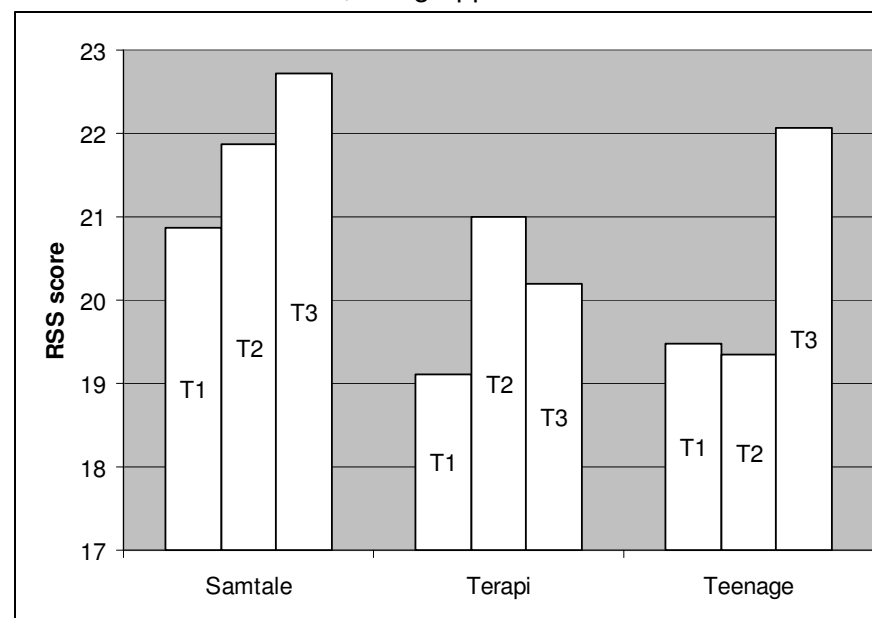
I teenagegrupper sker der stort set ikke nogen forandring i løbet af selve gruppen, mens der seks måneder efter rapporteres en markant stigning relativt set.

I samtalegrupperne viser den statistisk signifikante stigning, at niveauet for selvværd målt med RSS er steget med 9 % fra før gruppestart til seks måneder efter gruppens afslutning. Foreløbige resultater peger på, at dette niveau fastholdes i målingen 12 måneder efter gruppernes afslutning.

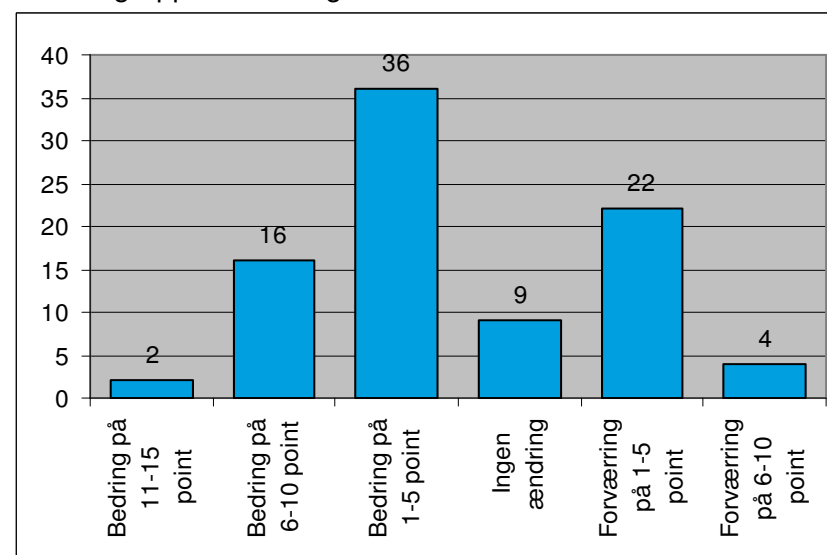
Søjlediagrammet til højre viser, hvor mange point deltagerne er steget eller faldet på selvværds-skalaen, i perioden før gruppen startede, til opfølgningen seks måneder efter gruppens afslutning (N=89).

For 61 % af deltagerne i samtalegruppe (54 ud af 89) sker der en stigning i den samlede score for selvværd i perioden.

Selvværdsscore illustreret, alle grupper:



Samtalegrupper: Ændringer i selvværd:



Koncentrationsevne

Deltagerne bliver spurgt om selv vurderet koncentrationsevne på alle måletidspunkter. Dette sker på en skala fra 1-7, hvor 1=meget dårlig koncentrationsevne og 7=meget god koncentrationsevne.

Denne prospektive måling af koncentrationsevne var ikke med som variabel, da gruppeevalueringen af samtale- og terapigrupper blev startet op. Derfor baseres målingerne på færre respondenter for disse gruppetyper.

For samtalegrupperne er resultaterne signifikante. Dog viser tallene for alle grupper klare tendenser på bedring hvad angår koncentrationsevne.

I gennemsnit er stigningen i koncentrationsevne (på den nævnte syv trins skala) på 34 % for samtalegruppedeltagerne.

Koncentrationsevne:

Samtale-grupper	T1	T2	T3
Gennemsnit	4,17	4,93	5,59
Std. afv.	1,622	1,789	1,281

N=54, $p<0,001$, signifikant stigning/bedring

Terapi-grupper	T1	T2	T3
Gennemsnit	3,5	4,7	4,1
Std. afv.	1,509	1,567	1,663

N=10, $p=0,254$, ikke signifikant

Teenage-grupper	T1	T2	T3
Gennemsnit	4,12	4,35	4,94
Std. afv.	1,996	1,057	1,435

N=17, $p=0,289$, ikke signifikant

Ligesom det var tilfældet med målingerne af selvværd og depressionssymptomer, kan det være illustrativt at supplere gennemsnitsværdierne med en undersøgelse af, om og i hvor høj grad der sker ændringer hos de enkelte deltagere i forhold til koncentrationsevne.

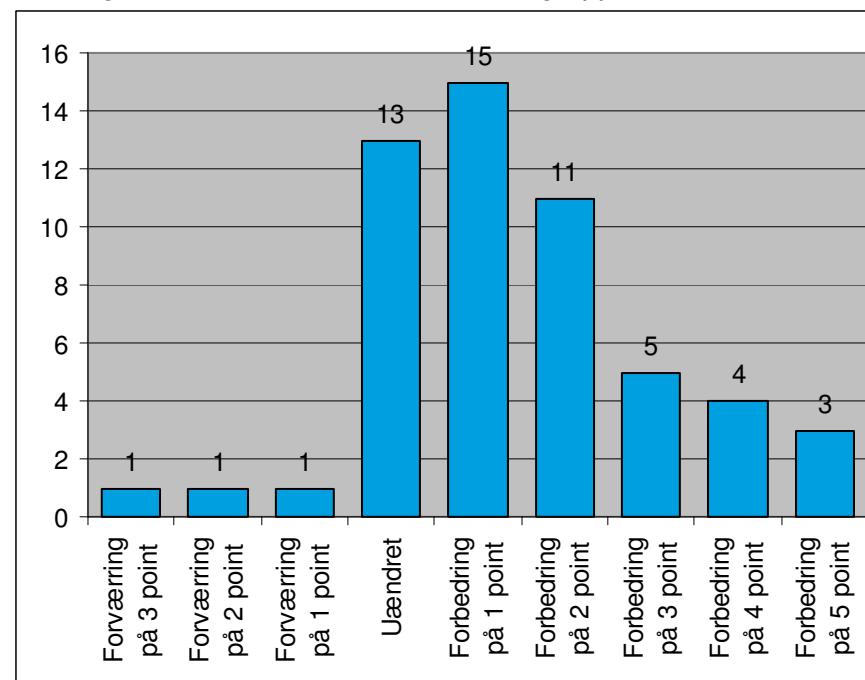
Diagrammet til højre viser, hvilke ændringer i koncentrationsevne der er sket hos samtalegruppedeltagerne.

For 38 deltagere er der sket en forbedring i koncentrationsevne. Dette svarer til 70 % af deltagerne. For hver fjerde (24 %) er koncentrationsevnen uændret, mens 6 % (N=3) har fået forværret koncentrationsevne.

Som nævnt blev den prospektive måling af koncentrationsevne først inkluderet som variabel da evalueringsundersøgelsen havde pågået nogen tid. Igennem hele forløbet er koncentrationsevnen imidlertid blevet målt retrospektivt, dvs. at deltagerne i skemaet seks måneder efter gruppen er blevet spurgt både til deres aktuelle koncentrationsevne og koncentrationsevnen i tiden før gruppen startede. Dette er naturligvis mindre valide målinger, som i højere grad afhænger af deltagerens hukommelse og fortolkning af fortiden set i lyset af forløbet i gruppen.

I skemaet til højre fremgår, hvor mange der i hver gruppe i *tilbageblik* oplever at have fået forbedret/uændret/forværret koncentrationsevne.

Ændringer i koncentrationsevne, samtalegrupper:



Koncentrationsevne fra gruppestart til 6 måneders opfølgning (retrospektivt)	Samtalegrupper	Terapi-grupper	Teenage-grupper
Forbedret	73 (80 %)	17 (85 %)	15 (83 %)
Uændret	15	1	1
Forværret	3	2	2
	N=91	N=20	N=18

Fravær fra studium/arbejde

Ligesom det gør sig gældende for koncentrationsevnen, interesserer vi os for de unges grad af fravær, fordi vi erfaringsmæssigt ved, at fravær er et problem for mange i vores målgruppe, både unge som har syge forældre, og som har mistet forældre. Et stort fravær vil på sigt øge risikoen for frafald fra uddannelse og mindske muligheden for fastholdelse på arbejdsmarkedet.

Fravær er dog en usikker størrelse at måle i en spørgeskemaundersøgelse, og det er en variabel som også naturligt vil variere meget. Desuden er der fortolkningsproblematikker i forhold til begrebet fravær*. Det er naturligvis nødvendigt at tage disse forbehold i betragtning, når resultaterne af en evaluering som denne fortolkes.

På samme måde, som det er tilfældet med koncentrationsevne, bliver gruppedeltagerne spurgt om deres grad af fravær, henholdsvis før gruppestart, efter gruppens afslutning og seks måneder efter gruppens slutning. Også her anvendes en 7 trins skala, hvor 1=meget højt fravær og 7=meget lavt/intet fravær.

Denne prospektive måling af fravær var ikke med som variabel da gruppeevalueringen af samtale- og terapigrupper blev startet op. Derfor baseres målingerne på færre respondenter for disse gruppetyper. Dette kombineret med ovenstående problematikker i forhold til måling af fravær, kan være medvirkende forklaring på at resultaterne ikke er signifikante for nogen grupper.

Fravær:

Samtale-grupper	T1	T2	T3
Gennemsnit	5,96	6,38	6,15
Std. afv.	1,610	1,027	1,508

N=55, p=0,294, ikke signifikant

Terapi-grupper	T1	T2	T3
Gennemsnit	5,5	5,5	5,13
Std. afv.	2,000	1,690	2,357

N=8, p=0,916, ikke signifikant

Teenage-grupper	T1	T2	T3
Gennemsnit	4,81	5,19	5,44
Std. afv.	2,373	1,905	1,711

N=16, p=0,675, ikke signifikant

* Dette fremgår også af flere kommentarer fra respondenter i denne undersøgelse: Hvis man f.eks. har orlov, er stoppet på sit studie, eller bare er midt i en ferieperiode, kan vurderingen i forhold til at svare på spørgsmål om fravær være, at man har 100 % fravær, fordi man ikke er til stede, eller at man har 0 % fravær, fordi den manglende tilstedeværelse er planlagt, og det derfor ikke giver mening at tale om fravær!

For samtalegrupper (N=55) og teenagegrupper (N=17) ses tendenser til en bedring fra gruppestart til seks måneder efter gruppens afslutning. For terapigrupper viser tallene en lille forværring, men det baseres på kun otte datasæt og en deraf følgende meget høj usikkerhed.

Som nævnt blev den prospektive måling af fravær først inkluderet som variabel, da evalueringsundersøgelsen havde pågået nogen tid. Igennem hele forløbet er graden af fravær imidlertid blevet målt retrospektivt, dvs. at deltagerne i skemaet seks måneder efter gruppen er blevet spurgt både til deres grad af fravær de seneste to uger og graden af fravær i tiden, før gruppen startede. Dette er naturligvis mindre valide målinger, som i højere grad afhænger af deltagerens hukommelse og fortolkning af fortiden set i lyset af forløbet i gruppen.

I skemaet til højre fremgår, hvor mange der i hver gruppe *i tilbageblik* oplever at have fået en større/uændret/mindre grad af fravær.

Samlet set vil det sige, at ud af 128 personer i grupperne, vurderer 46 % (N=59) at de har fået mindre fravær, mens 42 % (N=54) oplever at deres grad af fravær er uændret 6 måneder efter gruppens afslutning i forhold til umiddelbart før gruppens start. De resterende 12 % vurderer, at de har fået mere fravær.

Grad af fravær fra gruppestart til seks måneders opfølgning (retrospektivt)	Samtale-grupper	Terapi-grupper	Teenage-grupper
Mindre fravær	41 (46 %)	8 (40 %)	10 (56 %)
Uændret	41	6	7
Mere fravær	8	6	1
	N=90	N=20	N=18

Tillid til omverdenen / tro på fremtiden

Gruppedeltagerne får i hvert spørgeskema stillet en række spørgsmål, der tilsammen har til formål at give et billede af deres tro på fremtiden, tillid til omverden, følelse af kontrol og oplevelse af meningsfuldhed.

Sådanne eksistentielle emner er naturligvis vanskelige at spørge ind til på en fyldestgørende måde i et spørgeskema, men da det er centrale virkningsindikatorer i forandringsteoriene for alle grupper, er spørgsmålene indarbejdet i evalueringen.

Som det var tilfældet med målingen af selvværd (side 12), er det ikke forventeligt, at forandringer over tid på denne type af spørgsmål vil være markante.

For både terapi- og teenagegrupper viser resultaterne positive tendenser på de fleste variable, men i det nuværende datasæt er der ikke nok respondenter til, at resultaterne for disse grupper er signifikante. For samtalegrupperne er der til gengæld signifikante forbedringer på alle spørgsmål. Disse resultater illustreres grafisk på næste side.

I skemaet til højre er spørgsmålene listet op, og det er markeret hvor der er signifikante gennemsnitlige forskelle på besvarelsene før gruppestart, efter gruppens afslutning og 6 måneder efter.

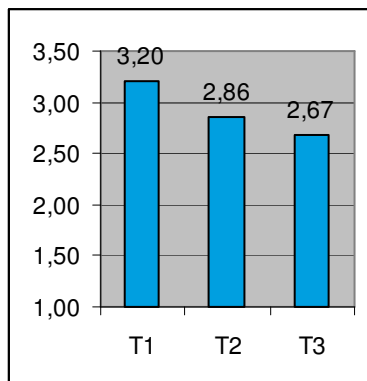
Bedring/forværring fra før gruppe til 6 mdr. opfølgning

Samtale-grupper	Terapi-grupper	Teenage-grupper
<i>Oplever du, at der er en løsning på de smertefulde ting i tilværelsen?</i> 1: Der er altid en løsning → 7: Der er aldrig en løsning		
Bedring, signifikant, $p < 0,05$	Bedring, ikke signifikant	Bedring, ikke signifikant
<i>Når du forestiller dig dit liv i fremtiden, så er det:</i> 1: Fuldt af mål og mening → 7: Helt uden mål og mening		
Bedring, signifikant, $p < 0,01$	Forværring, ikke signifikant	Bedring, ikke signifikant
<i>Når du tænker på de vanskeligheder, du formentlig kommer ud for inden for vigtige områder i dit liv, har du da en følelse af, at:</i> 1: Du altid vil overvinde vanskelighederne → 7: Du ikke vil overvinde vanskelighederne		
Bedring, signifikant, $p < 0,05$	Bedring, ikke signifikant	Bedring, ikke signifikant
<i>Når du tænker på, hvad der sker i dit liv, har du da en oplevelse af, at:</i> 1: Du almindeligvis selv har kontrol over, hvad der sker for dig → 7: Du ikke har nogen kontrol over, hvad der sker for dig		
Bedring, signifikant, $p < 0,05$	Bedring, ikke signifikant	Bedring, ikke signifikant
<i>Hvor ofte føler du, at de ting, du foretager dig i din hverdag, er uden mening?</i> 1: Meget sjældent → 7: Meget ofte		
Bedring, signifikant, $p < 0,01$	Bedring, ikke signifikant	Bedring, ikke signifikant
<i>Hvor ofte oplever du, at du har følelser, du ikke er sikker på, at du kan kontrollere?</i> 1: Meget sjældent → 7: Meget ofte		
Bedring, signifikant, $p < 0,01$	Forværring, ikke signifikant	Forbedring, ikke signifikant

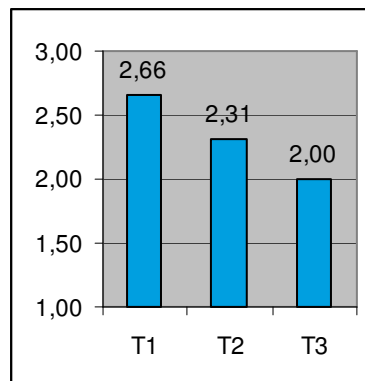
For at give et nærmere indtryk af udviklingen i forhold til spørgsmålene omkring tillid til omverdenen/tro på fremtiden, illustreres de gennemsnitlige svar her på siden, i alle de tilfælde hvor forandringerne fra før gruppestart til seks måneder efter gruppens afslutning var signifikante. Som nævnt gør dette sig gældende for alle variable i samtalegrupperne.

Svarene er alle kodet således, at:
1=mest positive svar og 7=mest negative svar.
(jf. skemaet på foregående side, hvor kategorierne for hvert spørgsmål også fremgår).

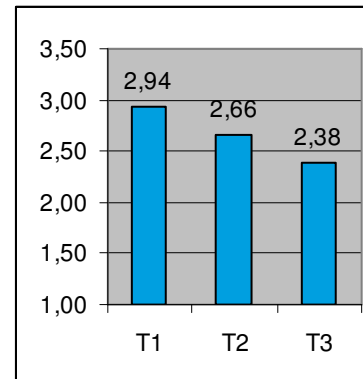
Løsning på de smertefulde ting i tilværelsen:



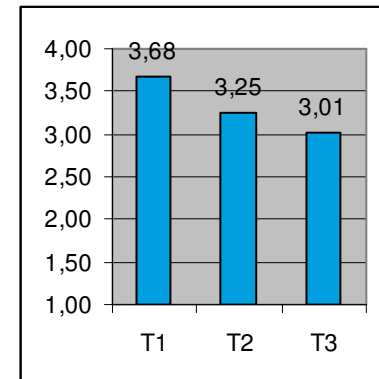
Mål og mening i livet:



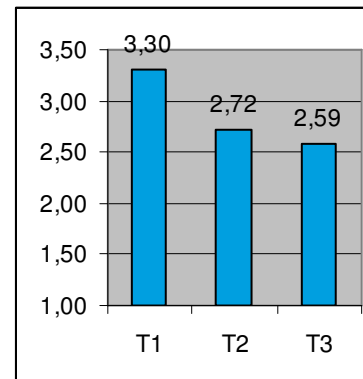
Kan overvinde vanskeligheder i livet:



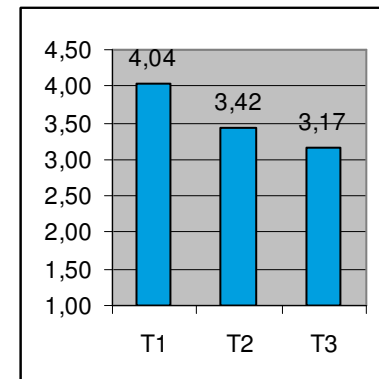
Kontrol over hvad der sker i livet:



Ting i hverdagen er uden mening:



Følelser kan ikke kontrolleres:



Følelse af at være alene og anderledes

I hvert skema i evalueringen stilles gruppedeltagerne spørgsmål vedr. deres relationer til andre og deres eventuelle følelser af aleneshed og anderledeshed.

Dette er i vores erfaring temaer, der i høj grad gør sig gældende for gruppedeltagere, uafhængigt af gruppetype. Denne erfaring bestyrkes af deltagernes svar på de åbne spørgsmål i evalueringen (formidles i rapportens sidste del).

For både terapi- og teenagegrupper viser resultaterne positive tendenser på de fleste variable, men i det nuværende datasæt er der ikke nok respondenter til, at resultaterne for disse grupper er signifikante. For samtalegrupperne er der signifikante forbedringer på tre af de fem spørgsmål. Disse resultater illustreres på næste side.

I skemaet til højre er spørgsmålene listet op, og det er markeret, hvor der er signifikante gennemsnitlige forskelle på besvarelsene før gruppestart, efter gruppens afslutning og seks måneder efter.

Bedring/forværring fra før gruppe til 6 mdr. opfølgning

Samtale-grupper	Terapi-grupper	Teenage-grupper
<i>Oplever du, at de mennesker, du taler med, ikke forstår dig? 1: Har aldrig den følelse → 7: Har altid den følelse</i>		
Bedring, signifikant, $p < 0,001$	Bedring, ikke signifikant	Bedring, ikke signifikant
<i>Når du er sammen med dine jævnaldrende, har du så en følelse af at være anderledes end dem? 1: Har aldrig den følelse → 7: Har altid den følelse</i>		
Bedring, signifikant, $p < 0,05$	Bedring, ikke signifikant	Bedring, ikke signifikant
<i>Føler du dig alene og ensom efter, at din far/mor er død? 1: Har aldrig den følelse → 7: Har altid den følelse</i>		
Bedring, signifikant, $p < 0,05$	Bedring, ikke signifikant	Bedring, ikke signifikant
<i>Oplever du at du kan tale med dine nærmeste (familie, venner, andre) om dine tanker og følelser? 1: Har altid den oplevelse → 7: Har aldrig den oplevelse</i>		
Bedring, ikke signifikant	Bedring, ikke signifikant	Forværring, ikke signifikant
<i>Oplever du, at dit forhold til din far/mor (den forælder du har tilbage) er: 1: Meget godt → 7: Meget dårligt</i>		
Bedring, ikke signifikant	Forværring, ikke signifikant	Uændret

Udover disse 5 spørgsmål, spørges teenagegruppedeltagere om følgende:

- *Oplever du, at din far/mor (den forælder du har tilbage) giver dig den støtte du har brug for?* (Bedring, ikke signifikant)
- *Oplever du, at du kan bede dine venner om hjælp, når du har det svært?* (Bedring, ikke signifikant).

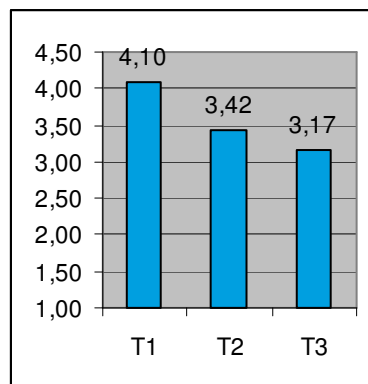
For at give et nærmere indtryk af udviklingen i forhold til spørgsmålene omkring følelser af at være alene og anderledes og relationerne til andre, illustreres de gennemsnitlige svar her på siden i de tilfælde, hvor forandringerne fra før gruppestart til seks måneder efter gruppens afslutning var signifikante. Som nævnt gør dette sig gældende for tre af variablerne i samtalegrupperne.

Svarene er alle kodet således, at:

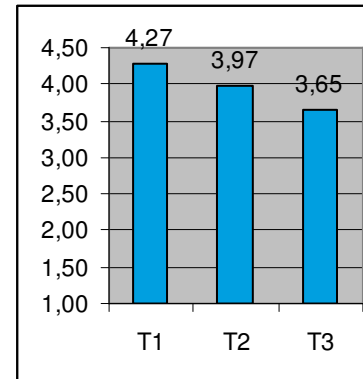
1=mest positive svar og 7=mest negative svar.

(jf. skemaet på foregående side, hvor kategorierne for hvert spørgsmål også fremgår).

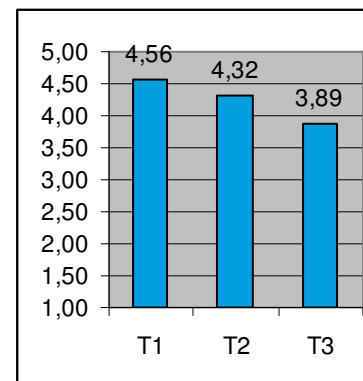
Oplever ikke at blive forstået:



Følelse af at være anderledes end jævnaldrende:



Følelse af at være alene/ensom efter fars/mors død:



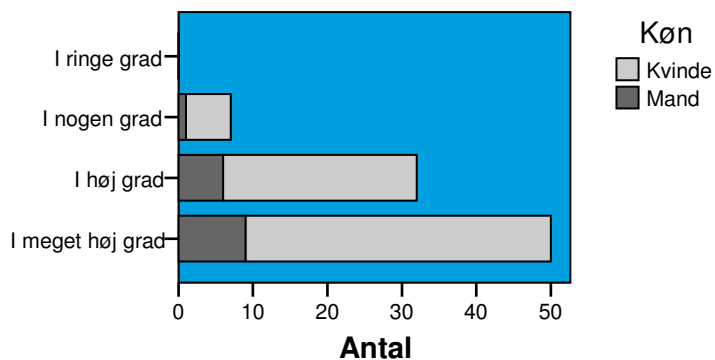
Tilfredshed med gruppedeltagelse

Efter gruppens slutning bliver alle deltagere bedt om at evaluere selve gruppeforløbet, dvs. deres tilfredshed med gruppeforløbet, og hvad deres udbytte har været. I denne forbindelse spørges deltagerne også i åbne spørgsmål om, *hvad* de har fået ud af gruppedeltagelse. Resultaterne af de kvalitative dele af evalueringen formidles i denne sidste del af rapporten.

På denne og følgende sider er svar fra tilfredshedsundersøgelsen illustreret for hver af de tre gruppetyper.

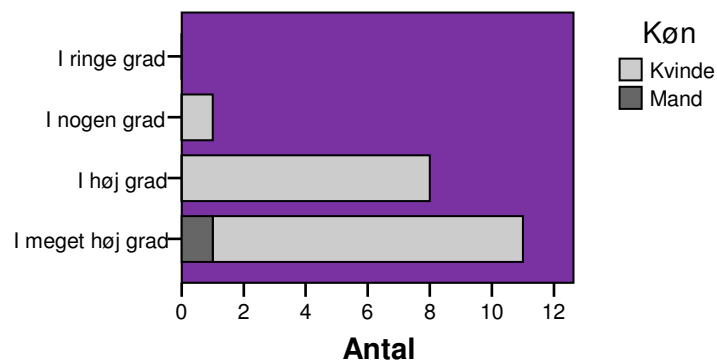
I hvor høj grad har gruppen været en hjælp for dig?

Samtalegrupper (N=89)



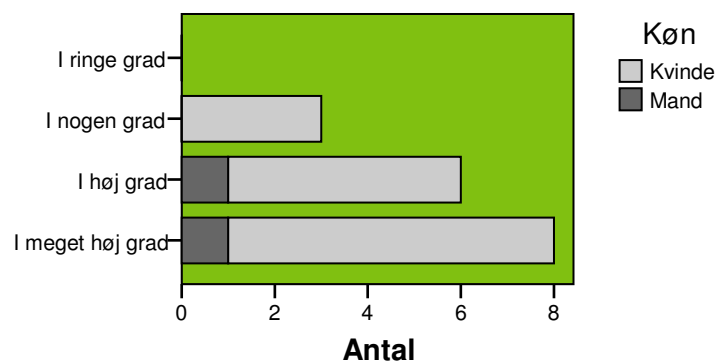
92 % af samtalegruppedeltagerne svarer, at gruppen 'i høj grad' eller 'i meget høj grad' har været en hjælp for dem.

Terapigrupper (N=20):



95 % af terapigruppedeltagerne svarer, at gruppen 'i høj grad' eller 'i meget høj grad' har været en hjælp for dem.

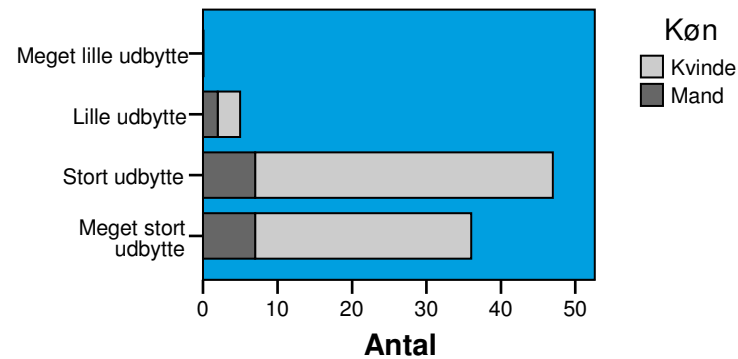
Teenagegrupper (N=17):



82 % af teenagegruppedeltagerne svarer, at gruppen 'i høj grad' eller 'i meget høj grad' har været en hjælp for dem.

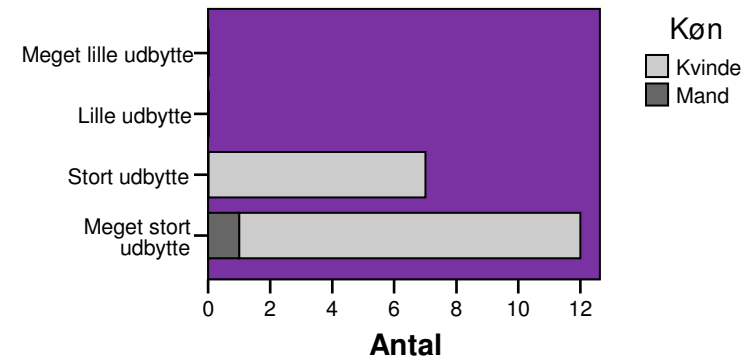
Udbytte af at deltage i gruppen

Samtalegrupper (N=88):



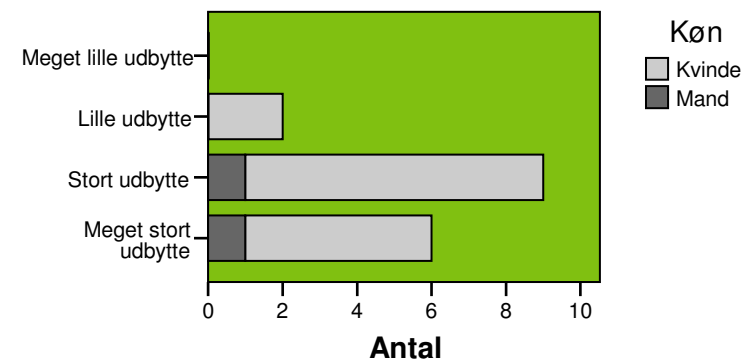
94 % af deltagerne i samtalegrupper oplever efterfølgende, at deres udbytte af at deltage i gruppen var 'stort' eller 'meget stort'.

Terapigrupper (N=19):



Alle deltagerne i terapigrupper oplever efterfølgende, at deres udbytte af at deltage i gruppen var 'stort' eller 'meget stort'.

Teenagegrupper (N=17):



88 % af deltagerne i teenagegrupper oplever efterfølgende, at deres udbytte af at deltage i gruppen var 'stort' eller 'meget stort'.

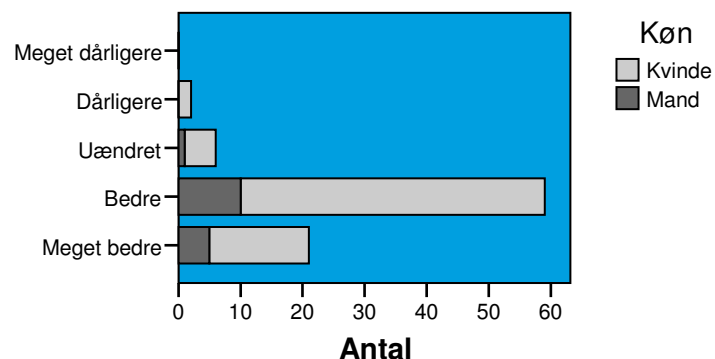
Har deltagerne fået det bedre?

De positive evalueringer i de foregående to spørgsmål reflekteres også i svarene på spørgsmålet:

Har du det anderledes i dag, end da du startede i gruppen?

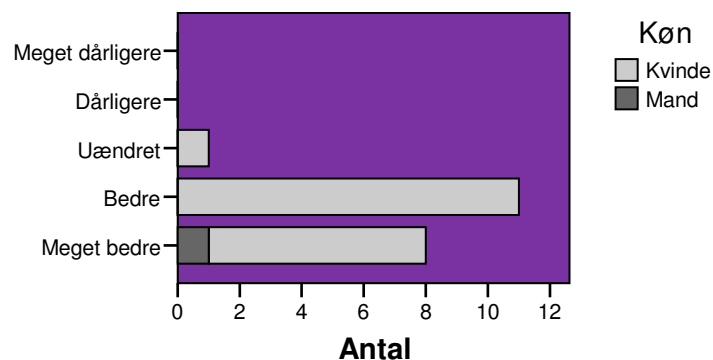
(Det er et succesmål for alle grupper, at mindst 75 % efterfølgende oplever at have fået det 'bedre' eller 'meget bedre')

Samtalegrupper (N=88)



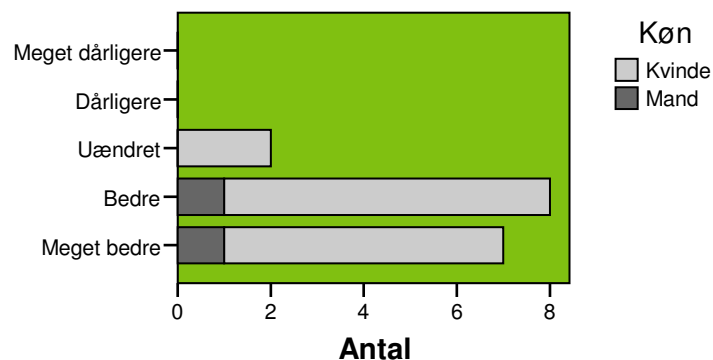
91 % af samtalegruppedeltagerne svarer, at de har fået det 'bedre' eller 'meget bedre'.

Terapigrupper (N=20)



95 % af teraepigruppdeltagere svarer, at de har fået det 'bedre' eller 'meget bedre'.

Teenagegrupper (N=17)



88 % af teenagegruppedeltagerne svarer, at de har fået det 'bedre' eller 'meget bedre'.

Samtalegruppedeltagere:

Terapiweekend

Midtvejs i alle samtalegruppeforløb afvikles en terapiweekend, som ledes af to professionelle rådgivere. Hvor der i gruppemøderne med de frivillige lægges vægt på blandt andet erfaringsudveksling, genkendelse og rollemodeller, er terapiweekenden mere intervenserende. Gennem gruppemøderne skabes en tryghed og samhørighed, der er en forudsætning for terapiweekendens værdi.

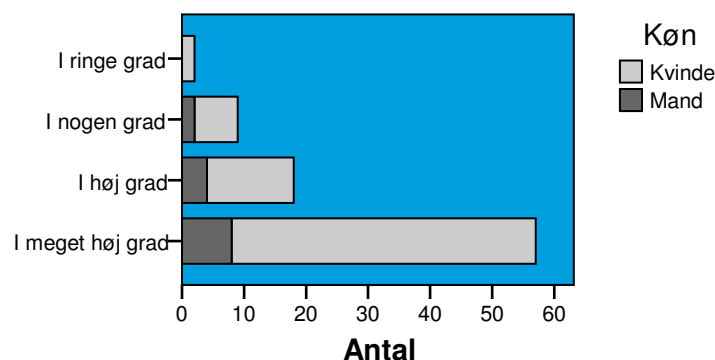
Terapiweekenden består af to gruppemøder à ca. fire timer. Her får den unge mulighed for at komme mere i dybden med svære problemstillinger i forbindelse med tabet, f.eks. særlige oplevelser under sygdomsforløbet, stærke følelser af savn eller vanskeligheder i forhold til den efterladte forælder. Arbejdet afrundes med aftaler om, hvordan de frivillige kan støtte den unge omkring dette ved de resterende gruppemøder.

Gruppen gav mig en fællesskabsfølelse, som jeg havde brug for. Den hjalp mig til at åbne op for nogle emner, jeg ellers ville have gået med selv. Terapiweekenden var hård, men jeg ville ikke have undværet den. I den weekend kom jeg et skridt nærmere til at forstå, at min far er væk for altid.

Deltager i samtalegruppe, kvinde 26 år

Gruppedeltagerne evaluerer overordnet terapiweekenden således:

Fik du noget ud af at deltage i terapiweekenden? (N=86)



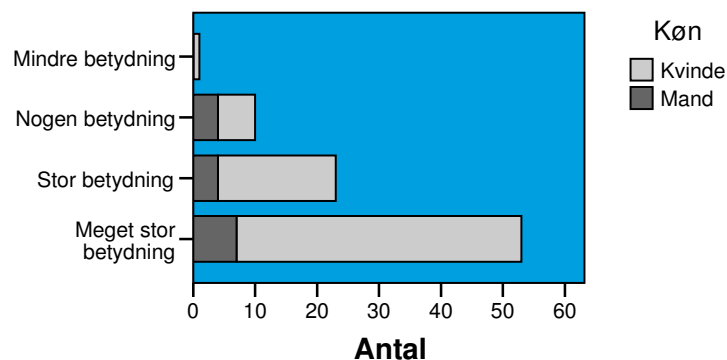
87 % af deltagerne svarer således, at de 'i høj grad' eller 'i meget høj grad' fik noget ud af at deltage i terapiweekenden.

Samtalegruppedeltagere:

Betydningen af, at det er unge, der selv har mistet, der leder grupperne.

Det helt afgørende i en samtalegruppe er, at det er frivillige, som selv har mistet en forælder, der leder gruppen. Deltagerne spørges derfor, hvilken betydning dette har haft for dem:

Hvilken betydning har det haft for dig, at det var unge, der selv har mistet, som ledede samtalegruppen? (N=87)



87 % af deltagerne svarer, at det har haft 'stor betydning' eller 'meget stor betydning' for dem, at det var unge, der selv har mistet, som ledede samtalegruppen.

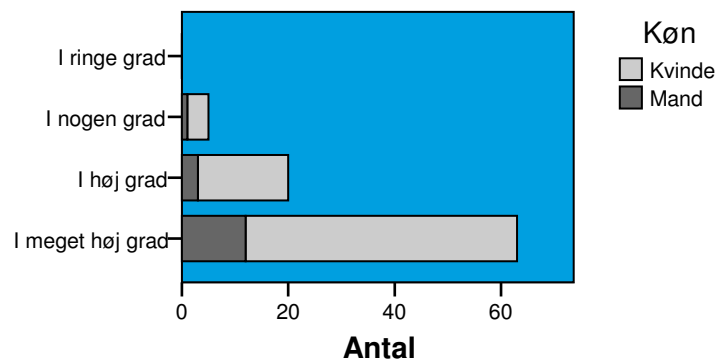
Da vi gerne vil vide mere om, hvilken betydning de frivilliges indsats har i forhold til deltagerne, giver vi deltagerne mulighed for at uddybe deres svar. Af de 87, der svarede på spørgsmålet, har 65 givet uddybende svar. Her følger nogle få eksempler på typiske udsagn:

- *Det betyder meget, at det er unge, der ved hvad de har med at gøre. De har selv oplevet det på egen krop.*
- *Det er rart at se og høre nogle unge, som har mistet og er kommet videre, da det kan være svært at forestille sig, at man nogensinde skal kunne leve sit liv videre, uden sin elskede far.*
- *Jeg synes, det har haft stor betydning og været rigtig godt, fordi jeg kan se, at de er kommet igennem det og har fået det bedre, og dermed får jeg troen på, at det gør jeg også. Det var rart, at de kom med eksempler/historier fra deres liv og hverdag, som man kunne genkende. Man ved, at de virkelig ved, hvordan vi andre havde det, fordi de selv havde været der i modsætning til en, der ikke selv har prøvet det.*
- *Det var rigtig godt at få eksempler på, hvordan forskellige situationer kan tackles, fra nogen der har stået med samme slags vanskeligheder som en selv.*
- *Det er rart, at de frivillige "ved hvad de taler om", men samtidig ikke bliver kede af det/græder når vi andre fortæller om vores forældre, vi har mistet. Der er fokus på os, men de frivillige kan hele tiden fortælle, hvordan det har været for dem og dele erfaringer og sige at "det bliver lettere med tiden"*
- *Så man ikke føler, man skal prøve at forklare sine følelser og tanker til nogen, som egentlig ikke kender til det at miste. Det har man nok af i hverdagen. Det var det, der gjorde gruppen til en slags fristed for mig.*

Tilfredshed med gruppedeltagelse samlet set

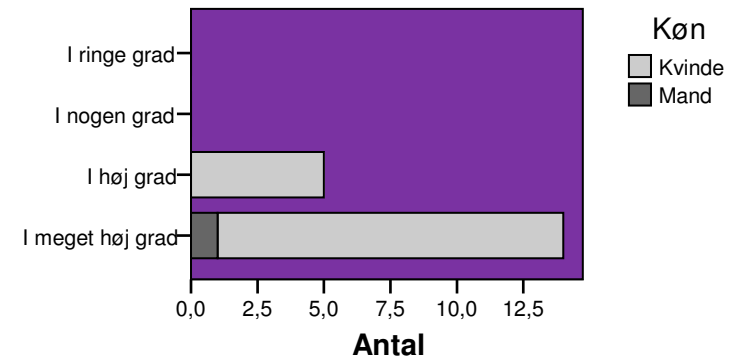
Endelig bliver deltagerne spurgt, om de alt i alt har været tilfredse med at deltage i gruppen.

Samtalegruppe (N=88)



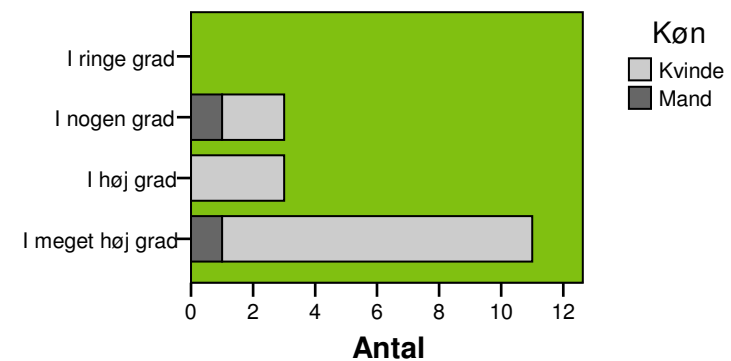
94 % af deltagerne i samtalegrupper har 'i høj grad' eller 'i meget høj grad' været tilfredse med gruppen.

Terapigruppe (N=19)



Alle deltagerne i terapigrupper har 'i høj grad' eller 'i meget høj grad' været tilfredse med gruppen.

Teenagegruppe (N=17)



82 % af deltagerne i teenagegrupper har 'i høj grad' eller 'i meget høj grad' været tilfredse med gruppen.

Det vigtigste udbytte af at deltage i en gruppe i Unge & Sorg

Hvad er det vigtigste, du har fået ud af at deltage i gruppen?

Dette spørgsmål, som deltagerne får stillet i slutningen af det skema, de udfylder kort efter gruppens afslutning, giver os mange informative besvarelser og viden om, på hvilke aspekter og problematikker i forhold til sorgen grupperne gør en forskel, ifølge gruppedeltagerne selv.

Det er ikke muligt i denne rapport at yde disse mange og indsigtsfulde udsagn fuld retfærdighed. Dette vil kræve en dybere kvalitativ analyse og mere plads til formidlingen. Men da udsagnene kan give læseren en god fornemmelse af, hvilken betydning gruppedeltagelsen tillægges af de unge, gengives på denne og de følgende sider et lille udsnit af besvarelserne på dette spørgsmål i henholdsvis samtale-, terapi- og teenagegrupperne.

De dominerende temaer i udsagnene er:

- Man føler sig mindre alene, når man møder andre, der er i samme situation.
- Man føler sig forstået af jævnaldrende på en måde, der ikke er mulig for venner.
- Man får konkrete "værktøjer" og metoder til at håndtere svære situationer og følelser.
- I samtalegrupperne får man i mødet med de frivillige, der er kommet igennem deres sorg på en god måde, tro og håb i forhold til, at man også selv kan komme videre, leve med tabet og få et velfungerende liv.
- I professionelt ledede grupper får man "sat ord på" og bearbejdet svære følelser.

Samtalegruppedeltagere:

- *Det vigtigste var, at kunne snakke om sig selv og sin egen situation uden tanke for, hvad man siger. Det var rart at have to timer om ugen, der var reserveret til at koncentrere sig om tabet, så kunne man koncentrere sig om noget andet resten af tiden og ind imellem sige, at det er okay, at man skubber det lidt væk. (Mand 23 år)*
- *Flere ting: Et netværk af unge i samme situation. Flere perspektiver på min sorg og reaktioner. Værktøjer til at komme videre. (Mand 24 år)*
- *Jeg har snakket med andre på min alder, der har været igennem det samme som mig. Vi har fået snakket om nogle ting, hvor vi kan sætte os i hinandens sted på en helt anden måde end unge, der ikke har prøvet det. Det har været rigtig rart at snakke med de andre, det er nemlig meget anderledes end at snakke med familie og venner. Og så har jeg set, at man godt kan komme gennem de svære tider og komme videre. Og så har jeg fået nogen jeg også kan snakke med i fremtiden. (Kvinde 21 år)*
- *Det vigtigste for mig er, at jeg ikke er alene i verden. Jeg har fået kendskab til nogle piger, som jeg er glad for at have mødt. Det at dele tanker, erfaringer, sorg og frustrationer er meget givende i så sorgfyldt situation, vi alle sidder i. I gruppen sagde en af pigerne, at hun kunne mærke, at jeg er blevet gladere, efterhånden som tiden er gået i gruppen. (Kvinde 22 år)*
- *Oplevelsen af ikke at være alene. Jeg føler, at jeg har fået 7 nye venner, som jeg altid kan kontakte! (Kvinde 25 år)*

Terapigruppedeltagere:

- *Følelsen af ikke at være den eneste, der har det svært. At vide, at jeg får talt om min mor mindst en gang om ugen (hvilket ellers kan være svært). At få talt om meget svære ting, som også bare vedrører den, jeg er generelt, mens andre jævnaldrende lyttede (det var grænseoverskridende, men meget bekræftende). (Kvinde 26 år)*
- *Jeg er blevet gladere og ved, at jeg ikke er ene i verden. Jeg har lært at bearbejde sorgen og få løst op for de svære følelser, der har været, og stadig væk er, men jeg er ikke bange mere. Jeg kan igen leve mit liv og leve med min mor i hjertet. (Mand 28 år)*
- *Jeg synes, jeg har fået bearbejdet mit tab på en måde, som gør, at jeg har mod på fremtiden. Hvis man kan sige det, så synes jeg, at jeg har fået en harmonisk eller konstruktiv sorg. Frem for kun at være vred på min far fylder savnet og de gode minder nu også meget. Det er rart at være nået så langt, og det var aldrig lykkedes uden gruppen. Det er også rart at tale med de andre i gruppen. Mine venner er en meget stor hjælp, men de har ikke oplevet det samme, så det har været godt at tale med andre i samme situation. (Kvinde 24 år)*
- *Det vigtigste er, at jeg er blevet mere sikker på mig selv igen. Det var frustrerende at finde sig selv værdiløs. Og så har det bare været godt at dele det med andre, når man har gået med så mange tanker og følelser og følt sig meget alene med sådan en stor ting (Kvinde 21 år).*
- *Jeg har fået bearbejdet nogle tanker og følelser, som jeg aldrig har arbejdet med før, og som jeg faktisk ikke var klar over fyldte så meget. Desuden har jeg lært at være mere åben omkring det og snakke med folk. Og jeg har lært at fokusere på andre ting, når jeg bliver ked eller føler mig ensom og derved ikke blive lige så ked af det og falde ned i et mørkt hul. (Kvinde 22 år)*

Teenagegruppedeltagere:

- *Har meget lettere ved at snakke om min far nu, er begyndt at fortælle min kæreste om, hvordan han var, og det forhold, vi havde sammen. Kan sige, at jeg savner ham nu, det kunne jeg ikke førhen, da det gjorde for ondt at sige... Jeg erkender, at han er væk, og at det er i orden at savne ham og være ked af det. (Pige 19 år)*
- *Jeg føler, at jeg har lært mere om mig selv, og hørt andre måder at bearbejde sorgen på. Det vigtigste er nok, at jeg bare har fået snakket ud og fortalt hvordan jeg havde det indeni. Tidligere, på efterskolen, havde jeg ingen at snakke om det med. (Dreng 16 år)*
- *Det er ekstremt dejligt at møde nogle andre unge mennesker, som har det ligesom én selv. (Pige 16 år)*
- *Jeg har fået et godt netværk ud af gruppen, som jeg ved forstår mig, når andre ikke gør. Desuden har jeg også fået forskellige redskaber, som jeg kan bruge til at få det bedre. (Pige 16 år)*
- *At kunne tale om tingene uden at blive ked, og føle, at man er kommet et skridt videre i sit liv, uden at lægge hændelsen bag sig. Jeg er desuden begyndt at mindes min mor for de gode og lykkelige ting frem for, at der var sygdom. (Pige 18 år)*
- *Jeg har fået sat ord på nogle følelser, som jeg ikke selv kunne finde ord for, og på den måde har det også været lettere at sætte fokus på, hvorfor man føler, som man gør, og komme med "løsninger" til, hvordan man arbejder med de følelser! I det hele taget har det været en utrolig hjælp at gå i gruppen, da specielt ensomheden, kan være hård, og det er rart at vide, at man ikke er alene om de tanker og følelser, man har i forbindelse med et tab. (Pige 19 år)*

Konklusion

I rapportens indledende resumé gives et overblik over de centrale resultater fra denne evaluering.

Som det blev nævnt indledningsvist, og som det er fremgået undervejs i præsentationen af evalueringens resultater, er der med det nuværende antal respondenter kun signifikante resultater i forhold til samtalegrupperne, sandsynligvis på grund af relativt få respondenter i de øvrige gruppe-kategorier. Da der det seneste halve år er oprettet flere nye terapi- og teenagegrupper i Unge & Sorg, vil antallet af respondenter i et lignende udtræk (seks måneder efter gruppens afslutning) blive mere end fordoblet inden for en overskuelig fremtid. Dette vil give mere sikre resultater og dermed øge anvendeligheden af resultaterne.

Resultater fra den prospektive evaluering af gruppeforløb anvendes internt i Rådgivnings- og Videncenteret Unge & Sorg til kvalitetssikring og metodeudvikling, såvel som eksternt i form af rapporter som denne.

Der er i denne rapport lagt vægt på at formidle resultater, som tænkes at have størst generel relevans og interesse. Hvis læseren savner informationer eller særlige dataudtræk i forbindelse med denne rapport, er man velkommen til at kontakte Unge & Sorgs videncenter.

Den forståelse man mødte, er noget alle unge, som mister, burde mærke (...). Den følelse af at alle de andre forstod én, gjorde så meget for mig, som mine egne venner ikke kommer i nærheden af at give mig følelsen af, fordi de intet forstår.

Deltager i teenagegruppe, pige 19 år.

Succesmål for grupperne

Som beskrevet indledningsvist (side 6) er der opstillet to overordnede succesmål for gruppeforløb i Unge & Sorg:

- Mindst 75 % af de brugere, der får et gruppetilbud, skal opleve en forbedring på minimum to af de overordnede forandringsmål, og denne forbedring skal være fastholdt et halvt år efter, den unge er afsluttet i gruppen.
- Mindst 75 % af de brugere, der får et gruppetilbud i Unge & Sorg, skal efterfølgende opleve, at de har fået det 'bedre' eller 'meget bedre'.

Til højre vises resultaterne for henholdsvis samtale- terapi- og teenagegrupperne.

Opfyldes succesmål for samtalegrupper?

- Ud af 89 deltagere er der for 76 sket en forbedring på to eller flere indikatorer, som er fastholdt ved seks måneders opfølgningen. Dette svarer til 85 % af deltagerne.
→ Succesmålet er opfyldt.
- 91 % af deltagerne oplever efterfølgende, at de har fået det 'bedre' eller 'meget bedre' (se side 24).
→ Succesmålet er opfyldt.

Opfyldes succesmål for terapigrupper?

- Ud af 20 deltagere er der for 17 sket en forbedring på to eller flere indikatorer, som er fastholdt ved seks måneders opfølgningen. Dette svarer til 85 % af deltagerne.
→ Succesmålet er opfyldt.
- 95 % af deltagerne oplever efterfølgende, at de har fået det 'bedre' eller 'meget bedre' (se side 24).
→ Succesmålet er opfyldt.

Opfyldes succesmål for teenagegrupper?

- Ud af de 17 deltagere, er der for 12 sket en forbedring på to eller flere indikatorer, som er fastholdt ved seks måneders opfølgningen. Dette svarer til 71 % af deltagerne.
→ Succesmålet er ikke opfyldt.
- 88 % af deltagerne oplever efterfølgende, at de har fået det 'bedre' eller 'meget bedre' (se side 24).
→ Succesmålet er opfyldt.

Udregningerne for terapi- og teenagegrupper gennemføres her på trods af det begrænsede antal respondenter (hhv. N=20 og N=17), som naturligvis betyder en væsentlig usikkerhed (jf. også signifikansniveauerne i rapportens resultater).

Gruppen har hjulpet mig til at "tage hul" på sorgen. Det har været en længere proces for mig at nå dertil, for jeg har haft en tendens til hele tiden at skubbe de ubehagelige følelser væk. Derfor kan jeg desværre ikke sige, at jeg har fået det bedre. Men til gengæld er jeg utroligt lettet over endelig at kunne mærke, hvor ked af det jeg i virkeligheden er.

Deltager i samtalegruppe, kvinde 23 år

> UNGE & SORG I 10 ÅR

Unge & Sorg
Rådgivnings- og Videncenter
ISBN 978-87-993813-2-6