



Resilience

Forskningen i modstandsdygtighed bidrager til undersøgelsens læringsteoretiske forståelsesramme. Begrebet resilience stammer egentlig fra fysikken: et legeme – f.eks. en fjeder eller en bold – udsættes for en (voldsom) belastning. Legemet deformeres umiddelbart, får en anden form, men ”legemets” evne til at gendanne sig selv til sin oprindelige form er et udtryk for legemets resilience. Jo højere resilience, jo større modstandsdygtighed – i jo højere grad finder legemet tilbage til sin oprindelige form.

Dette billede kan bruges på mennesket og psykiske processer: Et individ er komplet med sin biologiske, fysiologiske og psykiske udrustning, men udsættes for voldsomme belastninger (adversity). Der kan f.eks. være tale om et barn, der mister sine forældre eller en søskende, oplevelser i flygtningelejre, forældreskilsmissen, mobning, o.s.v. Nogle af disse børn/unge/ voksne udvikler varige psykiske skader og psykiske lidelser. Andre – med en høj grad af resilience – kommer sig og udvikler sig normalt på trods af de traumatiske oplevelser. Individet udvikler sig altså godt - på trods af dårlige odds.

Resilience kan altså ses som slutproduktet af processer, der ikke eliminerer risici og stress, men tillader individet at håndtere disse belastende situationer effektivt. ([Shonkoff et al, p. 116](#)). Det udtrykkes som håndtering af belastninger (”coping with adversity”) (ibid, p. 117).

Resilience forskningen drejer sig blandt andet om at finde personlighedstræk, der indebærer høj grad af resilience, og her har man været meget optaget af børn, men også unge og voksne har været i fokus. Andre dele af forskningen fokuserer på interaktionen mellem individ og omgivelser for at identificere interaktionsformer, der indebærer høj eller lav grad af resilience. Det er denne sidste form for forskning i den modstandsdygtiggivende interaktion, der er af størst relevans i dette studie. Hvilke faktorer i samspillet skaber høj resilience?

Her er især begrebet protective factors – beskyttende faktorer – vigtigt: hvilke faktorer i interaktionen individ-omgivelser bidrager til at skabe en høj resilience?

Resilience-forskningen er relevant for de undersøgte folkeoplysende forløb, fordi en stor del af deltagerne kommer med en belastet baggrund. Herudover kan undervisningen måske blive inspireret til at sætte mål for læreprocessen, der bidrager til at udvikle den resiliente personlighed. Endelig kan de beskyttende faktorer dreje sig om forhold, der kan søges realiseret i den aktuelle læringsarena.

På denne baggrund skal nogle få forskningsresultater med denne relevans nævnes her.

Personlighedstræk – indre ressourcer - der er forbundet med høj resilience er:

- Personerne er vellidte af jævnaldrende og voksne.
- Den dominerende kognitive stil er reflektiv (i modsætning til impulsiv).
- Individet har et indre lokus af kontrol (i modsætning til manglende selvkontrol), der indebærer en tro på, at individet kan påvirke sine omgivelser på en positiv måde.
- Individet behersker fleksible tilpasningsstrategier for at overvinde modgang/ulykker.
- Individet har en selvopfattelse, der indebærer følelse af selvværd.
- Hertil kommer en stærk følelse af selvstændighed (autonomy) kombineret med en evne til at kunne bede om støtte, når der er behov herfor.

Hvad angår beskyttende faktorer i interaktionen fremhæves "erfaringer, der åbner op for nye muligheder" (Ibid p. 673). Baggrunden for dette er, at en væsentlig grund til at psykopatologier, som individet har udviklet, fortsætter i individets liv er, at det belastende miljø fortsætter, så at sige klæber til individet. Der er her ikke i så høj grad tale om, at det belastende miljø forbliver uændret, selv om dette undertiden kan være tilfældet, men mere at et negativt miljø – af flere grunde – prædisponerer for senere forekomster af stress og ulykker. For at citere:

"Accordingly, one of the potentially important features fostering resilience are happenings that end damaging experiences and open up new opportunities and change of environments." (Ibid p. 673).

Der er tale om hvad der kaldes "vendepunktserfaringer" ("turning points experience"). Kan folkeoplysende forløb udgøre en sådan "turning points experience", der så at sige sætter en effektiv stopper for fortsættelsen af de tidligere oplevede genvordig- heder/ulykker?

I karakteristikken af, om relationer/interaktioner er beskyttende, nævnes oplevelse af succes, anerkendelse fra andre og følelsen af at kunne yde noget (feelings of accomplishments). Det er væsentligt, fordi det skaber selvværd og selvtillid. Hertil kommer oplevelsen af nære og fortrolige relationer med andre.

Det er karakteristisk for pædagogiske tiltag og læreprocesser - der bygger på resilience-tænkning og -forskning - at der ikke tages udgangspunkt i en "deficit" tænkning, altså hvad det er, individet mangler i sit mønster af kompetencer. Der tages udgangspunkt i individets styrkesider. Resilience begrebet og -forskningen er det væsentligste teoretiske og empiriske grundlag for denne læringstænkning.

- [◀ Transformativ Læring](#)
- [Op](#)
- [Anerkendelse ▶](#)

<https://daghojskoler.dk/resilience>

www.daghojskoler.dk