

# unge & sorg

**Er din far eller mor  
alvorligt syg  
eller død**

**Evaluering af  
frivilligt ledede samtalegrupper**

**Opdatering**  
august 2009

**Rådgivnings- og Videncentret Unge & Sorg**

Rådgivning Hovedstaden: Knabrostræde 3, 2., 1210 København K

Rådgivning Midtjylland: Banegårdspladsen 10, 2. th., 8000 Århus C

Rådgivning Syddanmark: Vestergade 73, 1. tv., 5000 Odense C

## Indledning:

---

Denne rapport er en opfølgning til statusrapporten fra august 2008 vedr. evalueringen af de frivilligt ledede samtalegrupper i Unge & Sorg<sup>1</sup>. Nærværende rapport kan læses selvstændigt, og hensigten er at give en overskuelig opdatering af centrale resultater fra evalueringen af samtalegrupper i det år der er gået. For overskuelighedens skyld er de to rapporter bygget op indholdsmæssigt ens. Der medtages i denne rapport i højere grad resultater vedr. virkninger 12 måneder efter gruppeforløbets afslutning. En samlet rapportering af alle resultaterne og succes mål vil blive foretaget på et senere tidspunkt.

Samtalegrupperne evalueres med spørgeskemaer før gruppestart, efter gruppens afslutning samt 6 og 12 måneder herefter. I alt indgår pt. 106 gruppedeltagere fra samtalegrupper i evalueringen. Svarprocenten efter første skema er 91 %.

Evalueringen af Unge & Sorgs gruppetilbud foretages ved at måle fortløbende på en række indikatorer, som er udvalgt i overensstemmelse med den forandringsteori vi har udarbejdet for grupperne, det vil sige antagelser om sammenhænge mellem gruppetilbuddet, og de kortsigtede og langsigtede virkninger heraf. Både egne erfaringer og den tilgængelige forskning på området, ligger til grund for forandringsteorien.

Der måles på 6 overordnede indikatorer:

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

## Resumé af resultaterne:

- Deltagernes koncentrationsevne er gennemsnitligt markant forbedret efter gruppedeltagelse, og forbedring er fastholdt 12 måneder efter gruppens slutning. 64 % af gruppedeltagere har bedre koncentrationsevne 6 måneder efter gruppens slutning.
- 39 % får mindre fravær fra studie/arbejde.
- 89 % af deltagerne får færre depressive symptomer. Den gennemsnitlige grad af disse symptomer er faldet med 43 % fra før gruppestart til 6 måneder efter gruppens afslutning. Denne positive udvikling fastholdes også efter 12 måneder.
- Selvværdet bliver bedre for deltagerne samlet set, dog er stigningerne små, idet selvværdet er relativt højt også før gruppestart.

Endelig viser resultaterne, at de to overordnede succesmål for samtalegrupperne er opfyldt:

- For 84 % af de unge, der har gået i en samtalegruppe i Unge & Sorg, sker der en forbedring på 2 eller flere indikatorer, *både* i måling lige efter gruppen er afsluttet og et halvt år senere. (Succesmål: Mindst 75 %).
- 9 ud af 10 deltagere oplever efter gruppen at de har fået det 'bedre' eller 'meget bedre' i forhold til før de startede i gruppen. (Succesmål: Mindst 75 %).

---

<sup>1</sup> Statusrapporten kan hentes på [www.ungeogsorg.dk](http://www.ungeogsorg.dk) > Om Unge & Sorg > Videncenter > Udgivelser.

## Baggrund:

---

Den prospektive evaluering af gruppetilbud i Unge & Sorg blev igangsat i marts 2007. Følgende grupper evalueres p.t.:

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

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

Samtalegrupperne som denne rapport fokuserer på, er for unge i alderen 20-28 år med forældretab. De er opdelt i forskellige grupper efter alder; de 20-24 årige og de 25-28 årige. Ca. 8 unge mødes med to frivillige, der selv har mistet en forælder, en gang ugentligt over 12 uger. Gruppen er et forum for erfaringsudveksling og støtte, og de frivillige er gruppeledere. Midt i forløbet finder en terapiweekend med to professionelle behandlere sted.

## Metode i evalueringen

Evalueringen af gruppetilbud i Unge & Sorg foretages prospektivt, ved at deltagerne i grupperne bliver bedt om at udfylde i alt fire spørgeskemaer, bestående af såvel kvantitative som kvalitative spørgsmål: Ved gruppestart, når gruppen afsluttes, samt 6 og 12 måneder efter gruppen er afsluttet. Skemaerne udveksles direkte mellem deltagerne og en forskningsmedarbejder, og gruppelederne får ikke indblik i de enkelte besvarelser, ligesom de ikke får kendskab til, hvem der deltager i evalueringen.

Deltagelse i evalueringen er frivillig for brugerne. Undersøgelsen er godkendt af Datatilsynet. Alle deltagerne er anonyme ved offentliggørelse af evalueringens resultater. Dette gælder både i forhold til omverdenen, og i forhold til deltagerne indbyrdes. I det omfang citaters indhold kan føre til identifikation af en person, bliver de ikke offentliggjort i den kvalitative del af undersøgelsen.

De indikatorer, der anvendes i spørgeskemaerne, er udviklet i overensstemmelse med den forandringsteori der er stillet op for samtalegrupperne (se herunder).

## Forandringsteori og indikatorer

I Unge & Sorg har vi udarbejdet en forandringsteori for de frivilligt ledede samtalegrupper. Forandringsteorien er en detaljeret beskrivelse 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. Det overordnede langsigtede mål med grupperne er, at unge, der sørger over et forældretab på et tidspunkt, hvor forældrenes nærvær stadig er af stor betydning, lærer at leve med tabet og kommer videre i livet på en god måde. Dette er konkretiseret i 6 specifikke forandringsmål, som tilsammen beskriver den udvikling, vi ønsker at

se hos de unge. Både forskningen indenfor området og egne erfaringer har påpeget, at disse faktorer påvirkes ved forældredødsfald:

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

Ud over disse indikatorer, evalueres også på tilfredsheden med at deltage i den frivilligt ledede samtalegruppe, ligesom der spørges kvalitativt ind til udbytte.

Der er opstillet følgende succesmål for grupperne:

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

Flere oplysninger om Unge & Sorgs forandringsteori for de frivilligt ledede samtalegrupper kan fås ved henvendelse til Unge & Sorgs Videncenter.

## Resultater – samtalegrupper august 2009:

Pr. 6. august 2009 er 106 deltagere fra samtalegrupper inkluderet i evalueringen (ud af i alt 116 gruppedeltagere), hvilket giver en **svarprocent på 91 %** ved inklusion. Deltagerne udfylder i alt 4 spørgeskemaer: Umiddelbart før gruppestart, lige efter gruppens afslutning samt 6 og 12 måneder herefter.

Resultaterne i denne rapport er trukket ud dels ved 6 måneders follow-up (63 deltagere), men primært lægges vægt på resultaterne fra de deltagere der også har udfyldt det sidste spørgeskema ved 12 måneders follow-up (37 deltagere).

Overordnet karakteristik af samtalegruppedeltagerne ved inklusion (dvs. ved udfyldelse af det første spørgeskema):

Kønsfordeling:	84 kvinder 22 mænd
Gennemsnitsalder ved gruppestart:	24,0
Mistet:	Far: 60 Mor: 50 (total 110, da 4 personer har mistet begge forældre)
Forløb op til dødsfald:	Mere end 1 års sygdom: 43 Mindre end 1 års sygdom: 32 Pludselig død (akut sygdom, ulykke, selvmord): 35
Mor/far død for hvor længe siden inden gruppestart:	0-3 måneder siden: 3 4-6 måneder siden: 34 7-12 måneder siden: 44 1-2 år siden: 20 2-3 år siden: 4 Mere end 3 år siden: 5
Beskæftigelse ved gruppestart:	Studerende: 67 I arbejde: 36 Ledig/andet: 3
Civilstand ved gruppestart:	Enlig: 45 Partner: 61 (heraf 40 samboende)

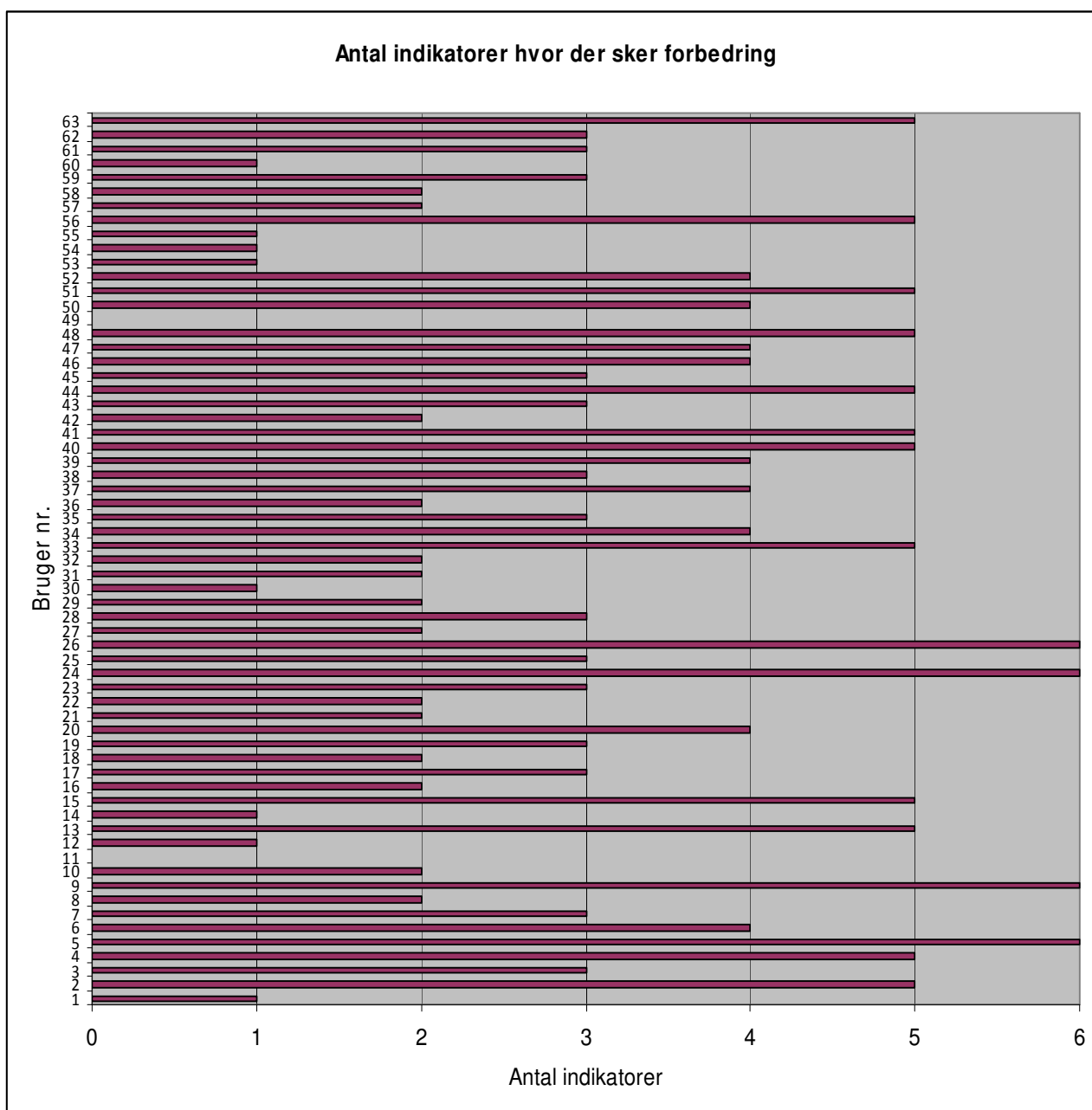
## Succesmål for samtalegrupper:

Som beskrevet under "baggrund" ovenfor, bliver samtalegrupperne evalueret ud fra 6 indikatorer, og der er formuleret 2 overordnede succesmål for samtalegrupperne i Unge & Sorg.

### Succesmål 1:

Mindst 75 % af de unge, der får et gruppetilbud, skal opleve en forbedring på minimum to indikatorer, og denne forbedring skal være fastholdt et halvt år efter, den unge er afsluttet i Unge & Sorg.

Grafen herunder viser for hver deltager, på hvor mange indikatorer der er sket en forbedring. Kun de indikatorer, hvor der var sket forbedring både lige efter gruppens afslutning og 6 måneder efter, er talt med:



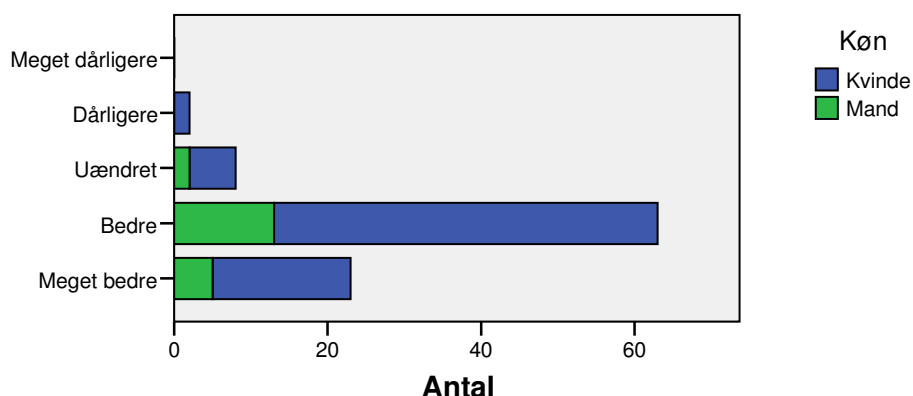
Ud af de 63 deltagere, er der således hos 53 sket en forbedring på 2 eller flere indikatorer, og denne forbedring er fastholdt ved 6 måneders opfølgningen. Dette svarer til 84 % af deltagerne. Succesmålet er dermed opfyldt.

### Succesmål 2:

Mindst 75% af de unge, der får et gruppetilbud i Unge & Sorg, skal efterfølgende opleve at have fået det 'bedre' eller 'meget bedre'.

Svarene fordeler sig således:

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



86 personer, svarende til 90 % af alle der på opgørelsestidspunktet havde svaret på skemaet lige efter gruppens afslutning, oplever at have fået det 'bedre' eller 'meget bedre'. 2 personer har det 'dårligere' mens 8 personer svarer at de har det på samme måde som før de startede i gruppen. Succesmålet er dermed opfyldt.

## Koncentrationsevne:

Når deltagerne spørges 6 måneder efter gruppens slutning, hvordan deres koncentrationsevne var umiddelbart før gruppen startede, og aktuelt (altså i *tilbageblik*), viser besvarelserne (på en skala fra 1-7, hvor 1=meget dårlig koncentrationsevne og 7=meget god koncentrationsevne) at:

Koncentrationsevne før gruppestart (gennemsnit, N=62): **3,2**

Koncentrationsevne 6 måneder efter gruppe-slut (gennemsnit, N=62): **5,3**

Altså en markant gennemsnitlig forbedring i deltageres koncentrationsevne.

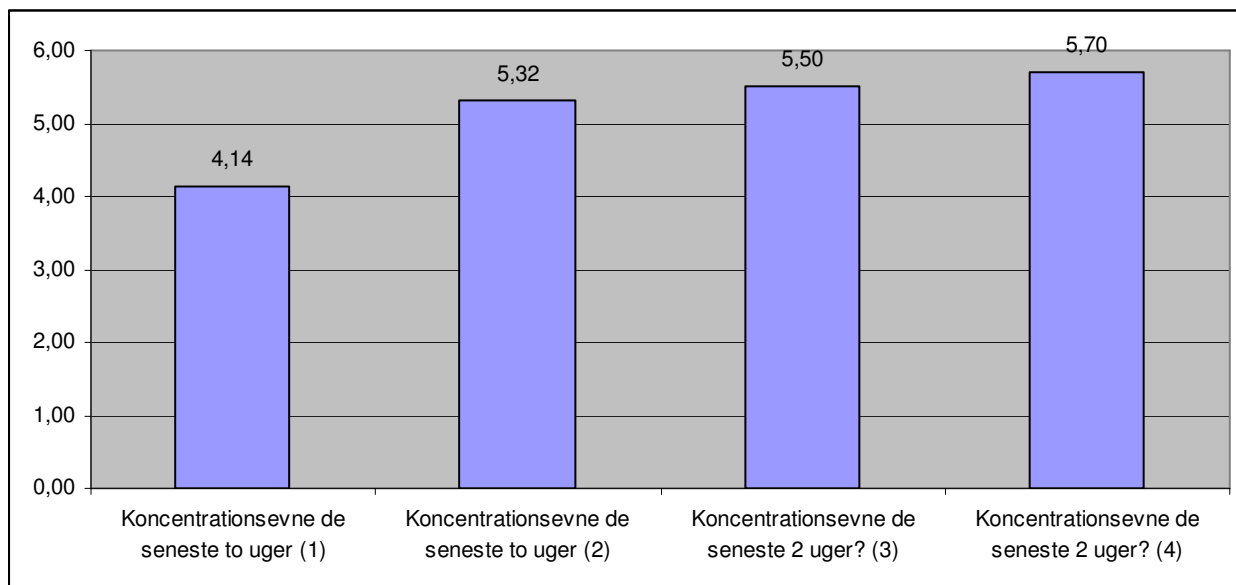
Ud over at deltagerne vurderer deres koncentrationsevne i tilbageblik, spørges de i alle 4 skemaer om deres aktuelle koncentrationsevne<sup>2</sup>. Her er de gennemsnitlige besvarelser (N=29):

Før gruppestart: **4,1**

Efter gruppens slutning: **5,3**

6 måneders opfølgning: **5,5**

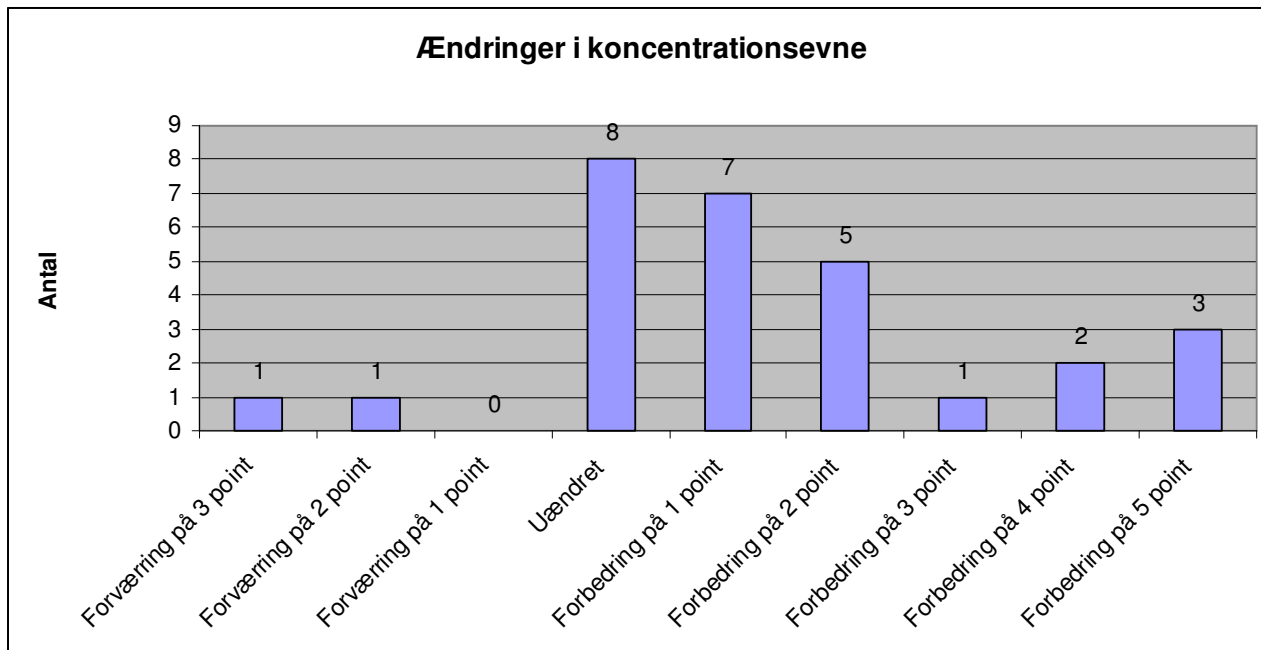
De foreløbige resultater (bemærk dog<sup>2</sup> at N=10) tyder på, at virkningen i forhold til koncentrationsevne fastholdes/forbedres ved 12 måneders opfølgningen. Her er den gennemsnitlige score: **5,7**.



Dette udtræk viser kun gennemsnitlige værdier, og ikke, hvordan de enkelte deltagere har "bevæget" sig i forhold til deres koncentrationsevne (jf. statusrapporten, august 2008).

Hvis man i stedet for gennemsnitsværdier ser på de enkelte deltageres vurdering af deres koncentrationsevne henholdsvis før gruppestart og 6 måneder efter gruppens afslutning, ser billedet således ud (N=28):

<sup>2</sup> Denne prospektive måling af koncentrationsevne (og fravær, se næste afsnit) blev først tilføjet evalueringen i november 2007. Derfor indgår færre besvarelser.



Det vil sige, at **for 18 af deltagerne (64 %) er der sket en forbedring i koncentrationsevnen**. For 2 personer er koncentrationsevnen blevet dårligere, mens den for de resterende 8 (29 %) er uændret.

### Fravær fra studium/arbejde:

Ligeledes spørges deltagerne om deres grad af fravær, henholdsvis før gruppestart og 6 måneder efter gruppens slutning. Også her anvendes en 7 punkts skala, hvor 1=meget højt fravær og 7=meget lavt/intet fravær. De gennemsnitlige besvarelser viser at:

Fravær før gruppestart (gennemsnit, N=62): **5,1**

Fravær 6 måneder efter gruppe-slut (gennemsnit, N=62): **6,1**

Der er altså gennemsnitlig sket en forbedring i fraværet, dog kun med et trin på 7-skalaen.

Ligesom det var tilfældet mht. koncentrationsevne, bliver deltagerne spurgt prospektivt i hvert af de 4 skemaer, hvordan deres fravær er aktuelt. Det skal bemærkes, at der er store usikkerheder forbundet med at måle fravær, og måske særligt blandt unge, der f.eks. oftere holder orlov og er imellem studier/arbejde<sup>3</sup>. Svarene vedr. deltageres aktuelle grad af fravær er som følger (N=29):

Før gruppestart: **5,9**

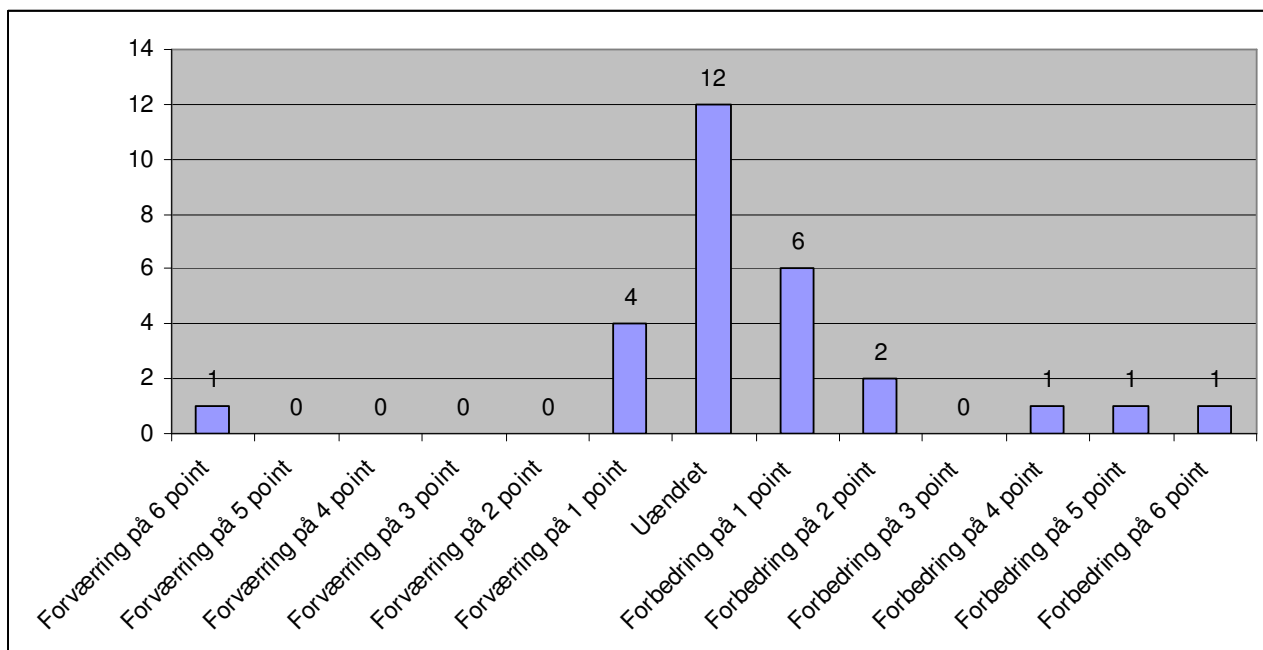
Efter gruppens slutning: **6,6**

6 måneders opfølgning: **6,4**

<sup>3</sup> Under en barselsorlov svarer nogle eksempelvis, at de har et meget højt fravær, da de jo er helt fraværende fra arbejdet, mens andre vil definere en orlov som "intet fravær", da der ikke er noget at have fravær fra! Tallene skal derfor fortolkes varsomt.

De foreløbige resultater (bemærk også her at N=10) peger på, at graden af fravær gennemsnitligt holder sig stabilt fra 6 til 12 måneder efter gruppen afslutning. I det sidste skema er den gennemsnitlige score: **6,4**.

Fraværets udvikling i op- eller nedadgående retning for de enkelte deltagere fra før gruppen til 6 måneder efter gruppen – i den prospektive måling - fordeler sig således (N=28):



For 12 personer er fraværet uændret, da de svarede før gruppen startede, til deres svar 6 måneder efter gruppen. 5 personer har fået mere fravær, mens 11 personer, svarende til **39 %**, har fået mindre fravær fra studie/arbejde.

## Depressionssymptomer:

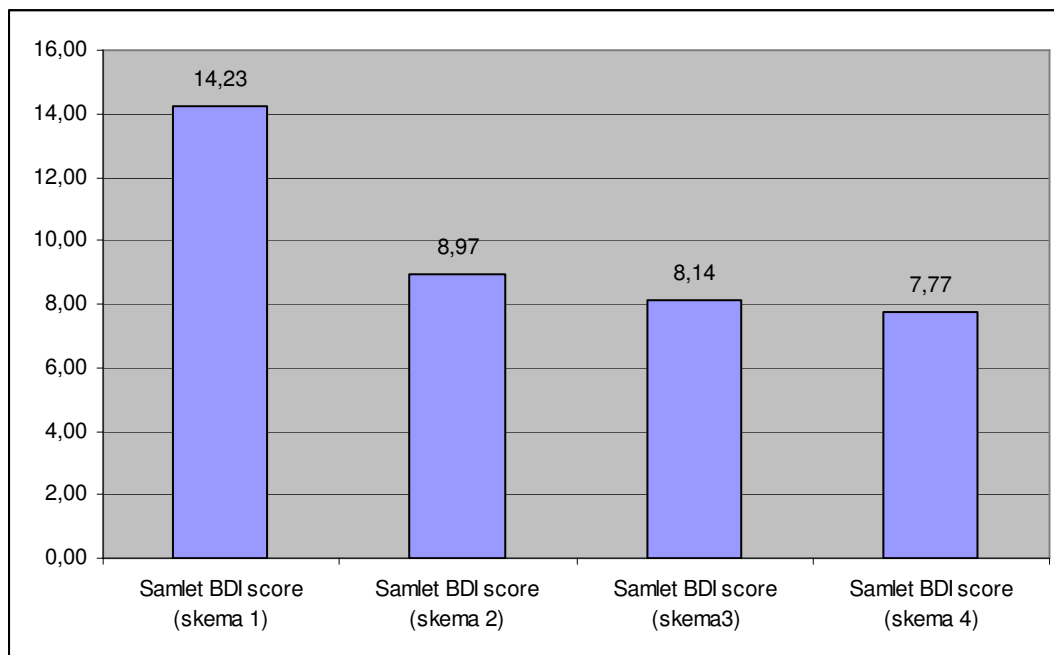
Med hensyn til målingerne af depressionssymptomer og graden af selvværd er det relevant at holde sig for øje, at de unge, der visiteres til samtalegrupper ledet af frivillige, er relativt velfungerende unge, der gennemlever det, der i større eller mindre grad kan betegnes som en "normal sorgproces". Dette reflekteres i målingerne. Andre unge der henvender sig, har brug for en intervention af mere terapeutisk karakter, og visiteres på den baggrund til andre tilbud i Unge & Sorg. Disse unge er selvsagt mere belastede i udgangspunktet.

Belastningen af depressive symptomer er målt med *Becks Depression Inventory*<sup>4</sup> (BDI). Skalaen består af 21 spørgsmål. Her præsenteres kun de samlede gennemsnitlige scores.

<sup>4</sup> BDI: Score 0-63. Jo højere tal på skalaen, jo højere belastningsgrad i forhold til depressive symptomer.

	T1 (før gruppe)	T2 (efter gruppe)	T3 (efter gruppe +6 mdr.)	T4 (efter gruppe +12 mdr.)
	N=61	N=59	N=63	N=35
BDI gennemsnitlig score	Gennemsnit: <b>14,23</b>	Gennemsnit: <b>8,97</b>	Gennemsnit: <b>8,14</b>	Gennemsnit: <b>7,77</b>

#### DEPRESSIONSSYMTOMER:

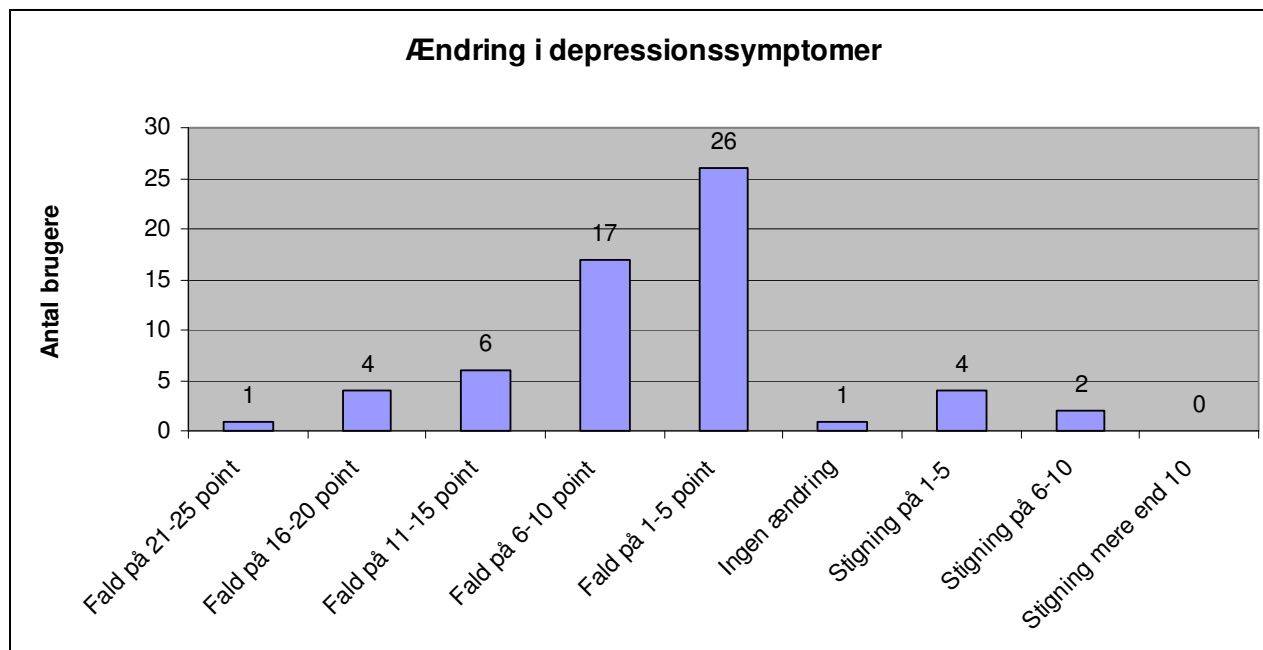


BDI gennemsnitlige scores; jo højere tal på skalaen, jo højere belastningsgrad i forhold til depressive symptomer.

Den gennemsnitlige belastningsgrad, hvad angår depressive symptomer før gruppestart på over 14 er altså faldet markant til lige over 8 et halvt år efter gruppens ophør. Det svarer til at graden af depressive symptomer i gennemsnit er **mindsket med 43 %**.

De foreløbige tal (N=35) viser at dette lave niveau også fastholdes 12 måneder efter gruppens ophør.

Da disse gennemsnitlige værdier kan "camouflere" store individuelle udsving i både positiv og negativ retning, tager resultaterne i tabellen på næste side udgangspunkt i de individuelle besvarelser (N=61). Søjlediagrammet viser, hvor mange point deltagerne er faldet eller steget på depressions-skalaen fra 0 til 63, i perioden før gruppen startede, til opfølgningen 6 måneder efter gruppens afslutning:



Det vil sige, at **for 54 deltagere (89 %) sker et fald i den samlede score for depressive symptomer** fra før gruppestart til 6 måneder, efter gruppen sluttede.

12 måneder efter gruppens slutning er dette niveau næsten fastholdt, idet der for 85 % af deltagerne sker et fald i den samlede score for depressive symptomer fra før gruppestart til 12 måneder efter gruppen sluttede.

### Selvværd:

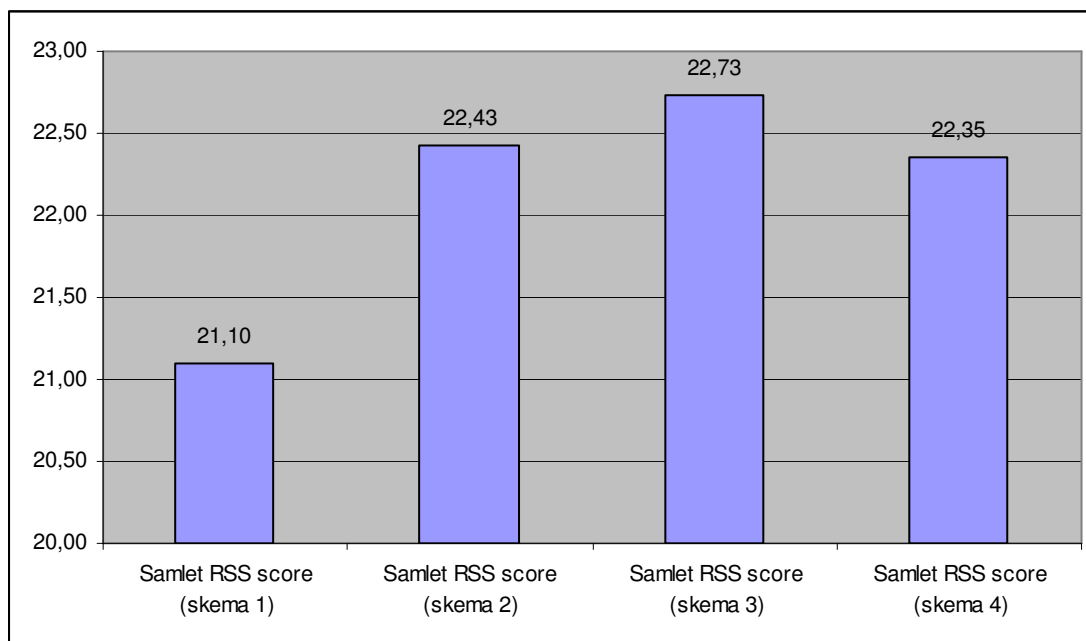
Er målt med *Rosenberg Self Esteem Scale*<sup>5</sup> (RSS). Skalaen består af 10 udsagn, som respondenterne på en 4 trins skala erklærer sig enig eller uenig i.

	T1 (før gruppe)	T2 (efter gruppe)	T3 (efter gruppe +6 mdr.)	T4 (efter gruppe +12 mdr.)
	N=63	N=61	N=63	N=35
RSS gennemsnitlig score	Gennemsnit: <b>21,10</b>	Gennemsnit: <b>22,43</b>	Gennemsnit: <b>22,73</b>	Gennemsnit: <b>22,35</b>

På skalaen for selvværd stiger den gennemsnitlige score fra 21,10 før gruppestart til 22,43 efter gruppen slutter. Dette svarer til en lille forbedring på 6 %. Denne forbedring øges en smule 6 måneder efter, men falder tilbage til niveauet lige efter gruppens afslutning ved 12 måneders opfølgningen. Se søjlediagram på næste side.

<sup>5</sup> RSS: Score 0-30. Jo højere tal, des højere selvværd.

## SELVÆRD:



*RSS gennemsnitlige scores: Jo højere tal, des højere selværd.*

Der er ikke til denne opdatering foretaget udtræk af svarene indenfor emnerne "Tillid til omverdenen / tro på fremtiden" (6 spørgsmål) samt "følelse af at være alene og anderledes" (5 spørgsmål). Der henvises til statusrapporten fra august 2008. Det samme gælder besvarelserne i den kvalitative del af evalueringen.

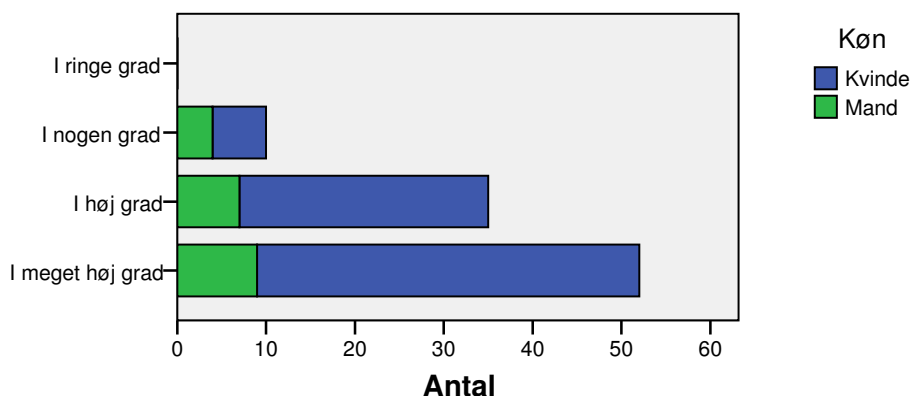
## Gruppedeltagernes evaluering af samtalegrupperne

Som også tidligere evalueringer viser, er tilfredsheden med Unge & Sorgs tilbud generelt set stor blandt gruppedeltagerne. Mange uddyber de svar der er illustreret i de følgende diagrammer, med kvalitative svar på en række åbne spørgsmål. Et udpluk af "typiske" udsagn kan findes i statusrapporten fra august 2008.

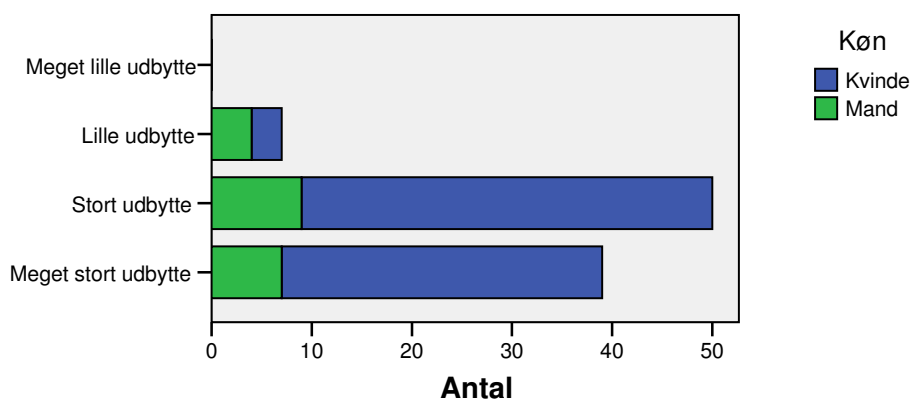
Dominerende temaer i disse svar er:

- 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.
- I mødet med de frivillige gruppeledere, der er kommet igennem deres sorg på en god måde, får man tro og håb i forhold til at man også selv kan komme videre, leve med tabet og få et velfungerende liv.
- Man får konkrete "værktøjer" og metoder til at håndtere svære situationer og følelser.

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

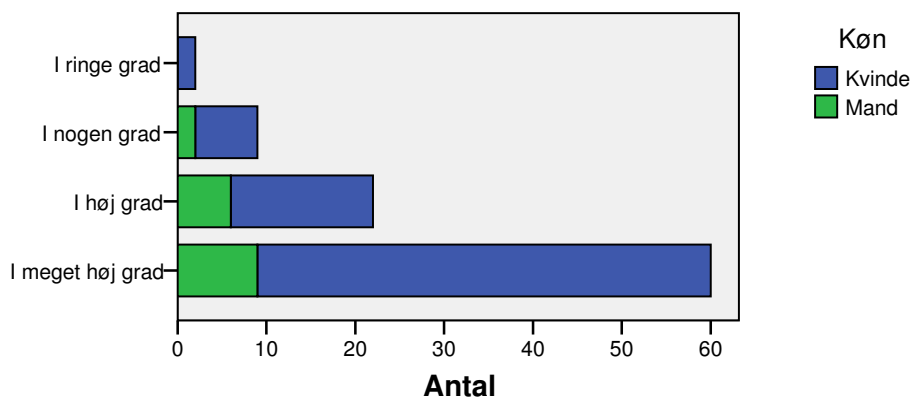


### Udbytte af at deltage i gruppen



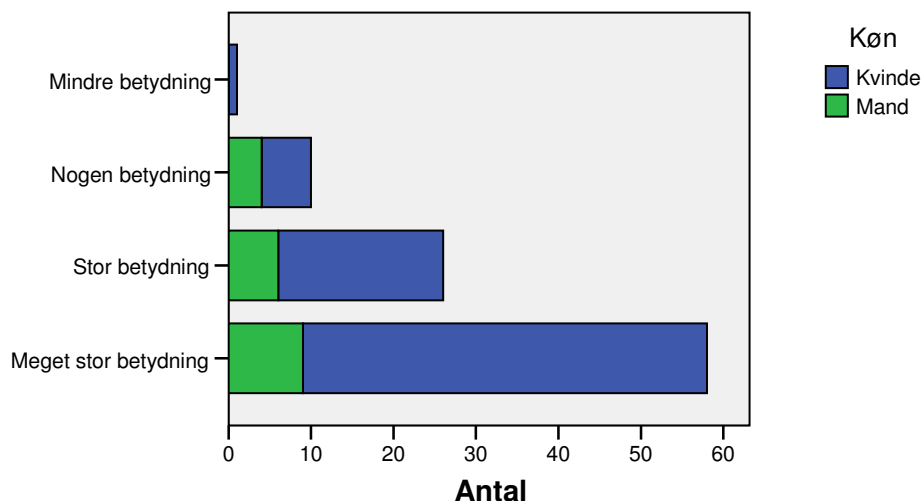
Undervejs i forløbet med samtalegruppen afholdes en terapiweekend, hvor to professionelle terapeuter deltager. Gruppedeltagerne evaluerer overordnet terapiweekenden således:

### Fik du noget ud af at deltage i terapiweekenden?



Det centrale 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:

### Betydning af at det var unge, der selv har mistet, der ledede samtalegruppen



Samlet brugertilfredshed:

### Har du alt i alt være tilfreds med at deltage i samtalegruppen?

