



# DEAF RESILIENCE DÖV RESILIENS

## **Är dövresiliens viktig för alla döva individer?**

Mitt svar är: ja! När jag tänker efter så anser jag mig ha en ganska stark dövresiliens och det är tack vare många faktorer. Dessa skyddande faktorer har gett mig förmågan att motstå de ständigt audistiska situationerna jag upplevt i mitt liv.

## **Vad är resiliens?**

Resiliens handlar om ens förmåga att hantera negativ påverkan utan att låta sig påverkas för mycket men också dess förmåga till självorganisation och kompetenser vad gäller att lära och anpassa sig.

Det är en sorts motståndskraft man har samlat på sig. Man pratar om olika typer av resiliens; organisatorisk-, social-, ekologisk- och psykologisk resiliens.

TEXT: MONA RIIS  
FOTOMONTAGE: ULF NILSSON

Jag var på SDUF:s ungdomskonferens nyligen och föreläste om intressepolitiskt arbete och mediaanvändning inom arbetet. Då passade jag på att nämna hur viktigt det är att låta döva barn få utveckla sin dövresiliens på olika sätt som dövorganisationer kan stötta med.

Dessa är;

- Att arbeta för att barn får teckenspråk tidigt (direkt när de diagnostiseras med dövhet).
- Att erbjuda god utbildning på teckenspråk där det även erbjuds döv- och teckenspråks miljö.
- Att erbjuda fritidsgårdar, fritidsverksamhet samt lägerverksamhet till döva barn och ungdomar.
- Att döva barn och ungdomar får döva vuxna förebilder.
- Att erbjuda föreningsverksamhet som exempelvis ungdomsklubbar, idrottsföreningar och föräldraföreningar.

Har ett dövt barn fått ovanstående utbud under hela sin uppväxt då kan jag nästan garantera att ens dövresiliens är stark och elastiskt.

**Enkelt visuellt förklarat** skulle jag säga att resiliens motsvarar en skottsäkert väst; man blir skjuten och får blåmärken men man står upp igen om västen är tillräckligt tjock. Är västen tunn så faller man döende ned och kämpar sig upp under en lång tid. Har man ingen väst så dödas man direkt helt enkelt. Den skottsäkra västen representerar resiliens och dess tjocklek representerar elasticitet och den motståndskraft som resiliensen är.

**Resiliens är inte en** ovanlig förmåga, i själva verket har det visat sig i den genomsnittliga individen och det kan läras och utvecklas hos praktiskt taget alla. Motståndskraften är en förmåga att studsas tillbaka från en negativ upplevelse med hjälp av ens tidigare erfarenheter och uppväxt. Motståndskraft bör ses som en process snarare än en egenskap. Om man har stark social- och psykologisk resiliens så kan det ofta av omgivningen misstolkas som att man är fri från negativa känslor eller tankar och är hela tiden optimistisk men det handlar helt enkelt om att dessa personer kanske har effektivt och relativt enkelt kunna navigera sig genom eller runt kriser. De kan balansera och hantera negativa situationer tack vare deras ”verktygsväska” med erfarenheter de fått under uppväxten.

**När det gäller ens** sociala- och psykologiska resiliens så finns det tre anmärkningsvärda grunder för bra motståndskraft. Det är självförtroende, självkänsla och självuppfattning.

### **Döv resiliens – vad innebär det?**

Nu tänker ni nog "vad har resiliens med dövhet att göra"? Många personer runt omkring i världen har börjat uppmärksamma döva och hörselskadade barns sociala- och språkliga uppväxt och sett signaler på att det finns riskfaktorer och skyddande faktorer i hur barnet som vuxen kommer att må samt hur de med sin psykologiska förmåga hanterar det att utsättas för audism och det nedvärderande synsättet av teckenspråket i vardagsituationer.

**Dr. Peter Hauser**, en forskare som har flera publikationer i hur teckenspråket hanteras i hjärnan, har tillsammans med sitt team forskat i hur lingvistikism och audism påverkar en döv persons resiliens nivå.

### **Med lingvistikism menas**

”nedvärderade syn mot språket” och i dövas fall är det det negativa synsättet gentemot teckenspråket. Normsamhället med de talande människorna anser ofta teckenspråket som fattigt, att ge det som reservspråk utifall teknik inte fungerar, att teckenspråket är vackert men inte viktigt eller att språket överhuvudtaget inte är ett språk vilket leder till att döva ska så långt som möjligt undvika teckenspråket och föredra det talade språket som anses finare.

**Peter tog fram** olika testunderlag och insåg att detta skulle bli svårt att mäta men man lyckades att sortera och föra statistik på vilken betydelse psykologisk resiliens hade för döva

personer. Man kunde se vad som var en riskfaktor i sig och vad som var en skyddande faktor till en bättre psykologisk resiliens. Man börjar nämna det som ”Deaf r” – översatt till svenska ”dövresiliens”, vilket betyder hur stark ens motståndskraft och elasticitet är när man utsätts för bl.a. audism och lingvistikism.

**En fråga som ställdes** under arbetet var ”är dövheten i sig själv en riskfaktor för sämre resiliens?”. Svaret var tydligt ett nej, man ser ju att det finns döva som arbetar, lever ett bra liv, har en bättre lön än normsamhället och liknande.

**Så rent medicinskt sett** finns det inga faktorer som säger att dövhet i sig själv skulle betyda att ens psykologiska eller sociala resiliens är försämrade, dock finns det riskfaktorer som påverkar resiliensens elasticitet under uppväxten. Peter fick fram två faktorer och dessa är audism och lingvistikism, det vill säga hur en påverkats av samhällets attityd och kunskap mot teckenspråket och döva personer.

**Dövresiliens kan definieras** som en döv individs förmåga att korrekt använda sin verktygsväska och leta fram rätt verktyg att hantera den situation som uppkommit på grund av okunskap från samhället gällande ens dövhet eller språk. Man blir alltid påverkad av sådana situationer men ens döv resiliens ”tjocklek” är avgörande för hur snabbt man tar sig ut ur situationen och inte upplever det

som en svår situation och blir deprimerad eller ältar saken. Har man en tunn döv resiliens kan man instinktivt reagera med ilska, försvar och sorg och får svårt att resa sig upp igen. Man upplever som att samhället är emot en på grund av sin dövhet.

### **Peter Hauser och hans team**

gjorde testerna genom att först fördela dövgruppen i en annan test som används i samband med t.ex. rasism och sexism för att kunna dela upp grupperna i "inte offer för audism" och "internaliserad audism" genom att döva individer gjorde en sorts reaktionstest (deaf implicit association test) där man förknippar ordet "bra" och "dåligt" med bilder och sen införde man bilder på döva och hörande människor och kopplade ihop dem med "bra" och "dåligt". Det var ett sorts test som tar fram ens undermedvetna sambandskänslor. På så sätt fick man sig en bild av hur de döva testpersonerna upplevde om dövhet var positivt eller negativt det vill säga om de blivit internaliserade av audism. Därefter, när man fått fördelningen, gjorde man ett resiliens testskala av Connor och Davidson 2003. Skalan visade på bl.a. ens tolerans av negativa effekter, ens positiva acceptans av förändringar, ens tro på egna insikter och problemlösning.

**Det slutliga testet** visade tydligt att gruppen "inte internaliserade döva" hade samma resultat som hörande som testades för resiliens. Detta bevisade även att dövhet i sig själv inte är en riskfaktor. Den grupp som hörde till "internaliserade av audism" – det vill säga den grupp som fått för sig att man bör följa hörselnormen och anser att ens dövhet måste fixas – de fick sämre resultat i resiliens testet. Testresultatet menar att audism är en tydlig riskfaktor för dövas psykologiska resiliens.

### **Vilka är de skyddande**

**faktorerna?** Peter Hauser och hans team menar att för att stärka ens döv resiliens är det viktigt att man får teckenspråket direkt, ju tidigare desto bättre, för då har man en säker och fullständig kommunikation. Man bör också ha tillgång till dövsamhället då det, enligt forskning om resiliensens elasticitet, bekräftas att samhället spelar en stor roll där man får ta del av den stödjande gemenskapen som tillhandahåller sund mänsklig utveckling.

### **Familjens roll är också viktig**

för ens psykologiska resiliens där man vistas i trygga, vårdande och stabila miljöer.

För mig är det naturligt att för ett dövt barn är det viktigt att familjen inte har audistiska uttalanden och handlingar, att familjen erkänner barnet som dövt och använder teckenspråket som ett naturligt språk. Acceptans av barnets dövhet är det viktigaste när man får ett dövt barn, resten brukar lösa sig då man i en acceptans i sig automatiskt får en förståelse över barnets utvecklingsmöjligheter med teckenspråk och delaktighet i dövvärlden.

### **Jag hittade en fördjupande**

**intervju** av två döva personer från Kanada där de berättar om hur de utvecklat sin dövresiliens efter att ha växt upp som döv i det hörande samhället. De har länge varit internaliserade av audism.

**De betonade under** intervjuerna att deras berättelser är deras egna och de kan inte tala för andras upplevelser men båda menar att detta inte är ovanligt för personer med liknande bakgrund som deras.

**Benoit, en döv man,** var under sin barndom mycket ensam och oförmögen att ha sociala samtal med andra och menar att hans möte med andra döva i äldre ålder var hans räddning till ett socialt liv.

**En annan döv, Laurence,** växte upp som ensam döv i det hörande samhället och kände att ingen förstod hennes situation.

### **Båda berättar en** liknande historia

– de upplevde ofta en sorts nedsättande syn på dövas utbildningsmöjligheter och karriär men vad samhället inte förstår är att döva inte fått rätt förutsättningar redan från början det vill säga acceptans av ens dövhet och tillgången till teckenspråket. Laurence upplever att många personer inom utbildningssystemet tror att det är normalt att döva inte lyckas genomföra sin utbildning, så pass att så fort en döv lyckas få examen ses det som en bedrift, men folk tar ju examen hela tiden. Bara den attityden försämrar en studerandes resiliens.

### **Benoit gick inkluderad i**

grundskolan och fick möta dövvärlden sent i livet men han menar att som tur är har ens resiliens möjlighet att utvecklas oavsett när under livet. Även om det hade varit mycket lättare att växa upp om det gavs tidigare. Benoit upplevde att så fort han fick teckenspråket och den sociala gemenskapen i dövvärlden förstärktes hans sociala-, psykologiska- och dövresiliens. Han upplevde också att hans livskvalité direkt förändrades och ögonen fick vila när han slapp avläsa läppar hela tiden. Med välmående utvecklades även hans sociala och psykologiska resiliens.

**Laurence upplevde** att hon förlorade sin tillhörighet till döva när hon placerades i kommunal grundskola efter att ha varit i en förskola för döva. Men utbildningen gick ändå bra trots all kamp, inklusive att ha bytt skolor, vilket lätt kunde ha undvikits om hon erbjöds teckenspråkig utbildning.

**Laurence valde** att efter studierna studera teckenspråk och snabbt valde hon att övergå till teckenspråket igen

efter så många år och menar att hon erövrats det självklara valet för kommunikation. Att hon fick teckenspråket utvecklades hennes resiliens och det gav henne kraft att genomföra högre utbildningar och utöka sin sociala umgängeskrets där man använder teckenspråk.

**Idag har Benoir en familj** och ett bra jobb och berättar regelbundet om sina livserfarenheter till andra döva individer som varit i liknande sits och kämpar för dövas rättigheter. Benoir menar att hans liv skulle ha sett annorlunda ut om han fortfarande inte fick tillgång till teckenspråket.

**Laurence har framgångsrikt avslutat** sina universitetsstudier.

I samband med sin tidigare isolering och avvisande känsla som döv i det hörande samhället har hon nu genom teckenspråkets betydelse utvecklat en starkare och elastisk dövresiliens och därmed lyckats motbevisa de sårade kommentarerna om hennes intellektuella möjligheter att ta examen.

**Båda vet idag** hur man hittar sin plats som gett mening i deras liv tack vare välkommandet till dövvärlden där de fick utveckla sin dövresiliens och fylla på sina verktygsväskor att använda vid nästa motgång.

**Ovanstående personer är** inte unika i sig! Jag som intressepolitisk sekreterare möter ofta döva med svag resiliens och ser ofta att anledningen är att de växte upp utan teckenspråk och/eller dövrörelsen. Som dövförening har man en viktig roll i att utveckla dövas

resiliens tjocklek och därför uppmanar jag alla föreningar men också även skolor, olika insatser och personer att arbeta hårt för dövas rätt till teckenspråk och utrotning av audism samtidigt som man erbjuder sociala träffar i teckenspråkig miljö för alla åldrar!

**Ju starkare ens sociala-, psykologiska- och dövresiliens är,** desto bättre livskvalité får man! Man orkar gå genom de barriärer som samhället skapat vad det än handlar om.

**Stockholms Dövas Förening är**

en plats där alla kan samla kraft och utveckla sin dövresiliens. SDF erbjuder idag många föreläsningar som ger en utvecklande kunskap som stärker ens identitet och självkänsla. SDF erbjuder ett stort verksamhetsutbud i en full teckenspråkig miljö där man får träffa både nya och gamla vänner och utveckla sin sociala resiliens. SDF har även detta år för avsikt att sprida kunskap hos döva själva genom att beskriva olika termer, som ofta används inom dövrörelsen, via teckentydarens artiklar och även på teckenspråk i hemsidan.

Välkommen till föreningen där du kan tanka din dövresiliens tjock!

## TERMER

Stockholms Dövas Förening vill erbjuda er verktyg att använda i ert liv då samhället ofta uppvisar okunskap och gärna, medvetet eller omedvetet, utför audism mot döva. Hur förebygger vi okunskap i samhället? Svaret är att vi själva måste vara säkrare i vår egen historia, våra rättigheter och kunna lyfta fram att vi inte är mindre värda än andra på grund av dövhet. Vi är en social och kulturell minoritet, vilket samhället ska respektera.

För att ge samhället kunskap behöver vi ha rätt verktyg. Termer som vi kan använda i våra dialoger med dem som saknar kunskap eller de som tar beslut i frågor som berör våra liv.

Teckentydaren vill därför lyfta fram en term per nummer under året 2016. Ni kan läsa huvudartiklarna både på teckenspråk och svenska.

Artiklarna ska ge er grundkunskaper i vad termen betyder och på vilka sätt de kan användas.

**Vi tipsar även om att anmäla er till Dövstudier som Västanviks folkhögskola ordnar för att få djupare kunskaper om de termer som presenteras i Teckentydaren.**

## KÄLLOR:

Effects of Linguisticism and Audism on the Developing Deaf Person av Peter Hauser

**Adressen:** <https://youtu.be/73zUW76OOxg>

Tecknet för resilience är inte etablerat ännu men efter tankesmedjorna med medlemmarna, som genomfördes i Dövas Hus, har vi gemensamt kommit fram till att döpa resilience till tecknet som ni ser på bilderna i tidningen.

