

WORKSHOP:

«HVORFOR SKAL JEG STOLE PÅ DEG/DERE?»

- OM Å ETABLERE TILLIT OG TRYGGHET I
BEHANDLINGSARBEIDET MED TRAUMEUTSATTE
FLYKTNINGUNGDOMMER

Nordisk konferanse for behandlere som arbeider med traumatiserte flyktninger, Stavanger
06.06.2019

Kjell-Ole Myrvoll, Helle Brochmann og Randi E. Jensen, flyktingteamet BUP Sjøvegan



OM OSS

- Barne- og ungdomspsykiatrisk poliklinikk (BUP) Sjøvegan – en del av Universitetssykehuset i Nord-Norge (UNN).
- Eget flyktnings-team. Poliklinikken har hatt oppfølging av asylsøkere og flyktninger siden tidlig på 90-tallet.
- Individuell behandling og gruppebehandling. Veiledning av miljøpersonale, kurs og undervisning. Aktivt samarbeid med relevante instanser (helsesøstre, mottakspersonell, skole, advokater, verger, utlendingsforvaltning).
- Dagens flyktnings-team

DE “MEST SÅRBARE” BARN

- Opphopning av risikofaktorer og fravær av beskyttende faktorer al., 2016; Jensen et al. 2019)
 - Fravær av foreldre og sosial støtte
- Høyere forekomst av psykiske lidelser bl. enslige mindreårige flyktninger enn befolkningen ellers, samt sammenliknet med mindreårige flyktninger som kommer med ledsager (Jakobsen, Demott & Heir, 2014)
- For en betydelig andel vedvarer slike utfordringer over tid (Jensen, Skar, Andersson & Birkeland, 2019).
- I en studie hvor 32 EM i Norge selv beskriver problemer de opplever i hverdagen nevner flest (68%) *savn og ensomhet* (Oppedal, Jensen, Seglem & Haukeland, 2008)

PERSPEKTIVER PÅ TILLIT

«En persons forventninger, antakelser og tro på sannsynligheten for at en annens framtidige handlinger vil være nyttige, gunstige og i alle fall ikke ødeleggende for ens egne interesser» (Robinson, 1996).

- Tillit påvirkes av samspillserfaringer, og traumer kan rokke ved grunnleggende antakelser om at andre er til å stole på

«Å stole på noen er å senke garden, og å handle med få eller ingen forholdsregler» (Grimen, 2009)

I relasjonen mellom pasient og behandler vil 'troen på den andres effektivitet' ofte inngå som vilkår for evt. etablering, vedlikehold og forvitring av tillit (Grimen, 2001)



“OFTE ER MISTILLIT DEN ENESTE FORNUFTIGE MÅTEN Å REAGERE PÅ”

- Gjentatte opplevelser av utnyttelse og tillitsbrudd
- Ukjent språk og ukjente omgivelser
- Vaktksomhet og skepsis som strategi for overlevelse

TILLIT OG MISTILLIT I MØTE MED HELSEVESEN OG BEHANDLER

Mistillit til autoriteter / offentlig instanser og forventninger om å ikke bli forstått:

- Manglende tillit til helsetjenester fremheves i britisk studie som årsak til at EM takker nei til, eller avbryter psykiatrisk behandling (Majumder et al., 2014)
- Forventninger om at helsepersonell ikke vil forstå “English people and doctor people, you don’t understand me” (Majumder et al., 2014)

Explanatory models of illness: Hvorfor skal jeg snakke om problemene mine når det ikke hjelper? Eller gjør problemene mine verre? (Oppedal, Jensen, Seglem & Haukeland, 2008)

Risiko for stigma: EM utrykte negative holdninger til det å ha en psykisk lidelse (Majumder et al., 2015)

Tillit som *barriere, utfordring og mulighet* i arbeidet med psykisk helse blant flyktninger og EM

SAMTALEGRUPPE 1

- For daritalende ungdommer
- 5 inviterte fra tre ulike botiltak – 3 som takket ja
- En tidligere gruppedeltaker var tolk
- Hadde infomøte + 5 gruppesamlinger (i februar og mars 2019)
- Ble kortere forløp enn først antatt fordi 2 i gruppa skulle bosettes i kommune

SAMTALEGRUPPE 2

- For pashtotalende ungdommer
- 12 inviterte, fra tre ulike botiltak og en fra fosterhjem
- 2 takket nei, ytterligere 3 falt fra etter 2. møte
- Benyttet ikke tolk
- Infomøte + 9 gruppesamling (avslutningsfest gjenstår)

OPPSTART

- Informasjonsmøte på skolen
- Hadde med miljøpersonale/lærer
- Hadde fast ramme rundt gruppesamlingene (sang, tema, oppgaver, samtale, bevertning, kreativt adjø)
- Lagde felles grupperegler
- Skrev ned forventninger

UTFORDRINGER, GRUPPE 1

- To av deltakerne var mye borte fra skole – disse trengte særlig mye støtte og oppmuntring for å komme. Lærer ble nøkkelperson og tolken ble etter hvert en trygghetsperson
- Alle tre sa de var sjenerte – måtte hjelpe dem i gang i samtalen

UTFORDRINGER, GRUPPE 2

- Gruppedynamikk påvirket av tidligere etablerte samspillsmønstre
- Frafall underveis – alle unntatt gjengen fra et av botiltakene falt fra
- Lite engasjement og motivasjon for deltakelse – ikke relevante tema?
- «Shaky» avslutning: Ramadan

INTERVJU MED FARHAN

- Hadde deltatt i samtalegruppe før og kunne sammenligne sine erfaringer i de to gruppene:
 - *Første gruppe ante jeg ikke hva jeg gikk til (vaksiner??), mens andre gruppe var det lettere. Var da mest spent på å bli kjent med andre på informasjonsmøtet.*
 - *Første gruppe var sammen med venner jeg bodde sammen med. Var gøy, men jeg turde ikke snakke ærlig – var redd for at jeg kunne bli mobbet senere. Syntes det var bra at jeg ble kjent med nye i den andre gruppen og det var lettere å fortelle om det som bodde i hjertet.*

HVA ER VIKTIG FOR TILLIT OG TRYGGHET?

- *Ikke være for mange i gruppa*
- *Møte nye ungdommer – er lettere å dele om personlige erfaringer med dem enn med dem man omgås hele tiden der man bor.*
- *I møte med voksne: bruke tid på å prate rolig, ikke bare få instruksjoner om regler på en streng måte*
- *De første 5-6 månedene stolte jeg ikke på noen i Norge. Men etter at jeg lærte språket ble det lettere å forstå hva som ble sagt, og nå har jeg ikke problemer med å stole på voksne.*

SAFAR

- Safar - afghansk enslig mindreårig fra Nangarharprovinsen
- Vokst opp med foreldre og to eldre søsken (søster og bror)
- Alvorlig grad av oppdragervold (Safar forklarte volden som et resultat av en forverret livssituasjon)
- Multiple traumer;
- Opplevd drap på broren (sanksjon fra Taliban)
- Faren døde
- Tvangsrekruttert av Taliban – hentet i hjemmet (dramatikk)
- Påfølgende omfattende grove krenkelser – fra verbal trakassering til fysiske- og seksuelle overgrep
- Mange livstruende situasjoner under flukten (bagasjerom i bil, kantret gummibåt med drukninger, mishandlinger og drap)



SAFAR

- Mange tilbud om hjelp, men fikk noe helt annet
- Store vansker med å stole på noen
- Avslag til søknad om asyl i Norge

SAFAR

- En rekke psykiske symptomer forenlig med PTSD
- Stor sorg etter personlige tap
- Savn og lengsel i tillegg til bekymring for mor og søster i hjemlandet
- Tiltagende angst for å bli tvangsreturnert til hjemlandet

SAFAR I DAG

- Er nå 27-28 år
- Har arbeidet seg opp og har 3-4 jobber (også lederjobb innen restaurantbransjen, bakkepersonell flyplass)
- Har kjøpt egen leilighet, bil og har giftet seg
- Har ikke psykiske plager lenger

FORVENTNINGER OG FØRSTE MØTE PÅ BUP

- *Det var uvant å skulle snakke om ting jeg har opplevd. Det er ikke vanlig i min kultur. Jeg var vant til at det var veldig skam å fortelle om det vi har opplevd. Man kan ikke vise tryne til hvem som helst. I mitt hjemland, hvis man forteller om opplevelser så blir man mobbet. For eksempel du forteller noe å du hører hvordan andre barn snakker sammen, ting de kaller deg, det gjør vondt ikke sant.»*
- *Første gangen lurte jeg på hva han kom til å spørre meg om. Jeg hadde aldri hørt om BUP og lurte på hva som skulle skje. Jeg hadde det veldig vanskelig i den perioden, jeg fikk ikke sove og var syk hele tiden. Jeg hadde vært hos lege og fått sovetabletter og ble veldig svak i kroppen av det. Jeg kunne sove i 18 timer, og tenkte det her er ikke bra. Hos legen snakket jeg med en dame, jeg husker ikke hva hun heter, men hun fortalte meg at jeg burde dra til en som heter Kjell-Ole og 'der skal du snakke om alt og det hjelper'. Jeg var usikker på om det ville hjelpe å snakke – tenkte kanskje 50/50 sjanse for at det ville hjelpe. Man tar alt.*

HVA TROR DU VAR VIKTIG FOR AT DU KLARTE Å STOLE PÅ BEHANDLEREN?

- «Da jeg kom til Norge visste jeg ikke om taushetsplikt, ikke sant. Hadde ikke hørt om det, at for eksempel leger ikke kunne forteller videre. Kjell-Ole fortalte meg dette og da kunne jeg stole på ham. Han sa: 'fortell meg alt du har opplevd fra begynnelsen og alt blir her'. Det hjalp meg mye. Jeg synes det var fantastisk. Å kunne stole på noen og å dele mine tanker og alt det der.»
- «I begynnelsen, kanskje de to første møtene, var det unormalt for meg. Ukomfortabelt. Men jeg prøvde å stole på ham, og han hørte på meg og viste at han var bekymret. Førsteintrykket var viktig. Han lyttet. Jeg følte meg etter hvert venner med ham, og fortalte alt, og etter hvert det hjalp.»
- «Man deler ikke med hvem som helst, han var en snill og grei mann.»

MIRJAM

- Enslig mindreårig eritreisk jente
- Vokste opp med moren – far død
- Tatt i forvaring av «snill» nabodame etter at moren døde
- Ble solgt til Zimbabwe for prostitusjon
- Utsatt for alvorlig seksuelt misbruk over tid
- Depriverte seg for mat
- «Levde» på alkohol og sigaretter
- Langt de fleste av kundene var gifte menn
- INGEN tillit til menn
- Ikke avklart asylstatus når hun startet opp på BUP



MIRJAM

- PTSD
- Angst og depresjon
- Klarte ikke å komme seg ut av senga den første tiden
- Uavklart asylstatus – ble såkalt lengeventende

INTERVJU MED MIRJAM

- Er 25 år nå, var 17 da hun kom til BUP
- Er i fast jobb som helsefagarbeider. Ønsker å studere videre til sykepleier.
- Hvordan var det for deg å komme til BUP?
 - *Veldig vanskelig de første 4-5 gangene, vanskelig i det hele tatt å prate med andre. Men det har hjulpet meg veldig mye å komme til BUP.*
- Hva var det som gjorde at du fortsatte å komme til BUP?
 - *Den første gangen satt jeg hele tiden og så på døra. Behandler la merke til det, og han sa at jeg kunne velge selv om jeg ville gå eller ikke. Det var viktig for meg at dette var frivillig og at jeg ikke ble presset.*

HVA GJORDE AT DU KUNNE STOLE PÅ BEHANDLER?

- *For meg var det viktigste at han ikke stilte direkte spørsmål, da kunne jeg slappe mer av. Vi pratet mye, og han fulgte meg i det som var viktig for meg. Vi gikk på en måte rundt grøten, men kom likevel frem til det som var viktig å snakke om. Jeg vet ikke hvordan han greide det. Jeg kunne prate om hva jeg ville.*
- *Etter hvert ble BUP timene som «the golden time in the week». Tiden gikk så fort, og der traff jeg den eneste personen som jeg kunne fortelle alt til. Og uansett hva jeg fortalte, så ville han ikke dømme meg.*

HVA HAR VÆRT BETYDNINGSFULLT?

- *Behandler motiverte meg til å skrive dikt. Jeg har lenge likt å skrive dikt for å uttrykke meg selv. Tidligere skrev jeg på servietter og ark som gjerne ble kasta. Han ga meg en stor fin bok med resirkulerte ark, og der kunne jeg samle diktene mine.*
- *Den personen som lærer deg å gå på to bein, vil alltid være viktig for deg; det kan være en far eller en mor. For meg ble BUP-behandleren SÅ viktig; da alt var mørkt for meg, viste han meg lys.*
- *Jeg ønsker å hjelpe andre og aller helst reise ut en gang for «Sykepleiere uten grenser».*

DIKT SKREVET AV MIRJAM

I'll go home

Back where I start
When the time is right
To find my answers
To the question in my mind
To know my heritage
To find who I am
To show my light
To the other in the darkness
I light it up
To be light
I hope to find hope
I do it for me
I want to do it for others
I want to give what I have
To make a different
To be one step closer
To the sunshine
To the light world
To leave the darkness





Tusen takk for oppmerksomheten 😊

Lykke til med viktig arbeid!