

Av Magne Raundalen og Willy-Tore Mørch

VEILEDER FOR FOSTER- FORELDRE TIL ENSLIGE MINDREÅRIGE FLYKTNINGER



SOS
BARNEBYER

Et trygt hjem for alle barn

Utviklet for prosjektet «**Våre nye barn**», et samarbeid mellom SOS-barnebyer, Asker kommune og Husbanken



INNHOOLD:

INNLEDNING AV MAGNE RAUNDALEN OG WILLY-TORE MØRCH	5
A: DE STORE TEMAENE – FOR ENSLIGE MINDREÅRIGE SOM ER HER	8
B: DE SMÅ TEMAENE – RUTINER OG DAGLIGLIV	17
C: PSYKOBIOGRAFI – METODE FOR Å RYDDE I KJELLER OG PÅ LOFT	25
D: ARBEIDSBOKEN «HVORDAN BLI EN GODT LIKT UNGDOM I NORGE»	28
E: AVSLUTNING: PERSONLIG HUSKELISTE	30



VEILEDER FOR FOSTERFORELDRE TIL ENSLIGE MINDREÅRIGE FLYKTNINGER

Trykk: Andvord Grafisk AS
Layout og Sats: Blomqvist Design
Forsidefoto: Cuesta Esteban

Papiret i denne trykksaken er 100% resirkulert og FSC godkjent.



*«De aller fleste flyktningene
har ett stort og klart mål:
– det å bli et alminnelig,
deltagende, utdannet og
tilpasset individ i det nye
samfunnet.»*

Magne Raundalen og Willy-Tore Mørch

FORORD TIL VEILEDER



PROSJEKTET «**VÅRE NYE BARN**» STARTET OPP HØSTEN 2015 OG ER ET SAMARBEIDSPROSJEKT MELLOM BLANT ANNET ASKER KOMMUNE, HUSBANKEN OG SOS-BARNEBYER. PROSJEKTET SKAL GJØRE DET ENKLERE FOR KOMMUNENE Å TA IMOT OG GI GOD OMSORG TIL BARN SOM KOMMER ALENE TIL NORGE.

SOS-barnebyer har 65 års erfaring i å gi barn familiebasert omsorg, og Asker kommune har gjennom en årrekke vært blant de kommunene i Norge som har tatt imot flest barn på flukt. Sammen har vi utviklet en ny familiehjemsmodell, og det er etablert fem familiehjem i Asker kommune. Nå er den nyutviklede modellen klar til å tas i bruk også av andre kommuner.

«Vi er svært takknemlig for de to forfatternes støtte til vårt prosjekt.»

Denne veilederen er utarbeidet av Magne Raundalen og Willy-Tore Mørch som en støtte til fosterforeldrene og andre som skal være engasjert i familiehjemmene. De to nestorene i norsk barnepsykologi har tatt av sin mangeårige erfaring og deler det fritt med oss.

Veilederen kan selvfølgelig også brukes av alle som er engasjert med enslige mindreårige flyktninger. Vi er svært takknemlig for de to forfatternes støtte til vårt prosjekt, og for deres store engasjement for at barna som er kommet til Norge skal bli tatt godt i mot og få den omsorgen de trenger.

SOS-barnebyer

Sissel Aarak
Leder nasjonale program





Willy-Tore Mørch



Magne Raundalen

INNLEDNING

VÅRT MØTE MED DEN PROBLEMATISKE DELEN AV LIVET TIL ENSLIGE MINDREÅRIGE FLYKTNINGER SOM HAR KOMMET TIL OSS OG VÅR OMSORG OG VÅRT ANSVAR, KAN BESKRIVES LANGS **TRE HOVEDLINJER**:

- Den første har vi valgt å kalle tunge tanker og påkjenninger fra fortiden.
- Den andre handler om stress, påkjenninger og utfordringer i nåtiden.
- Den tredje dreier seg om usikkerhet og bekymringer om framtiden.

Dette dystre bakteppet til tross, vil allerede her i innledningen minne om at de underveis opplever lyspunkter, glede, framgang, mestring, ja endog rene triumfer. Fordi de foretaksomme unge nå lever i et land hvor livsfare og kampen for tilværelsen ikke lenger hører med til dagens orden.

NOEN GODE NYHETER

Det er utvilsomt motbakker på veien på det løpet du nå har startet som fostermor og fosterfar til en enslig mindreårig. La oss starte med de gode nyhetene først.

Den største gode nyheten er selvsagt at dere har mot og empati til å starte dette løpet. Dernest kommer de gode nyhetene fra den nyankomne aleneflyktningen selv: han eller hun, om det er en av de relativt få jentene som har kommet til dere, er motivert, og de har satt livet inn på å komme hit. Den første motbakken er selvsagt at livet her ikke svarer til de høye forventningene noen av dem hadde.

De aller fleste har ett stort og klart mål: det å bli et alminnelig, deltagende, utdannet, tilpasset individ i det nye samfunnet. De fleste er topp motiverte for å lære alt så fort som mulig, inkludert det å komme inn i utdanningsløpet som de på forhånd ofte har orientert seg om ved valg av land; om de hadde noe valg.

Mange blant dem, noe avhengig av grusomhetenes nedslag i hjemlandet, har hatt en ganske god barndom fra start. I vårt arbeid i krigsland ute, har vi sett på det vi har kalt første barndom fra 0–2, annet leveår inkludert.



«VI ANBEFALER DERE Å TENKE MEST PÅ HVA DEN UNGE, GUTT ELLER JENTE, VIRKELIG TRENGER I SITUASJONEN AKKURAT NÅ, OG VÅGE Å GI DEM DET.»

Dette er en ganske grunnleggende del av oppveksten som ofte har vært preget av en omsorgsfull mor-barn relasjon med mange byggende elementer i familie og slekt. Den andre barndommen fra 3–6 kunne også være en brukbar fortsettelse av den første gode, og så begynte det kanskje å skje ting som forstyrret utviklingen videre, men det rystet ikke grunnvollene. Hva mener vi med det? De fleste blant dem som kommer er kontakt-søkende, fornuftige, resonerende, men rystede unge, med gode potensialer for kontakt og kommunikasjon.

OM LÆRING I MOTBAKKE

Vi har ved flere anledninger kalt livet til den enslige mindreårige som er kommet til oss for «læring i motbakke». Den første og bratte motbakken er språket. Språket er hovedveien for kontaktetablering og dagligliv sammen med de nye fosterforeldrene, og deretter resten av det nye nettverket. Tema språk, det vil si hovedtema norsk, er et så spesielt kapittel at det er et underliggende tema i alt vi skriver. Det viktigste å minne om fra start er kanskje at man ikke later som om språkkommunikasjonen er god nok når den egentlig er veldig dårlig.

Ordet kulturer er ofte blitt beskrevet som den neste, skikkelige bratte motbakke. For anledningen møte med flyktninger i Norge, har vi laget denne lille, private og optimistiske definisjon på kultur:

**KULTUR ER ET ÅPENT SYSTEM,
SOM ER PÅ JAKT ETTER VERKTØY,
SOM GJØR LIVET LETTERE Å LEVE.**

Vår lille definisjon er bygget på observasjoner gjennom mange år. Den handler om hvor åpne de som kommer er på mange felter. Særlig gjelder det barn og unge. De søker aktivt en rekke praktiske og personlige kursendringer for å få et bedre liv i vår kultursfære. Dessuten er svært mange av dem aktive nettbrukere, og de har allerede skaffet seg et visst inntrykk på forhånd.

Disse kan imidlertid være helt feilaktige, og må korrigeres! Det er blitt illustrert i synet noen har på hva de har lov til å foreta seg mot unge jenter – fordi de er «Europas horer». Dette handler ikke om flertallet, men vi skal være våkne med tanke på hva de har fått med seg av forestillinger av helt feilaktig og skadelig karakter som kan ødelegge mye på veien til å finne sin plass i det nye, normale og moderne fellesskapet

GODE FOSTERHJEM FOR UNGE

Hva kjennetegner gode fosterhjem for ungdom?

- 1: De som klarer å bygge positive relasjoner.
- 2: De som har ressurser til å skape tro hos den unge, på at hun eller han nå kan få en normal framtid i samfunnet, gjennom skolegang og deretter jobb. Kort og godt å gi dem framtidstro underveis i motbakkene.

Blant målene som er satt for fosterforeldrene her, er at dere skal redusere faren for at tidligere påkjenninger hos de unge blir til voldelige, kriminelle, sykelige forløp i ungdomsalderen. Dette innebærer å gi dem hjelp til egenkontroll, det vil si emosjonsregulering, respons fleksibilitet, og en integrert selvoppfatning, også kalt identitet. Evnen til å inngå i empatisk samspill med andre og til å samarbeide inngår også i dette bildet. Som fosterforeldre blir dere utfordret til å utvikle bedre og bedre ferdigheter til å hjelpe ungdommer med følelser og adferd som er i ferd med å komme ut av kontroll.

Dere møter unge personer som TENKER, FØLER OG HANDLER annerledes enn det dere er vant til. På mange måter en ligning med tre ukjente; det eneste som er håndgripelig er handlingene. Men også de må tolkes og bli forstått. Og deretter håndteres. Vi har funnet det nyttig å minne om at mange av de unge det her er snakk om, møter med mange automatiske reaksjoner. Disse har sine røtter i kultur, erfaringer i hjemlandet – og av skader! Ofte er ikke disse automatreaksjonene

forståelige i henhold til situasjonene hvor de oppstår. Samtidig har mange blant de nye, enslige unge liten kapasitet til å nyttiggjøre seg fosterforeldrenes repertoar for kontroll, trøst, regulering. De unge gir få og lite forståelige signaler om hva de virkelig trenger i situasjonen.

DET LANGE LØP – VEIEN TIL NYE FERDIGHETER

Det er gjennom langvarige, kontinuerlige, forutsigbare positive relasjonsopplevelser at de unge enslige klarer å omforme sine automatiske mønstre til konstruktive, nye og friske væremåter i samspillet med andre. De kan bare gradvis legge av sine automatiske tankemåter, følelser og handlinger.

Ofte opplever fosterforeldrene det som sårende når de blir avvist, vendt ryggen til, møter motstand, blir oversett, utløser sinne, fordi de tolker adferden til de unge enslige som mer kalkulert og planlagt enn den egentlig er. Og dere begynner å ransake dere selv. Da kan dere heller tenke at mye av det negative som kommer er reaktivt styrt av ukjente krefter fra fortidens tunge tanker og smertefulle opplevelser.

Vi tror det er et godt råd å skifte fokus. Det vil si at vi råder dere til ikke å gruble og grunne for mye på skjulte årsaker hos den unge – eller hos dere selv. Men hva skal dere da tenke på? Vi anbefaler dere å tenke mest på hva den unge, gutt eller jente, virkelig trenger i situasjonen akkurat nå, og våge å gi dem det. Det er lett for oss å si dette, men vanskelig for dere å praktisere det, men vi tror det er rett vei å gå. ■



A



DE STORE TEMAENE – FOR ENSLIGE MINDREÅRIGE SOM ER HER

1: AMBISJONER OG REALITETER

Et viktig moment her kan vi hente fra den forskningen vi allerede har nevnt, om vellykkede fosterhjems-plasseringer av ungdommer – tenåringer. Det viste seg at det var to tydelige suksessfaktorer. Det var først muligheten til å bygge en god, positiv relasjon. Derne- st at de nye omsorgsgiverne hadde ressurser hos seg og i sitt nettverk som ga de unge tro på at de kunne få hjelp, støtte og oppmuntring til å fullføre et løp som ville gi dem en fremtidig status som alminnelige borgere av samfunnet. Det handlet i praksis om å gjennomføre utdanning og yrkesopplæring som kunne gi dem jobb. Dette er ulendt terreng og motbakker sam- tidig. De unge som endelig har nådd sitt mål når de har landet her, vil ofte trække «gassen i bønn» for å ta igjen alt det tapte. Det vil si at mange har forventninger om å kjøre i 100, mens humpene i veien gjør at det går i 30! Sammen med skolen blir det viktig å sette små delmål, av og til fra dag til dag.

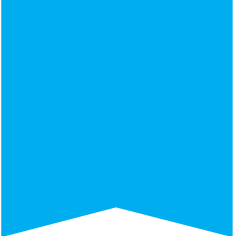
2: INTEGRERING – HVA ER DET?

Dette handler ikke i første omgang om hvor norsk du er. Det kommer nok i ulike varianter etter hvert, men fra start dreier det seg om å ha et hjem som base for å orientere seg i den nye virkeligheten. Derfor starter denne integreringsreisen så å si ved kjøkkenbordet i fosterhjemmet. Vi tror det er stor forskjell på å ha et hjem som base, sammenlignet med å få tildelt en hybel eller bli en del av et ledet bofellesskap. De store fordelene med et hjem er at det ligger i et allerede integrert felt med naboer, veier, busstopp, skole og muligheter for nære og noen mer fjerne fritidsaktivi- teter. Det ligger med andre ord i et kjent utforsknings- område hvor fosterforeldrene gradvis kan gi «forskningsveiledning». Og nå skal vi huske på at de enslige mindreårige flyktningene ikke er uvante med

å orientere seg og finne fram i nye settinger! En annen fordel dere har som fosterforeldre er at dere er knyttet til en familie og et nettverk som også kan ligge mer eller mindre åpent med sine «forskningsmuligheter» og ressurser. De enslige mindreårige flyktningene blir fra sin status som fosterbarn en del av en familie.

3: START PÅ UTDANNINGSLØPET, LÆRING I MOTBAKKE, DEN VIKTIGE MOTIVERINGEN

De fleste enslige mindreårige flyktningene som er kommet for å bli, har raskt oppfattet hvor sentralt skole og utdanning er i det norske samfunnet. Mange kom- mer hit med skolegang som ett av de store motivene. Det som er viktig å tenke på fra start, er at det finnes ingen detaljert oppskrift på det å lykkes i skolen for en flyktning, fordi hver enkelt har sin individuelle profil og sin spesielle forhistorie. Det handler her om det de har med seg i bagasjen som vi bruker å si. Om flykt- ningbarn og skole generelt har vi ofte gitt det, som allerede nevnt i overskriften: «Læring i motbakke». Det er ikke et begrep spesielt for dem, vi bruker det også når det gjelder den tunge skolegangen til mange barnevernsbarn og andre norske barn som har vært ut- satt for vold og overgrep. Det har sammenheng med at de ikke har hatt motivering for skole, manglet oppføl- ging og også dårlig klima mellom dem og medelever og i forholdet elev – lærer. De motiverte flyktningbarna vil heldigvis være bedre på mange av disse feltene, og motbakken kan best beskrives langs to spor: Først og fremst at barns hukommelseskapasitet blir midlerti- dig redusert og svakere bygget ut i hjernen dersom de lever over lang tid med sterke påkjenninger preget av frykt og uforutsigbarhet. I denne sammenheng er det viktig å få klarlagt om de bærer på traumeminne som stadig uroer de samme, viktige hjernefunksjonene. Det



skal vi komme inn på nedenfor. Den andre motbakken kan henge sammen med at de ikke har «lært å lære», det vil si at de mangler erfaringer og motivering for de læringsformene som vår skole bygger på. Dette er selvsagt oppgavene til fagfolkene de skal møte i utdanningsløpet, men fosterforeldrene får viktige roller i det å trene opp nye læringsfunksjoner under veiledning av pedagogene.

4: LÆRE NORSK – HVEM – HVA – HVORDAN OG HVORFOR

For mange blir det norske språket både det første og det lengstvarende prosjektet. Og språket trener man jo på ved å bruke det! Det blir viktig å få råd fra de som har norskopplæring for utlendinger som fag. Råd om hva som fremmer forståelse og ordforråd i det daglige. Om man for eksempel skal skille mellom daglige samtaler om det som skjer og avtalte og regelmessige, strukturerte treningsstunder i fosterhjemmet. Kanskje er det larest at de daglige samtaler ikke blir pedagogiske øvelser med påpekninger, understrekninger og rettelser. At de rett og slett blir det de er, kommunikasjon for å få dagliglivet til å gå sin gang. Ekspertene kan gi råd. For lenge siden leste vi om en god, språkutviklende metode som het «deltagende lesning» (participating reading). Den besto i at man leste planlagte, fortellende tekster med sentrale ord utelatt som eleven skulle fylle inn. Eksempel: «Han våknet av at...ringte. Han slo av... og snudde seg mot... Da hørte han noen som...: «hørte du ikke...?». Det blir spennende å høre om ekspertene fortsatt bruker denne metoden og om de har eksempler på tekster som fosterforeldrene kan bruke til «trenings-timen».

5: VELGE FRITIDSAKTIVITETER – MULIGHETER – KOSTNADER

Fritidsaktiviteter har mange viktige elementer. Først vil vi nevne at de er arena for samhandling, et sted å få venner, nye nettverk og dermed oppleve tilhørighet. Dernest er de et sted for seire og prestasjoner, konkurranse, ikke minst med egen framgang, men selvsagt også et sted hvor nederlag og utenforskap kan bli kjennetegnet. Vi har sett på nært hold den sterke, positive effekten av å bli medlem i klubb og utøver på ett av lagene. Derfor gjelder det å følge med.

Den mest populære fritidsaktiviteten blant norske barn og til dels unge, er ulike former for idrett og trening. Disse har den store fordelen at de holder kroppen frisk og styrker også den mentale motstandskraften i vanskelige tider, ikke minst når man skal søke fred med

påkjenninger og traumer fra fortiden. Frivillighets-Norge og klubb-Norge ligger på verdenstoppen, og det finnes også offentlige program med spesielle tilbud for nye innvandrere og flyktninger. Selv om det er en del frafall med alder, er nærmere 80% av norske barn og ungdommer aktive i en eller annen treningssammenheng. Det vil si at det finnes arenaer for samhandling nesten over alt.

Mange av fritidsaktivitetene koster penger, og det gjelder å finne kommunale kilder til støtte for barn og unge med spesielle behov. Det finnes også mangfoldige grupperinger som tilbyr viktige aktiviteter som fremmer integrering på flere plan fordi de tilhører kultursektoren med musikk og kunstfremmende aktiviteter.

Selvsagt vil vi at våre barn og fosterbarn skal delta i sosiale og utviklingsfremmende fritidsaktiviteter. Et viktig moment er at de er motiverte, at det de driver med i fritiden blir preget av positive selvforsterkende opplevelser både av kameratskap og av prestasjonsmotiverende framgang.

Det er likevel her som ellers i livet at det oppstår motbakker og perioder med demotiverende faser. Disse er det viktig å være oppmerksom på. Vi har laget begrepet «glatt trapp med tre trinn» som en påminnelse om det. Første trinn på den glatte trappen og veien ut av en viktig og utviklende fritidsaktivitet er signalene om ubehag knyttet til aktiviteten. Det er ikke motiverende å si «at du må da tåle litt ubehag», «du må ikke gi opp så lett», «nei dette vil jeg slett ikke høre på, det koster penger og du insisterte selv å begynne med fotball». Hva er motiverende? Det er å ta ubehaget på alvor, men likevel finne ord til å oppmuntre, prøve en stund til, gjøre ting litt annerledes, ta en liten pause og så prøve igjen, og slik videre. «Monitoring» heter denne formen for motivering, det handler om å følge med å være oppmuntrende uten å avvise opplevelsene av ubehag.

Trinn to har vi kalt «motstand», da oppdager vi at de skulker, at de glemmer, at de ikke rekker bussen, de utøver både skjult og direkte motstand mot å fortsette i den fritidsaktiviteten de selv har valgt. Da har vi en lengre vei å gå, og vi har ofte havnet på dette negative trinnet fordi vi ignorerte ubehagsfasen. Men også her kan en bruke fantasi og belønninger for å fortsette en stund til og ta noen grep på det som ligger under motstanden. Det kan motvirke at de havner på det siste og fatale trinnet som vi har kalt «aversjon», da er det sjelden noe vei tilbake hvis de har kommet dit. Vi har

møtt noen som kom opp igjen trappen derfra også, men de etterlot ingen oppskrift!

6: VENNER OG VENNSKAP FOR ØVRIG – OMGANG MED SINE «EGNE»

Hvis vi tar det siste først, har forskere bl.a. ved Folkehelseinstituttet slått fast at det har en positiv effekt på enslige mindreårige flyktningers psykiske helse at de har kontakt med «sine egne», det vil si slekt og venner fra hjemsted eller egen nasjonalitet. Egentlig vet vi ikke sikkert om den positive helseeffekten først og fremst gjelder slektninger. Uansett er det også fordeler at de har en morsmålkontakt dersom de ønsker det. Det er imidlertid skjulte farer her fordi samme hjemland, samme hjemsted, samme språk kan skjule at det er store motsetninger mellom klaner og grupperinger som ikke automatisk forsvinner, når de kommer sammen i et nytt hjemland.

Dersom de unge på et tidlig tidspunkt har kontakt, søker kontakt eller blir oppsøkt av «sine egne» bør fosterforeldrene ha samtaler med de unge om disse besøkene og kontaktene ved hjelp av tolk. Ikke for å kontrollere eller forhøre, men for å hjelpe til å regulere kontakten til hans eller hennes beste. Det ville vel heller ikke være unaturlig, i alle fall etter vår kultur, at fosterforeldrene også hadde kontakt med dem som fostersønnen eller datteren hadde kontakt med – på dette plan i alle fall.

Når det gjelder vennskap for øvrig med norske gutter og jenter kan vi som voksne stort sett bare medvirke ved å hjelpe dem til å få inngang i miljøer, det vil si foreninger og andre fritidsarenaer, hvor de treffer andre unge over tid. Så må de selv finne ut av og bli veiledet i hvordan man forsterker et kjennskap til å bli et vennskap, for eksempel ved at de blir invitert hjem, f.eks. til spesielle begivenheter som fødselsdager eller familieselskaper. Eller at de får billetter til spesielle hendelser innen idrett eller kultur hvor de blir kjørt, og der de kan invitere med seg noen. Dette vet fosterforeldre mye om.

7: FORHOLD TIL NETTVERK – LAGE OVERSIKTER OG SKRIVE ØNSKER

Dette tema henger noe sammen med det forrige, men vi kan starte med det spesielle, nemlig fosterungdommens

forhold til det allerede eksisterende familie- og venne-nettverk som fosterforeldrene har. Fra forskningen om fosterhjem generelt vet vi at dette er et mangfoldig tema med alle variasjoner. Fra det at familie og nettverk var negative til at de tok fosterbarn og kontaktene ble brutt, til alle positive varianter som at fosterbarnet får en familie med interesserte og ressursrike onkler og tanter, nye besteforeldre og venner av fosterforeldrene som gjerne vil invitere dem med på ting. Gradvis bør man lage en liste over det mulige, det ønskede, de som ønsker osv. slik at det ikke blir tilfeldige usagte og uskrevne forventninger som fosterungdommen hverken kan forstå eller innfri.

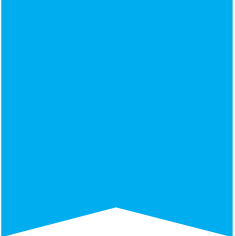
8: MØTET MED DEN NORSKE UNGDOM- MEN I ULIKE MILJØ + ALLE VARIANTER

Dette er et meget mangfoldig tema som vi skal ta for oss også i de neste punktene, men her begrenser vi oss til noen generelle betraktninger om hvordan norsk

ungdom ser ut utenfra. Mange innvandrere har uttrykt at de synes norsk barneoppdragelse er som en omvendt pyramide sammenlignet med deres. Vi maser og strever og lærer dem alt mulig så tidlig som mulig og så slipper vi dem helt fri i ungdomsalderen. Mens de er mer avslappet mens barna er små, tar de grep og kontroll mot ungdomsalder. Mange blant foreldrene ser ikke og forstår ikke at vi med trening til selvstendighet og selvhjelpenhet og ta egne

valg og avgjørelser tidlig har «forhåndslagret» mer egenstyring hos våre unge. Og noe rett kan de kanskje ha i at vi på noen felter er for «slepphendte» med de unge. Gjennom tidene har vi fått noen spennende historier fra foreldremøter i skolen, om nytt og sterkt fellesskap mellom «strenge» norske foreldre og foreldre til innvandrerbarn.

Flere blant innvandrere som har vært her lenge oppfatter jo at vi også har denne diskusjonen innen den norske virkeligheten, og lærere kan, som allerede nevnt, fortelle at på foreldremøter hender det at strenge, kontrollerende norske foreldre finner likesinnede blant ganske moderate innvandrere. Dette er egentlig en spennende virkelighet å bevege oss i for oss alle. En norsk forskningsrapport viste for eksempel at norske unge som hadde mest venner blant ikke-norske, drakk mye mindre både i ungdommen og russetiden!



Et spesielt tema som vi kommer til senere er selvsagt kjønn, jenter og gutter, norske og ikke-norske. (Jon-Håkon Schultz. Innvanderungsdoms bruk av alkohol og narkotika. Doktorgradsavhandling, Universitetet i Oslo, 2006)

9: OM Å FORSTÅ VIKTIGE TREKK VED DET NORSKE SAMFUNNET – POLITIKK

2017 er et valgår og for de unge som er her da, og som ellers følger med i den norske debatten, vil lett sitte igjen med et inntrykk av at de norske er veldig misfornøyde med politikken i landet sitt. Fra tidligere møter med unge innvandrere har vi fått klart for oss at valgkamper kan sette negative spor som varer lenge! Det hadde sammenheng med en uunngåelig innvanderdebatt som resulterte i at noen på ytterfløyen tok den til gaten. Det vil si at mange fargede innvandrerbarn fikk slengt etter seg at de skulle dra tilbake dit de kom fra. Men egentlig stemmer det ikke at vi er så misfornøyde. Fordi «de norske» ville oppleve liten forskjell om det var blitt regjeringsskifte etter valget. Det er fordi det er stor enighet i hele landet om at vi skal beholde og forbedre velferdsstaten med sine gratis sykehus, bygge flere sykehjem for gamle, gi barnehageplass til alle, skolegang til alle, gode og mange studieplasser til alle. Og de våkne unge kan virkelig spørre: hva er det da de er uenige om?

Det som preger dem til forskjell fra mange land de unge har flyktet fra, er nettopp den frie debatten, og at alle kan delta. Og alle har lov til å si sin mening, selv meninger som er veldig negative, både mot politikken og til og med mot kongedømmet vårt. Det blir viktig å hjelpe dem til å forstå at en valgkamp dreier seg om at partiene fortelle det de er gode på, og understreker det motparten er dårlig på. Mange norske synes derfor at valgkamper kan bli kjedelige repetisjonsøvelser med argumenter og motargumenter de har hørt mange ganger. Særlig gjelder det de unge, og mange blant dem lar dessverre være å stemme. Det blir viktig å ha antennene oppe og lytte seg til hva man trenger å korrigere av feiloppfatninger som kan være hemmende for de nye unge.

10: FORHOLD TIL HJEMLANDET DER OG HJEMLANDET HER – SLEKT – VENNER

Enslige mindreårige flyktninger kommer stort sett fra konfliktområder der de har alle gode grunner til å søke ly hos fredelige land. Det handler om land som Syria, Afghanistan, Somalia, Eritrea, Irak; for å nevne dem som nå er mest i nyhetsbildet. Det vil si at de unge må forholde seg til hjemlandet på to plan.

Først den kontakt og informasjon de søker selv på nettet, direkte kontakt via Skype, telefon eller direkte samtaler med andre fra hjemlandet som også er her. Deretter må de forholde seg til sitt hjemland i vårt nyhetsbilde og vår daglige virkelighet inkludert innlegg og debatter om hvorfor nettopp de er kommet, at vi må bli strengere og at vi må skremme flere fra å komme.

Det er ingen enkel situasjon for en ung flyktning alene å være i, og det kan bli viktig å finne personer de kan snakke med om hjemlandet, i alle fall lytte til dem og eventuelt korrigere og utdype det norske

bildet av deres hjemland. Det kan også være nødvendig å søke utdypende kunnskap i forhold til det de hører fra slekt her om hjemlandet, pluss at vi i alle fall må være oppmerksom på at slekts- og klansmotsetninger kan være medbrakt.

Vi kjenner ikke til noen utarbeidet veileder eller strategi for bedre å møte de unge flyktningene og andre på dette temaområdet også kalt «hjemlandsfokus», utover det som er skrevet i veilederen UNG I NORGE skrevet for dem mellom 13 og 18 år. Den skal finnes i alle norske mottak.

11: PSYKISK HELSE, HJELP, BEHOV FOR BEHANDLING – HVA ER DET – HVORFOR

Om psykisk helse hos de enslige mindreårige flyktningene og andre barn og unge som har flyktet fra krig og grusomheter, finnes det bra tilgjengelig materiale med spesiell oppmerksomhet på traumer og depresjon. Dette ville være svært nyttig for fosterforeldre, og vi anbefaler Folkehelseinstituttets rapport «Avhengig og Selvstendig» (Oppedal, Seglem & Jensen. Rapport n2 11. 2009) og det som er skrevet om traumer og psykisk helse i veilederne FORELDRE I NORGE og UNG I NORGE som finnes i mottak og må være mulig å få fra

IMDI (Integrerings- og mangfoldsdirektoratet). Etter hvert som de har lært seg norsk, anbefaler vi fosterforeldrene å samtale med flyktningene om deres og vår holdning til psykiske symptomer og diagnoser, og til å forsøke å forstå hvordan de tenker om forklaringer som virker fjerne for oss, som for eksempel å være besatt av onde ånder eller utsatt for guds straffedom.

Når vi var sammen med traumatiserte gatebarn i Sudan med helling mot kristentro og «evil spirits» – onde ånder, sa vi at vi var spesialister på onde ånder som kom fra onde begivenheter, hendelser som innebar død, livsfare, vitne til grusomheter. Vi sa at disse minnene kom tilbake som veldig plagsomme i form av mareritt og påminnelser i våken tilstand. Vi visste at mange ble mindre plaget av tankene og minnene fra det grusomme dersom de fortalte det til noen, gjerne flere ganger og at vi skrev det ned for dem. De som opplevde raske bedringer spredte rykte om å gå til «spesialistene»

Uansett blir det viktig å orientere seg om flyktningenes psykiske plager, deres form og innhold, og på det grunnlag søke faglig hjelp og selvsagt delta i prosessen med å forklare og motivere for dette. Etter pasientrettighetsloven er det flere av plagene vi her snakker om, blant annet PTSD (traumer) som gir «rett til nødvendig helsehjelp».

12: FYSISK HELSE, SKADER, PROBLEMER, NORSK HELSEVESEN

Medisinsk oppfølging er viktig; både fordi det handler om ungdom i vekst og utvikling, og fordi de har en forhistorie både med påkjenninger, skader og ernæringsproblemer. Dette området må først og fremst fastlegen ta ansvar for, men det er klokt å finne en balanse mellom den unges «medisinske privatliv» og behovet for å følge og forklare ulik problematikk til fastlegen. Det er selvsagt avgjørende at fastlegen bruker tolk så lenge det er nødvendig. Det er også like klart at den unge ikke kan huske hverken viktige detaljer eller forklaringer. For visse situasjoner og i visse faser bør en av fosterforeldrene komme i posisjon til å følge og ta grundige notater for samtaler i etterkant. Generelt blir det i flere av disse kulturer ansett, og barna blir oppdratt til det, at det er uhøflig å plage andre med sine problemer og smerter, da vil man påføre den annen et ubehag. Vi har faktisk sett eksempler på at de også «plager» legen minst mulig og dermed underkommuniserer både plager og smerter. Fosterforeldre bør også være oppmerksom på dette ved å oppmuntre og kreve at de får høre om problemer, bekymringer og vondt av

alle slag. Særlig uttalt har vi møtt dette fenomenet blant afghanere.

13: DET ANNET KJØNN, VANER, HOLDNINGER, FORSKJELLER X 2, ÅPENHET?

Hovedfokus her er gutter vs. jenter, men det må selvsagt sees den andre veien også dersom den enslige mindreårige flyktningen er ei jente! Kanskje kunne man, på et tidlig stadium, ta opp til alvorlig advarsel, problematikken som har oppstått i store menneskesamlinger ved at unge gutter har utøvet det vi kaller seksuell trakassering ved berøring og klemming på jentenes bryst og i skrittet. Det er selvsagt ikke bare gutter fra andre kulturer som har gjort dette, men de har vært i flertall. Fra tidligere er ikke dette registrert som et massefenomen i store menneskesamlinger, for eksempel i utendørskonserter med tusenvis av unge (norske) tilhørere.

En ting er i alle fall sikkert, og det er at hverken unge norske jenter, unge norske gutter, norske myndigheter eller politi synes dette er akseptabel adferd og det vil bli slått hardt ned på og straffet dersom man kan identifisere utøverne. Dessuten slår det negativt ut for det store flertall av unge fra ulike land som blir «sett stygt på» selv om det aldri kunne falle dem inn å gjøre noe slikt. Hverken i sitt eget hjemland eller her.

Som tidligere nevnt opplever innvandrersforeldre til ungdom at vi norske foreldre slipper våre ungdommer løs, mens de strammer til for sine. Hvor reelt dette egentlig er, er ikke godt å si, men det er klart at i en majoritet av befolkningen er det akseptert at svært mange unge «debuterer seksuelt» før 18-årsalder, selv om foreldre gjerne ville at de skulle vente til de blir eldre. Særlig gjelder dette jentene som debuterer tidligere enn guttene, antagelig fordi de er tidligere fysisk modne og får pubertetsutviklingen tidligere. For mange utenfra er dette skandinaviske mønsteret både sjokkerende og uakseptabelt, og det fører ofte til feilaktige oppfatninger om at disse jentene er umoralske «horer» som hopper til sengs med hvem som helst. Mange fra muslimske land sier til sine unge rett og slett at «Europa er en hore». Dette trengs det å kommunisere om og forklare i dialog at det ikke stemmer, etter hvert som den norske ungdomsvirkeligheten blir en del av den unge flytningens dagligliv. Kanskje mest foran videregående skolegang og russetid.



14: HVOR FRI ER DEN NORSKE, SKANDINAVISKE FRIGJORTHETEN – LIKESTILLING

Den norske, eller gjerne skandinaviske frigjortheten er slett ikke fri. Når de er kommet sammen i parforhold, forventer de norske ganske strengt at partneren, begge veier, er trofast. Utroskap er en veldig hyppig årsak til partnerbrudd så vel som til skilsmisse blant gifte. Uansett må det et betydelig «reparasjonsarbeid» til dersom forholdet skal gjenopptas og fortsette, og mange beretter at tillitsbruddet vanskelig lar seg redde.

Et spesielt tema som har fått større oppmerksomhet i Skandinavia de siste årene, er vold og andre overgrep i parforhold. Det dreier seg om tvang til sex, det vil si voldtekt, og det dreier seg om ulike former for fysisk og psykisk vold av forskjellig grad. Det har derfor vært nødvendig å drive opplysning for unge mennesker om hvordan de skal komme seg ut av et voldelig parforhold så raskt og så uskadd som mulig.

Et spesielt særtrekk ved våre samfunn er den utbredte og sterkt aksepterte likestilling mellom gutter og jenter, kvinner og menn. Selv om «kampen fortsetter» i en aktiv kvinnebevegelse, er vi likevel kommet et godt stykke på vei både i lovgivningen, som ofte ligger foran, og i praksis i de tusen hjem. Det som er verd å merke seg for de unge flytningene er at dette er et konstant tema i den norske virkeligheten, og at likestillingstanken har en sterk forankring i befolkningen. Den norske farspermisjonen er et godt eksempel på at vi på noen felter ligger i forkant sammenlignet med de fleste andre land.

15: DEN NORSKE ÅPENHETEN GENERELT, HVOR FORSKJELLIG ER DEN?

Foreldre fra mange land, så vel andre europeiske som land lengre borte, har reagert både positivt og negativt på det de har kalt «den norske åpenheten» i forhold til det å snakke om og forklare endog små barn alt mulig de måtte spørre om, ja også ting de aldri hadde tenkt å spørre om. Typisk er det at mange norske barn får en form for seksualopplysning før de virkelig forstår hva det dreier seg om!

Vi kan i alle fall si at den norske åpenheten for små og litt større barn har et godt program: Det er bedre at barna får høre om vonde og vanskelige ting fra de beste (foreldrene) og ikke fra de verste; det vil si andre større barn, på nettet eller fra tilfeldige personer der ute. Spesielt har norske ansatte i flyktningmottak opplevd det som et problem at foreldre med tvungen hjemreise

ikke ville fortelle og derved forberede barna på det, før politiet sto på døra. Noe større barn opp mot ungdomsalder var allerede innlemmet i voksensamtalen og visste alt.

Dette med å informere og forklare barn, alt fra alvorlig sykdom i familien, til flytting til annen landsdel, forberede på skilsmisse osv., har ingen lang tradisjon. De eldste besteforeldrene som fortsatt lever i landet, opplevde ikke som barn den norske åpenheten fordi da eksisterte den ikke. På mange måter er den et resultat av moderne pedagogikk og barnepsykologi. Og den er kommet for å bli.

16: PRIVATLIV FOR DE ENSLIGE MINDRE-ÅRIGE FLYKTNINGENE – NØDVENDIG, GJENSIDIG INFO?

Dette med de unges privatliv er til tider en meget heftig norsk diskusjon. Mens noen foreldre tenker at de fortsatt må kontrollere de unge, i alle fall de yngste unge: hva de ser og driver med på nettet (for eksempel porno), hvor de er og hvem de gjør avtaler med, hva de driver med på sene kveldene i helgene, hva slags fritidsaktiviteter de velger og slik videre. Likevel vil mange slippe dem «løs» tidligere og la de ta sine egne valg og gjøre sine egne erfaringer selv om de angrer dem etterpå. Så lærte de det!

Alle foreldre er midlertid redde for tidlig debut med alkohol, og at de blir forført til å eksperimentere med stoff, at de utøver ukontrollert seksualitet, er med uansvarlige bilsjåfører og på andre måter risikerer liv og lemmer. Og selvsagt vil de ikke at deres unge skal bli medskyldige i kriminelle handlinger.

Problemet med grensene for privatliv handler ofte om hvor mye de voksne skal vite og hvor mye de skal kontrollere for å forebygge farer i ungdomsalderen. Et eksempel på et vanskelig dilemma er selvsagt når de unge jentene skal få lov til, uten foreldrenes vitende og beskyttet av taushetsplikten, å søke prevensjonsveiledning og konkret prevensjon. Et annet dilemma er selvsagt hvor mye kontroll man kan utøve blant den unges saker og eiendeler fordi man er engstelig for at de oppbevarer stoff eller farlige gjenstander, eller helt konkret våpen. Kontroll av epost og mobil er også et konflikttema. Fra de som har arbeidet med enslige mindreårige over tid i våre store byer, er vi blitt minnet om at de raskt er blitt akseptert i dårlige miljøer og grupper uten å skjønne hvor dårlige de egentlig er, selv om adferd og vaner hadde varslet en norsk ungdom med en gang.

17: DEBATTEN: RELIGION, KULTUR, TERRORISME, OPPHOLD FOR HVOR MANGE?

Grunnen til at vi har kalt dette tema for «debatten» handler om hvor mye og hvordan fosterforeldrene skal innlemme de unge i den kontinuerlige offentlige debatten vi har i Norge om hvordan vi skal oppdage for å forhindre terrorhandlinger fra unge, ofte kalt radikale islamister.

Man kunne kanskje snakke om et hovedpoeng i debatten, nemlig at terrorisme kan ødelegge store verdier i vårt samfunn fordi vi blir så redde at vi tilslutt må kontrollere alle overalt og at vi får en uutholdelig «politistat». Det som er viktig å snakke om er at det pr. i dag, på grunn av terrorsituasjonen nå, er et spesielt søkelys på unge muslimer i flyktnings situasjon, enten de er innvilget opphold i vertslandet eller ikke. Vi må snakke om at alle i deres bekjentskapskrets blir bedt om å varsle ulike instanser, spesielt spesialisert politi, om endringer i adferd og holdninger som kan reise mistanke om at de vil reise for å krige der ute, eller utøve terrorhandlinger her hjemme.

Det kan selvsagt være en stor påkjenning for alle unge muslimer å være i et slikt søkelys. Og mange blant det store flertall av ikke-voldelige har rapportert at hver terrorhandling som får megaoppmerksomhet oppleves som en utpeking og dermed en påkjenning. Dette er et tøft tema, og vi anbefaler fosterforeldrene å lese Lars Akerhaugs bok med tittelen «En norsk Jihadist» (Kagge Forlag, 2013). Seriøse norske eksperter fra akademikere til politi har sagt offentlig at vi må være forberedt på terror på norsk jord i den nære framtid. Fosterforeldre kan hente idéer til hvordan de skal snakke med de unge om dette på Forsvarets hjemmeside hvor terrorisme nå blir forklart til norske barn som har foreldre som skal ut i skarpe oppdrag.

18: DEMOKRATI OG TOLERANSE – HVA SKAL VI SI?

Det gjelder oss alle som representanter for den norske majoritetskulturen å finne en balanse mellom det å ønske mangfold, si ja til åpenhet og toleranse for andres tro og praksis, og det å møte det negative med våre verdier når de kommer på kollisjonskurs i form av religiøse påbud om å steine utøvere av utroskap, aksept av æresdrap, hellig krig mot vantro, angrep på unge jenters frihetskamp osv. Faktum er jo at fosterforeldre kan gjøre mye mer i form av direkte verdilæring enn man kan få til i mottak og bofellesskap. På nettet hos «tenketanken» Agenda finnes det et interessant doku-

ment hvor forskere og politikere har laget «Ti bud for bedre integrering». De understreker blant annet et godt utgangspunkt for dialog med flyktninger generelt, nemlig å formidle våre «fellesverdier». Listen over disse er:

- Likestilling
- Likeverd
- Ytringsfrihet
- Religionsfrihet
- Solidaritet
- Økonomisk og sosial likhet
- Vitenskapelig tenkemåte
- Toleranse
- Deltagelse i demokrati og sivilsamfunn

Vi anbefaler fosterforeldrene og bruke denne listen og referere til begrepet «fellesverdier» og kommentere noen av dem når anledningen byr seg spesielt godt. Det hører med at vi slett ikke er kommet i mål med disse, og at de er gjenstand for egenkritikk. Som vanlig er det viktig å minne om at hverken barn eller unge liker lange foredrag, da ser de seg om etter døren. ■

«Problemet med grensene for privatliv handler ofte om hvor mye de voksne skal vite og hvor mye de skal kontrollere for å forebygge farer i ungdomsalderen»

B



DE SMÅ TEMAENE – DE ENSLIGE MINDREÅRIGE FLYKTNINGENE, RUTINER OG DAGLIGLIV

1: DØGNRYTME, SØVN, NETTET – AVTALER OG REGLER

Søvn og døgnrytme er kanskje det mest presserende tema vi har hatt i møtet med de unge flyktningene. Det har sine røtter i minst to forhold. For det første at vonde tanker, ubehagelige minner og traumer plager dem mot kveld og leggetid, i tillegg vekker hyppige mareritt fra det meste med grusomme tema fra fortiden. Det vil si at de har en vanskelig innsovning, de gruer seg til å begynne på den, og de har ofte en urolig og dårlig natt. Og det kan ta mer enn en time før ettervirkningene av marerittet gir seg. Det innebærer ofte at de skyver leggingen foran seg, gjerne til kl. 02.00.

Det andre momentet handler om at tenåringshjernen deres har skrudd klokken tilbake, slik at den er ikke midnatt klokken 24! På denne bakgrunn er det drøftet i fullt alvor at tenåringer med denne nyvåkne hjernen skulle få begynne senere på skolen, det vil si få sove lengre om morgen. Det må også nevnes i denne sammenheng at ekspertene på unge og søvn, er bekymret for en generasjon som får for lite søvn. En kan ikke si at de er alvorlig bekymret, men det er alvorlig nok at lite søvn med påfølgende trøtthet om dagen svekker både konsentrasjon og hukommelse, og blir dermed en ekstra selvvalgt motbakke i utdanningsløpet. Men det må også sies at disse søvnvanskene ikke er ønsket av de unge. Hva kan vi gjøre? Vi vil nevne fire ting:

Først handler det om hjelp med å bearbeide traume-minnene. Forskningen viser klart at det er en sammenheng mellom aktive traumeminne (PTSD) og søvnvansker, og like klart dokumentert at en vellykket

traumebehandling reduserer søvnproblemene, ikke minst fordi de får opplegg som reduserer, eller endog stanser, marerittene og dermed oppvåkningene fulgt av langvarig strev med å falle i søvn igjen.

Dernest blir det en utfordring å få til regler og rytmer slik at de ikke fortsetter å «snu døgnnet». Det er ikke enkelt med de unge å få til avtalte, tidlige leggetider (tidlige etter deres oppfatning!). Det handler om et døgn som gir dem 9 timers søvn. Forskerne sier at 8 timer er for lite for å få en oppvakt, våken, lærevillig «daghjerne». Hvis de må vekkes kl. 07.00, betyr det at de må komme seg i drømmeland kl. 22.00. Det er selvsagt en fordel, for å få i havn en god avtale, at «lysene slukkes der hjemme» for alle i huset, men det passer ikke umiddelbart for alle å gå i seng klokka ti om kvelden. Vi har sett at man har fått til avtaler om leggetid 22.30, vekking 07.30 og rask, planlagt avgang fra hjemmet til dagens program med belønning om et helt annet regime i løpet av helgen. Et spesielt problem her er selvsagt at det å snu døgnnet er en prosess som blir hemmet av at døgnnet snus tilbake i helgene!

Ett spesielt problem for ungdomsalderen er den store fristelsen, nemlig NETTET! Hos våre ungdommer er nettet antagelig den største søvntyven også fordi de lurer de voksne og slår på når de tror de er ubevoktet. I bemannede bofellesskap for enslige mindreårige flyktninger som vi har veiledet, ble det nødvendig å inndra PC-er og mobiltelefoner og dermed stenge nettet for kvelden. Det var ikke populært.

Det siste vi vil nevne er at det på nettet finnes beskriv-



elser av en rekke treningsmetoder for avspenning og bedring av ulike søvnproblemer: innsovningsproblemer, sovne igjen etter mareritt, ytre forhold som forstyrrer søvnrytmen. Inkludert her er råd om temperatur i rommet og det å anvende lettere doser med innsovningsmidler i den første perioden.

2: MÅLTIDER, VALG AV MAT, ERNÆRINGS-ARGUMENTER, HARAM

Det er ikke mulig å sette opp en meny som passer for unge flyktninger, men det handler om en dialog om spesielle ønsker, særlig om kosthold med innslag fra hjemlandet, om hva som er sunt og mindre sunt, samt det å følge med på vekten med rimelig fleksibilitet. Felles måltider og samlinger rundt måltider, særlig hovedmåltidet på ettermiddagen er noe mange blant dem har sterke og positive minner fra i oppveksten der som den har vært rimelig fredelig. Det er faktisk viktig å etablere faste, forutsigbare rutiner i hverdagslivet der måltidene og leggetiden spiller en hovedrolle. Og så må man vite hva halal og harm er. De individuelle krav og ønsker kan man få vite av dem selv.

3: KLÆR, PRIS, ÅRSTIDER, «LETTE KLÆR», RELIGIØSE SYMBOLER

Det er viktig å være forberedt på en dialog om hva slags klær til hvilke priser som er innenfor rammen av fosterhjemmets muligheter. Dialogen vil også handle om å kle seg etter egen smak eller ønsket om å tilpasse seg og ikke «stikke seg ut» blant de norske ungdommene. Diskusjonene om valg av klær vil selvsagt være avhengig av om det er fosterforeldrene som kjøper klær fra sitt budsjett eller når de unge har sine egne penger til daglig drift.

Mange skoler beretter om klesproblemer hos innvandrerbarn knyttet til årstidene, særlig vinteren. Da handler det om at de ikke er skikkelig kledd for de norske minusgradene. Det er klart at fosterforeldrene er mer erfarne enn nyankomne flyktninger når det gjelder å kle seg for den norske vinteren. Det kan være viktig her at man har tenkt igjennom regler for hva de unge kan bestemme selv av dette, og hva de voksne omsorgspersonene så å si har vetorett på.

4: PENGER, EGNE, ANSVAR, STYRING, AVTALER

Vi nevnte i forrige avsnitt så vidt dette med egenbestemmelse og det å bli bestemt over, og at fosterforeldrene i noen henseender må ha det siste ordet. Dette skjer kanskje best gjennom forpliktende avtaler

som er noe justerbare, men at ikke alt kan avgjøres ved åpen diskusjon. Vi har ingen bestemte meninger om hvordan de forskjellige unge flyktningene skal bestemme over egne penger eller inngå i et mer normal-mønster for norske familier med ungdommer, men vi tror det er viktig å ha forutsigbare avtaler som ikke kan endres med mindre spesielle forhold tilsier det. Det vi tenker på i denne sammenheng er blant annet hvordan man skal håndtere, helst forebygge, situasjoner hvor egne penger er brukt opp raskt og de står der uten penger til nødvendige ting, som for eksempel busspenger.

Vi har heller ingen oppskrifter på de unges ansvar og forpliktelser i dagliglivet hva angår egenomsorg, eget rom, egne klær, hjelpe til i huset, være med på besøk, gjøre jobber for fosterforeldrene som de kan tjene ekstra penger på og slik videre. Det vi understreker her er betydningen av å ha forutsigbare, avtalte rammer for å unngå unødige forhandlinger og konflikter. I denne sammenheng er det lurt å skrive ned de viktigste reglene og avtalene.

5: DEN MILDE, NORSKE AUTORITETEN ER OGSÅ EN AUTORITET, IKKE FORSLAG

Ett spesielt moment som vi har i tankene under denne overskriften er at barn og unge fra mange andre kulturer hvor patriarkatet og fravær av demokratisert barneoppdragelse er dominerende, ikke forstår den milde, forklarende norske autoriteten. De oppfatter ofte regler og påbud mer som forslag til adferd som de kan velge å følge eller la være. Mange har også vokst opp med at voksne ikke bare slår i bordet, men at de slår dem for å understreke autoriteten og forebygge lydighetsbrudd. Vi mener selvsagt ikke at man skal nærme seg denne praksis, men vil understreke at fosterforeldrene i ord og avtaler bestreber seg på å gjøre det tydelig hva som ikke er diskutabelt og hva som ikke er akseptabelt.

6: OM Å TOLKE NORSK UNGDOMS ADFERD I ULIKE SAMMENHENGER

Det finnes i hovedsak to «kanaler» for å tolke og forstå norske ungdommer i ulike sammenhenger, og selvsagt er sammenhengene mer enn kulisser – det er forskjell på å tolke på fotballbanen og i garderobedusjen etterpå for å nevne to sammenhenger. De to kanalene er hva de sier, språket, og den andre er hva de gjør, adferden deres inkludert det vanskelige kroppsspråket. To hoveddimensjoner er selvsagt om språket og signalene for øvrig er negative, fiendtlige og avvisende eller positive, vennlige og inviterende til kontakt.

Dessuten er det kulturelt vedtatte tegn som for eksempel å vise fingeren hos oss som en av de sterkeste avsky-tegnene. Selv ble vi forskrekket da vi fikk grov kjeft på flyplassen i Bagdad da vi la bena på stresskofferten og viste skosålene til dem som satt rett overfor oss. Det var et saftig uttrykk for forakt. Og i Dhaka ble vi tilskreket da vi viste tommelen opp. Vi vet ikke hvordan de pr. i dag har justert seg til «likes» på facebook! I alle tilfeller handler det om to kulturer, den nasjonale og kanskje mest ungdomskulturens egne tegn og lover og uforutsigbarhet.

Ett trekk ved ungdomskulturen har vi allerede nevnt, nemlig at de unge jentenes seksualiserte påkledding og adferd for øvrig ikke innebærer noen som helst invitasjon til fysisk intimitet.

Det kan være nyttig å lære de unge flyktingene at her som der handler det om TID – STED – MÅTE (time-mode-place heter det på engelsk). Man har andre regler for rop, skrik og bråk om natten enn dagen, helt andre krav til adferd i kirken sammenlignet med fotballbanen, i norsktimen sammenlignet med gymtimen, på hjemmealene-fest sammenlignet med konfirmasjon. Det er selvsagt mye vi voksne ikke vet om og forstår i ungdomskulturen, men det kan likevel være en nyttig øvelse og komme på mange eksempler på hvordan tiden, stedet og måten tilsammen bestemmer hva som er bra og ikke bra av adferd og signaler.

7: REGLER FOR SPRÅK OG OMGANGSFORMER

Vi har tidligere skrevet om adferd regulert av tid, sted og måte og vil her overføre tenkesettet til det indre dagligliv i fosterhjemmet. For å starte med språkbruk er det fornuftig å ha en åpen dialog som i første omgang dreier seg om uakseptable ytringer. I noen grad vil det variere i de enkelte fosterhjemmene, men vi går utfra at de fleste har en rød strek for ord og uttrykk som ikke vil bli tolerert.

Vi trenger ikke å gi eksempler her, men det kan også være kulturelt lærerikt å snakke om at det er noen forskjeller på sted, at det rett og slett er forskjeller på hva vi kan si hjemme men ikke ute. Og så er det språket som ikke er akseptert noen av stedene, men at det igjen er annerledes med «overtredelser» i det frie ungdoms-

miljøet og utenfor det. For eksempel med «fuck-you». Det kan selvsagt være flere tilfeller hvor brukeren av kraftuttrykk ikke vet hva han eller hun egentlig sier. En ung afrikansk jente som hadde sovnet på bussen til de kom til endestedet og sjåføren vekket henne og sa at hun måtte betale for tilbakereisen, ble rasende, sa klart fra, og hun slapp. Men hva hadde hun sagt? Det visste hun godt, men hun visste ikke hva det betydde: «Dra te hælvetel!»

En ting er ordenes innhold, noe annet er formen for samtale langs dimensjonen vennlig og grei og videre mot rasende, truende og direkte skremmende. Dette er det viktig å ha regler for, og som regel oppstår det situasjoner i dagliglivet hvor grensene blir illustrert.

En god idé er å trene på dette med rollespill når språket er blitt så avansert at det gir mening. Og da har man alle pedagogikkens frihetsgrader ved å si at nå skal du provosere meg og så skal jeg reagere på en akseptabel måte selv om vi krangler. Så gjør du det en gang til så skal jeg reagere på en totalt uakseptabel måte. Men husk: ikke gjør det uakseptable hverken hjemme eller ute!

8: RUTINER FOR SAMTALE, «HUSMØTE» MED TEMA-

LISTE, ALLE FÅR ORDET

I vårt arbeid med barn og familier som har annonsert problemer av ulike slag i dagliglivet, ikke minst i liv etter krig og flukt, har vi gode erfaringer med faste samtaletider, opplegg for disse og for bruk av hurtige «husmøter» for informasjon og beslutninger. La oss ta det første først så har vi lansert «Søndager klokken fire» møter med relativt faste opplegg hvor barna og de unge har ordet og skal snakke om det beste og verste som har hendt i uken, og ting de ønsker å forandre på. Inkludert i søndagssamtalene har vi også hatt en kort gjennomgang av hvor mye de er plaget av «tunge tanker fra fortiden». Møtet form er rundt bordet, saft og kjeks, og en voksen skriver stikkord som referat til neste gang. Det varer akkurat en time. Tidspunktet den gang, søndag klokken fire, ble valgt som den de rapporterte som den nasjonale, ukentlige «dødtimen». Vi vet ikke om det stemmer. Hver enkelt må finne denne timen og det er en avtale at alle skal delta. Husmøtet har mye å gjøre med forutsigbarhet, enighet og hurtigplanlegging. Det kan være alt fra å bestemme programmet for helgen, til å avgjøre om man skal gå på

«Vi vil understreke at fosterforeldrene i ord og avtaler bør bestrebe seg på å gjøre det tydelig hva som ikke er diskutabelt og hva som ikke er akseptabelt.»



fotballkampen eller se den på TV. Alle har ordet, og alle har en stemme, men noen må tilslutt ta den endelige avgjørelsen. Hovedeffekten av husmøte i dagliglivet er at alle impliserte sitter ned, om bare i fem minutter, ser hverandre og blir enige.

9: KONFLIKTKOMMUNIKASJON, KONFLIKTLØSNING, AVTALER

Flere av de forslagene vi har kommet med underveis er ment både å forebygge og løse mindre, dagligdagse konfliktsituasjoner, og fremfor alt anbefaler vi rutiner og rutinemessige former for dialog om vanskelige temaer og situasjoner. Vi vil også minne om alle de mulighetene som ligger i det vi kaller «etterpåklokskap».

Etter vår oppfatning blir dette anvendt alt for lite. Det vi helt konkret tenker på er at man bruker episoder, hendelser, kollisjoner av meget vanskelig og negativ karakter for samtale og analyser i ettertid. Man må selvsagt la være å velge situasjoner som er så spenningsladet, selv i ettertid, at de vil utløse nye konflikter. Det vi tenker på er at man i fred og ro og i ettertankens lys analyser den negative opptakten, forløpet og resultatet.

Det er sagt at «konflikter er det eneste man virkelig kan lære av».

Det kan nå være så som så, men vi tror det blir mer i ordtaket dersom vi aktivt går inn for å lære. Dessuten er det en oppfordring i seg selv at man ikke trenger å være så konfliktsky når man er enige i å håndtere dem slik at partene ikke sitter igjen og føler seg skadeskutte. Vi anbefaler fosterforeldrene å lese modulen om konflikter i veilederen UNG I NORGE som finnes i norske mot-tak, og ikke minst referansene i denne.

10: EGENOMSORG, STRESS, HÅNDTERING I DAGLIGLIVET

Mange av de enslige mindreårige flyktningene har en fortid før de la ut på reisen som endte i Norge, og ikke minst hendelsene underveis, som er så langt fra egenomsorg som man kan komme. For mange har det gått på livet løs over måneder og år. Det er klart at et slikt liv setter sine spor og lagrer mange negative forventninger som gjør at budskapet om å ta vare på seg selv kan virke meningsløst når overlevelse har vært hovedprogrammet.

Med egenomsorg tenker vi på alt fra å leve sunt, beskytte seg selv mot unødige påkjenninger, være

snillere med seg selv, søke aktivt om hjelp og støtte, ikke minst når det gjelder bedring av psykisk helse, det å ta inn passende porsjoner med egenkjærighet og tenke om seg selv som en verdifull person. Mange av disse impulsene må selvsagt komme fra de gode menneskene på utsiden for å bli aktive på innsiden. Idéer og impulser for dette kan fosterforeldrene sammen med de unge finne på nettet under overskriftene «stress-mestring» og «egenomsorg».

11: ROS OG BELØNNING

Atferd som får ros har tendens til å gjenta seg. Ros styrker også barnets selvtillit og selvfølelse. Barn som får ros utvikler også gode relasjoner til sine omsorgspersoner. Noen er kritiske til bruk av ros overfor barn og unge. De argumenterer med at de blir avhengig av ros og slutter å gjøre det de har fått ros for når rosen opphører. Noen hevder også at rosen hindrer at den unge utfører handlingen av egen vilje, men på grunn av ytre kontroll. Det er ingen grunn til å ta hensyn til disse innvendingene, i hvert fall ikke for unge som har vært utsatt for store belastninger og traumatiske opplevelser.

«Atferd som får ros har tendens til å gjenta seg. Ros styrker også barnets selvtillit og selvfølelse.»

Men ros må gis på riktig måte. Du skal være forsiktig med å rose barnet, f.eks. «Du er flink jente», «Du er en dyktig gutt», og i stedet

rose handlingen; «Det var en flott tegning, med så fine farger». Unge mennesker med belastende oppvekst har ofte et negativt selvbylde. De kan oppfatte seg selv som mislykkede, og ha negative følelser overfor seg selv. En ros som treffer personen kan virke motsatt av hensikten fordi den unge ikke kjenner seg igjen i rosen. Rosen er ikke da i overensstemmelse med den unges egen oppfatning av seg selv og vil kunne protestere mot rosen.

Du skal holde rosen ren. Ikke blande den med kritikk. Når man blander ros og kritikk er det kritikken som «sitter igjen» hos den unge. F.eks. «Du er flink til å lese, men du hadde en del feil på uttalen din». Rosen blir borte i kritikken av uttalen.

Ros den unges forsøk på å mestre noe og ha positive forventninger. Dette betyr at du ikke skal vente med å gi ros til den unge mestrer en ferdighet. Hvis den unge sliter med å få til noe kan du gi støttende kommentarer underveis. Du kan si «Dette er jammen vanskelig, det er flott at du prøver så hardt», og når den unge er ferdig med forsøket kan du si: «Jeg visste at du ville klare det» selv om forsøket ikke var helt vellykket. Da

oppmuntrer du barnet til å prøve å lære nye ting og du bidrar til å lære barnet å like å lære.

Noen ganger kan det være hensiktsmessig å bruke belønning. Det dreier seg da om handlinger som er spesielt vanskelige eller handlinger som den unge trenger ekstra motivasjon for å utføre, f.eks. husarbeid eller lekser. Vi skiller mellom materielle og sosiale belønninger. Materielle kan være en pizza på fredagskvelden eller en ting som den unge ønsker seg. Sosiale belønninger er å tilby en sosial opplevelse, som f.eks. å gå på kino, invitere venner hjem, besøke badeland osv. Forutsetningen for at slike belønninger virker er at den unge ønsker seg belønningen. En god idé er å invitere ungdommen til å fortelle deg hva det liker å gjøre og hva det liker å få slik at man har en «belønningsbank».

Noen ganger, spesielt for barn i grunnskolealder, men også barn i ungdomsalder, kan man gå veien om indirekte belønninger som f.eks. klistremerkesystemer eller poeng som byttes inn i reelle materielle eller sosiale belønninger. Utfordringen her er å lage et innbytte-system som er tilpasset alder og utviklingsnivå. Det er viktig at den unge blir grundig informert om systemet og får anledning til å bidra til utformingen av det. Det er noe som den unge ikke skal bestemme og andre ting som det kan bestemme. Den unge skal ikke bestemme hva klistremerke- eller poengsystemet skal virke på – dvs hvilke handlinger som det får belønning for. Omsorgspersonen skal velge det ut fra hva den unge trenger å lære eller gjøre. Ungdommen kan bestemme hvor mange klistremerker eller poeng det må samle før de kan byttes inn i en materiell eller sosial belønning, og det kan velge hvilken belønning klistremerkene eller poengene skal byttes inn i. Omsorgspersonens oppgave er å kvalitetssikre valget. For eksempel må antall klistremerker eller poeng være realistiske å oppnå innenfor en rimelig tidsramme og selve belønningen må være fornuftig og gjennomførbar. Når den unge har lært handlingen eller blitt vant til å utføre den ved hjelp av belønningssystemet skal systemet avvikles. Da inviteres det til en samtale der man forbereder den unge på at belønningssystemet skal tas bort og at det eventuelt overføres til en annen handling som det trenger motivasjonshjelp til å utføre. Du kan si til fosterbarnet: «Du har blitt veldig flink til å holde rommet ditt i orden i den senere tid og du trenger ikke lengre klistremerkesystemet for å greie det. Det er en annen ting vi synes det er viktig at du gjør. Det er å begrense dataspillbruken din. Som du vet så har vi diskutert at

du sitter veldig lenge med dataspill hver dag og vi er litt bekymret for at det er for mye. Det er mange ting du ikke får tid til å gjøre på grunn av all spillingen, f.eks. være mer sammen med Ali og de andre vennene dine. Er du enig i det? (Ungdommen bekrefter det). Vi vil derfor at du skal samle poeng hver gang du greier å avslutte dataspillingen etter en time.» (Den unge vil kanskje synes at én time er kort tid og foreslår 1 ½ time. Dette kan dere gjerne akseptere siden det er betydelig kortere tid enn vanlig). Så kan dere invitere til å bestemme hvor mange poeng som skal tjenes for hver gang han holder avtalen og hvor mange poeng som skal samles før innbytte i en belønning.

12: HVORDAN GI BESKJEDER

Selv om barn og unge gjør flere og flere handlinger i dagliglivet uten å bli bedt om det vil det alltid være nødvendig å gi enkelte beskjeder, spesielt når de skal gjøre noe de ikke pleier å gjøre, har glemt hva de skal gjøre eller når de er motvillige. Ofte gis beskjeder på en gal eller uhensiktsmessig måte og som fører til at den unge ikke utfører handlingen. Som regel fører dette til at beskjeden gjentas, kanskje med hevet stemme og ikke sjelden går det over i masing. Problemet med masing er jo at begge parter blir irriterte og det det skaper dårlig stemning.

Mye av dette kan unngås hvis man gir beskjeder på gode måter. For det første bør man reservere beskjeder til få og viktige handlinger. Det øker sannsynligheten for at beskjeden følges i seg selv. For det andre må beskjeden gis på en vennlig, rolig og høflig måte. Du må alltid sørge for den unges oppmerksomhet og ikke gi beskjeden i forbifarten, på lang avstand eller når barnet er opptatt med andre ting. Du bør gå bort til fosterbarnet, sette deg ned eller stå ved siden av det så du er på samme nivå, påkalle dets oppmerksomhet, få blikkontakt og så gi beskjeden. Gi bare én beskjed av gangen. Hvis man gir flere beskjeder i samme setning vil man huske bare én av dem, oftest den siste. Da er det urettferdig å bli irritert over at hun ikke følger alle.

Beskriv alltid hva den unge skal gjøre. «Slutt med et der!», «Vær snill gutt nå» eller «Du husker hva jeg sa?» inneholder ingen informasjon om hva du vil skal gjøre og inviterer til sarkastiske svar eller sinne hos den unge. Du skal i stedet f.eks. si «Jeg vil at du skal hjelpe Hanne med å sette bøkene tilbake i bokhylla» eller «Jeg vil at du skal sitte i sofaen» (når ungdommen ligger henslengt). Det lønner seg ikke å gi beskjeder i spørsmåls form, selv om beskjeden virker med



«human» på den måten. Derfor bør man unngå beskjeder som «Vil du rydde rommet ditt nå?» hvis du mener å gi en beskjed. Da åpner man opp for et valg og man må ikke bli overrasket over at ungdommen sier nei, eller ignorerer oppfordringen. Hvis du derimot faktisk vil invitere till å velge kan du selvfølgelig stille spørsmålet, men da må du også akseptere et avslag. Du bør heller ikke inkludere deg selv i beskjeden dersom du ikke mener det. «Skal vi rydde rommet» bør derfor bety at du inviterer til at dere deler på jobben.

Det er viktig at man unngår bestikkelser. En bestikkelse er å tilby den unge belønning for å få barnet til å utføre en handling, f.eks. «Du skal få denne hundrelappen hvis du gjør leksene med en gang vi kommer hjem». Du har da mistet kontrollen over ungdommens atferd og lagt opp til forhandlinger og ytterligere krav. Du må ikke bli overrasket om han svarer at han vil ha 200 kroner og likevel er det ikke sikkert at leksene blir gjort.

13: PROBLEMLØSNING

Alle barn og unge kommer enkelte ganger i konflikt med hverandre. Men ikke sjelden blir konflikter løst på uheldige måter. Konflikten kan ende opp i slåssing, og nesten bestandig er det en tapende og en vinnende part. Den dårlige løsningen skaper sinne, spesielt hos den tapende parten og det kan lett føre til uvennskap. Omsorgspersonene kan bidra til å lære barnet å løse problemer på med hensiktsmessige måter. Målene for løsningen skal være at den er rettfærdig, den må være gjennomfærdig og at begge parter har gode følelser i forhold til løsningen.

La oss tenke oss at Abdullah kommer sint og frustrert hjem og roper usammenhengende at Jens stoppet ham når han syklet med den nye sykkel, rev sykkel fra ham og syklet avgårde. Det du gjør er å stanse det du holder på med, gå bort til Abdullah, gi ham din fulle oppmerksomhet og spør: «Fortell meg hva som skjedde». Han vil da roe seg noe ned og fortelle hele historien. Inviter ham til å være mer spesifikk ved å spørre. «Hva skjedde da?» Han svarer: «Jeg løp etter ham, fikk tak i bagasjebrettet og dro i sykkel så den veltet». Du kan spørre videre: «Hva gjorde Jens da?», og han svarer: «Han ble sint, sa jeg var en bortskjemt drittsekk og dyttet meg i grøfta». Du spør så «Hva følte du da?», og han vil svare at han ble veldig forbanna. Du bekrefter hans historie med å oppsummere det han har fortalt. På den måten sikrer du deg at du har forstått historien og du signaliserer til Abdullah at du tar hans problem alvorlig. Deretter bekrefter du hans følelser ved å si

«Jeg forstår godt at du er sint» og dermed aksepterer du følelsene hans som legitime.

Det neste trinnet i problemløsningen er å invitere den unge til å komme opp med mer hensiktsmessige løsninger. Du kan spørre: «Kunne du gjort noe annet enn å ta tak i bagasjebrettet og velte sykkel?» Svaret på dette spørsmålet kan variere fra et like dårlig forslag til et godt forslag. Dårlige forslag, f.eks. «Jeg kunne kastet stein etter ham», kan besvares med følgende kommentar og spørsmål: «Det kunne du kanskje, men hva tror du Jens ville gjøre da?» Abdullah kunne da svare: «Han ville sikkert bli like sint, kanskje enda sintere». Dette er altså en øvelse i å tenke gjennom konsekvensene av handlingene som blir foreslått. Du kan gå videre å si: «Ja, nettopp, er det noe annet du kunne gjort som er bedre? På et eller annet tidspunkt vil Abdullah komme med et bedre forslag, f.eks. «Jeg kunne la ham sykle avgårde: Han ville sikkert stoppet ganske rask og kommet tilbake». Du svarer: «Ja, det tror jeg er riktig tenkt. Hva kunne du gjort videre?» Han svarer: «Jeg kunne foreslått at han får låne sykkel litt og at jeg kunne få den igjen litt senere». Det naturlige å svare da vil kanskje være: «Det er et godt forslag, da unngår du at han blir sint og du inviterer til samarbeid og at dere kan bli kompiser i stedet for uvenner». Forslaget ivaretar de tre målsetningene om at løsningen må være rettfærdig, gjennomfærdig og at begge parter har positive følelser for det. ■

*«Du skal holde rosen
ren. Ikke blande den
med kritikk. Når man
blander ros og kritikk er
det kritikken som “sitter
igjen” hos den unge.»*

C



PSYKOBIOGRAFI – METODE FOR Å RYDDE I KJELLER OG LOFT

RYDDE KJELLER FOR: TUNGE TANKER, VONDE MINNER, SORG OG TRAUMER FRA FORTIDEN

RYDDE LOFT FOR: PLAGSOMME, DÅRLIGE, NEGATIVE TANKER, STRESS OG MAKTESLØSHET I NÅTIDEN, URO OG BEKYMRINGER FOR FRAMTIDEN

INNLEDNING

Boken til Aaron Antonovsky fra 1987 om helsens mysterium har fått en egen gren i helseforskningen, salutogenese, det som gjør oss friske. Boken har holdt seg godt og kom på norsk 2012, hele tjuefem år etter! Det «mysteriet» han ville oppklare handlet om alle dem som hadde vært igjennom det aller verste i kortere eller lengre perioder i livet og som nå likevel kunne berette om et liv med forstanden, helsen og livskvaliteten i behold. Hva er Antonovskys svar på dette mysteriet? Hvilke faktorer i livets videre forløp var det som gjorde dem friske? Som overskrift over friskhetsfaktorene han fant har Antonovsky satt SAMMENHENG I LIVET.

Til tross for at livet i en periode så og si var blitt revet i fillebiter, hadde de klart å sette det sammen igjen til en farbar, oversiktlig vei å gå. Blant de elementene han nevner i denne prosessen har vi merket oss at han legger vekt på at det som hadde hendt ble begripelig og livet ble forutsigbart og igjen kontrollerbart. Han har derfor på mange måter vært en veiviser for vårt arbeid med barn og unge etter flukt fra konflikt og krig.

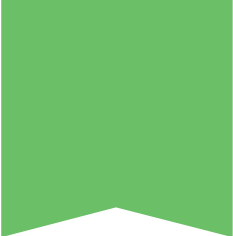
Denne rollen som veiviser har han delt med nålevende amerikanske professor James Pennebaker (Austin

University) som gjennom sin forskning på betydningen av å skrive ned, snakke om, sette ord på traumer og påkjenninger har konkludert med at de som gjør det har en bedre psykisk helse enn de som legger lokk på fortidens påkjenninger. Dette vi har skrevet her er dermed bakgrunnen for at vi anbefaler at de unge enslige mindreårige flyktningene lager det vi har kalt en psykobiografi fra sin oppvekst og sitt harde liv som enslig flyktning til et nytt land. Vi vil at de skal få hjelp til å «åpne opp» som er Pennebakers hovedbegrep og til å skape sammenheng i livet etter Antonovskys oppskrift.

DIN PSYKOBIOGRAFI

Våre største og mest berømte helseforskere som har studert hvorfor mange klarer å leve et godt liv i fremtiden selv om de over lengre tid har hatt det verre enn forferdelig, har et budskap til deg: du må prøve å skape åpenhet om og sammenheng i de verste minnene fra den vonde og verste delen av livet ditt. Vi har derfor laget et forslag til din «livsbok» så langt. Vi tenker at du skal gjøre dette i samarbeid med en av fosterforeldrene eller en fagperson du blir henvist til. Din psykobiografi vil da bli et hefte med dine beretninger om det vonde og verste, og du kan også ta med det gode og beste underveis. Du kan dele boken inn i små kapitler, eller gjøre det på din måte.

Her kommer våre forslag til inndelingen av beretningen om ditt liv fram til du er her som enslig, mindreårig flyktning i ditt nye fosterhjem. Du kan velge om du vil skrive det meste selv, men det går fint om du forteller det til noen som skriver ned det viktigste.



KAPITTEL 1 – DE FØRSTE LEVEÅRENE

Dette handler selvsagt om ting du ikke kan huske, men vi ber deg fortelle om det du har hørt av foreldre, søsken og andre om hvordan dere hadde som familie den tiden du var liten, selv om du ikke kan huske det.

KAPITTEL 2 – MINE FØRSTE BARNDOMS-MINNER

Her vil vi gjerne høre om det du kan huske fra du var liten, om mennesker du husker, besteforeldre for eksempel, og ting som skjedde rundt deg. Vi er interessert i alt du husker.

KAPITTEL 3 – DU BEGYNNER Å FORSTÅ AT DET IKKE ER SÅ TRYGT

Vi vet at mange blant dere kommer fra land og steder hvor det har vært uro lenge, og nå ber vi deg fortelle om de første minnene du har om at livet var utrygt og farlig, og om mulig hvordan du etter hvert forsto noe av problemene i landet ditt.

KAPITTEL 4 – DU BEGYNNER Å BESTEMME DEG FOR Å FLYKTE

Nå spør vi deg om når du og dine begynte å tenke at livet var så usikkert og farlig at noen måtte flykte, og hvordan du kom fram til, tenkte, hørte om andre, og tilslutt planla å dra fra hjemlandet eller fra flyktningleiren der du da bodde.

KAPITTEL 5 – FLUKTEN

Når det gjelder flukten er vi ikke interessert i selv ruten, hvor ferden gikk og alle detaljene, men du må gjerne fortelle det hvis du vil, men det som er viktig er at du er åpen om og forteller om, setter ord på, de verste og farligste hendelsene under flukten. Særlig viktig er det at du forteller om hendelser da du tenkte at du og de du kanskje var sammen med ikke kom til å overleve.

KAPITTEL 6 – MITT NYE HJEMLAND

Her vil vi gjerne at du forteller om møtet med det nye landet, om møtet med myndigheter og politi, om tid i mottak, og starten på oppholdet i fosterhjemmet.

KAPITTEL 7 – MEG SELV OM FEM ÅR FRA NÅ

Her står du helt fritt til å håpe og ønske hvordan livet ditt vil være fem år fra nå – hvor du er, hva du gjør og hva du tenker om framtiden. ■

*«Din psykobiografi vil
bli et hefte med dine
beretninger om det vonde
og verste, og du kan også
ta med det gode og beste
underveis. Du kan dele
boken inn i små kapitler,
eller gjøre det på din måte.»*

D



ARBEIDSBOKEN

«HVORDAN BLI EN GODT LIKT UNGDOM I NORGE»

HVA DU MÅ GJØRE MER AV OG HVA DU
MÅ GJØRE MINDRE AV – SAMARBEIDE OM
EN TEMALISTE – HVA ER VIKTIG OG HVA
ER MINDRE VIKTIG

Dette er ment som en idé til fosterforeldrene om å lage en liten notatbok sammen med den enslige mindreårige om tema ovenfor. De fleste vil gjerne bli en ungdom som blir godt likt. Og de fleste har selv meninger om hva de da må gjøre mer av, og hva de må gjøre mindre av i det daglige livet med kamerater og venner, så vel på skolen som i fritidslivet.

Samtidig kan fosterforeldrene bidra med noen «typisk norske» momenter. Om det så bare er stikkord, har vi erfart at det å få det ned på papiret har virket både bevisstgjørende på den unge og hos noen virkelig ført til at de la bort uhensiktsmessig adferd og erstattet den med positive innslag. ■

E



EN LITEN HUSKELISTE

HUSK 1

I arbeidet med enslige mindreårige flyktninger ble vi ofte nærmest forført av deres handlingskompetanse og spontane, og gjerne kraftfulle reaksjon i en vanskelig eller provoserende situasjon. Med forført mener vi at vi trodde de hadde mer på innsiden, at de forsto mer enn de gjorde, fordi de kunne være så gode på «ut-siden» – handlingssiden i mange praktiske situasjoner. Dette handler faktisk om vår faglige feilbedømmelse av barn med skadet barndom – generelt. De har lært seg mye «fighting spirit» som gjør at det tar lang tid før vi forstår hvor mangelfullt «møblert» de er på innsiden når det gjelder å reflektere, forstå og tenke og beregne før handlinger. Kanskje gir de oss en advarsel når de virkelig feilberegner og ber en uvennlig busssjåfør om å «dra te hælvet» eller de lager skikkelig bråk på fastlegens venterom fordi de har mistet timen når de kommer to timer for sent.

HUSK 2

Noe vi stadig måtte huske på i samspillet med de unge flyktningene var deres manglende forståelse av at relasjoner innebærer følelser. Det handlet for det første om at de betraktet relasjonene i et nytteperspektiv. «What's in it for me?» Hvis den gode person kom med et krav i stedet for et tilbud, var han eller hun ikke god lenger.

HUSK 3

Generelt har de en manglende forståelse for følelsene mellom relasjonene. De mangler det vi har fått gjennom oppveksten en automatforståelse at noe vi gjør kan føre til sinne, skuffelse og gråt. Endog avvisning – det forstår de ikke.

HUSK 4

Det er god språktrening å arbeide med et «emosjonelt leksikon» som man nå kaller det. Det vil si snakke om, gjerne rollespille, ulike følelser fra overraskelse til forakt, fra glede og empati til skuffelse og tristhet. Sammen med de mest alminnelige situasjonene som fører til de ulike følelsene. Her er det også store muligheter for gjensidig læring av kulturforskjeller

HUSK 5

En av de mest markerte kulturforskjellene når det gjelder uttrykk for følelser som vi observerte i samspillet med flyktningene var at vi snakket om hva vi følte, mens de uttrykte det direkte. De ble sinte og freste, mens vi kunne forklare dem at vi holdt på å bli irritert. De kunne gråte og skrike, mens vi sa at vi ble lei oss. De kunne protestere og bli opprørte, mens vi sa at vi ble forskrekket.

HUSK 6

Som vi tidligere har nevnt kommer de unge til oss med en rad automatreaksjoner skapt av den tøffe fortiden, mens vi i vårt roligere liv har omtanke og vurdering bak de fleste av våre reaksjoner. Det kan føre til at vi tror det er mer alvor i situasjonen enn det egentlig er, og de tenker at vi, med vår milde, kommenterende reaksjon, ikke tar situasjonen så alvorlig, nemlig at vi nesten ikke bryr oss når vi egentlig er ganske bekymret i situasjonen.

HUSK 7

Det de ikke forstår, husker de ikke. Det betyr at viktige ting vi vil formidle, må vi både tegne og illustrere, og fremfor alt gjenta med enkle ord. Gjerne mange ganger. Vi har lett for å glemme at de ikke har noen av våre knagger når det gjelder hendelser og referanser fra den norske fortiden, store norske personer, viktige norske hendelser, endog 17. mai må de får gjentatte, grundige forklaringer på. Det samme gjelder regjering, storting, kongehus og kjendiser. I en gruppe vi møtte over tid presenterte vi hver gang med bilde en viktig og kjent norsk person, alt fra Henrik Wergeland til Kjell Inge Røkke, statsminister Stoltenberg den gang og Mette Marit og Märtha Louise, Gro Harlem Brundtland og dronning Sonja og slik videre, gjerne med dagens avis dersom en meget kjent person var på forsiden, for eksempel Ole Gunnar Solskjær og Gunhild og Petter Stordalen. På kort tid kom de med mange tilbakemeldinger om at de hadde fått nye referanser til slike sentrale personene i den norske virkeligheten. ■

*«KULTUR ER ET ÅPENT
SYSTEM, SOM ER PÅ JAKT
ETTER VERKTØY,
SOM GJØR LIVET LETTERE
Å LEVE.»*

Magne Raundalen og Willy-Tore Mørch



Asker
kommune



Husbanken

EGMONT
Fonden

Finansiert av Barne- og likestillingsdepartementet, Husbanken og Egmont Fonden

Les mer om prosjektet «**Våre nye barn**» på: sos-barnebyer.no/varenyebarn

Kontaktinfo til prosjektet «**Våre nye barn**»: sos@sos-barnebyer.no