

Sluttrapport:

Forord

Dette prosjektet startet opp høsten 2017 og ble avsluttet med boklansering 10 oktober 2019. Det startet med et behov for en praktisk forankret kunnskapsoppsummering om asylsøkere, flyktninger – psykisk helse og livsmestring, rettet mot alle som i sitt frivillige arbeid eller daglige virke er i kontakt med mennesker som er kommet til landet via flukt. Sluttresultatet er en antologi med 21 hovedtemaer skrevet av 31 forfattere med bakgrunn som praktikere, forskere og spesialister, noen med egen flukterfaring. Boken ble utgitt på Universitetsforlaget og er i løpet av høsten 2019 solgt i 426 eksemplarer.

Rådet for psykisk helse vil rette en stor takk til Stiftelsen Dam som gjorde det mulig å drive det møysommelige arbeidet med å samle kunnskap og forfattere og lede arbeidet fram mot et manuskript med en helhetlig rød tråd og en god tematisk bredde. Takk også til Universitetsforlaget som publiserte boken. Så vil vi takke våre medredaktører Lars Lien, Ragnhild Dybdal, Irma Julardzija og Harald Siem for en betydelig innsats i dette arbeid. Sist, men ikke minst retter vi en stor takk til samtlige forfattere som har gitt av sin kunnskap, sine erfaringer og sin tid til skrivingen av denne boken. Til sammen utgjør dette en betydelig frivillig innsats.

Sammendrag

Målsetting, målgruppe og bakgrunn for prosjektet Bakgrunnen var den store flyktningestrømmen som kom til Europa og Norge i 2015. Brått ble det behov for et større mottaksapparat enn vi hadde og både ansatte i mottaksapparatet og frivillige gjorde en stor innsats for å ta imot mennesker på flukt. Flyktningenes helse ble straks et tema.

I Rådet for psykisk helse erfarte vi at vi rundt omkring i landet hadde mye god kunnskap om flyktninger, asylsøkere og psykisk helse, men lite av denne kunnskapen og disse erfaringene var samlet og systematisert. Dette satte vi oss som mål å få til i dette prosjektet Den overordnede målsettingen var å legge til rette for formidling av ny kunnskap, innsikt og forståelse i det daglige møtet mellom praktikere og asylsøkere, og gjennom dette utvikle gjensidig tillit og trygghet, respekt og samarbeid.

Den primære målgruppen i prosjektet er praktikere som arbeider på dette området.

Beskriv i hvilken grad oppsatte effektmål ble nådd Vi nådde målet med å utgi en bredt anlagt antologi med praktisk kunnskapsformidling som vil utgjøre et verktøy for målgruppen. Vi måtte samarbeide med et forlag om selve utgivelsen, så det har i første omgang ikke vært mulig for oss å gjøre bokens innhold gratis tilgjengelig. Situasjonen rundt flyktninger som kommer til Norge er svært endre i løpet av årene siden 2015 og slik det er nå, er det ikke et marked for kursvirksomhet knyttet til denne boken. Den er derfor spredt til mottatt, instanser og organisasjoner som jobber tett opp mot flyktninger og så ser vi at undervisningssektoren blir en viktigere målgruppe enn vi opprinnelig tenkte.

Prosjektgjennomføring/Metode

Vi startet med en invitasjon til relevante praktikere, forskere og interessert på dette området og arrangerte en work-shop der de interesserte på forhånd sendte inn et synopsis over tematikk de kunne tenke seg å skrive et kapittel om. Så etablerte vi en redaksjon bestående av fem medlemmer. Allerede første året inngikk vi avtale med Universitetsforlaget om utgivelse av manuskriptet i bokformat.

Vi arrangerte ytterligere to forfattersamlinger, gjennomførte til sammen ni redaksjonsmøter og en redaksjonssamling over tre dager da førsteutkastet til komplett manus var ferdig. Etter den samlingen,

fant vi at vi trengte ytterligere tre kapitler for å få dekket den viktigste tematikken på dette området. Den gikk vi så aktivt ut og ba noen skrive om.

Boken var ferdig trykket i september 2019 og vi lanserte den gjennom å arrangere to lanseringsseminarer, ett i Tromsø og ett i Oslo. Arrangementet i Oslo ble streamet direkte og filmet. Filmen er tilgjengelig på www.psykiskhelse.no

Resultater og resultatvurdering

Det fantes ingen bred fremstilling om dette temaet som ivaretar kravet både til høy faglig kvalitet og relativt lett tilgjengelighet rent språklig. Det er skrevet viktige artikler og bøker på dette området, men det manglet utgivelser som var tilrettelagt for et bredere publikum.

Prosjektets viktigste resultat at grunnleggende kunnskap om psykisk helse hos asylsøkere og flyktninger blir formidlet til praktikere, til dem som møter flyktningene i det daglige. Dette vil bidra til gjensidig trygghet i dette møtet, også når usikkerhet og uvisshet kan prege situasjonen. Basiskunnskap om flyktnings psykiske helse er også en forutsetning for å oppdage om noen sliter psykisk, og for å kunne bidra til forebygging eller god behandling.

Boken har fått gode anmeldelser og er solgt i 489 eksemplarer i 2019. Se også vedlagte medierapport for flere anmeldelser og omtaler av både lanseringen, boken og noen av forfatterne.

Oppsummering og videre planer

Kapitler fra boken er planlagt inn i pensumlister ved flere høyskoler/universitet. Universitetsforlaget har publisert boken i sin løsning for nettsalg av enkeltartikler, slik at det vil være mulig for praktikere og enkeltpersoner å kjøpe de artiklene de finner relevante til en lavere pris enn prisen for en hel bok. Rådet for psykisk helse skal i tillegg presentere boken ved flere anledninger under årets God Nok-festivalen i Steigen i juli. Dette er et av de stedene som fortsatt har et asylmottak.

Innholdsfortegnelse

Kap. 1 Bakgrunn for prosjektet	s.3
Kap. 2 Målsetting og målgruppe	s.3
Kap. 3 Gjennomføring	s.4
Kap. 4 Resultater, vurdering av effektmål og resultatvurdering	s.5
4.1 Bokens innhold	s.5
4.2 Lansering	s.6
4.3 Samfunnsmessig verdi og verdi for målgruppen	s.6
4.4 Mottakelse	s.6
Kap. 5 Oppsummering og videreføring av prosjektet	s.6

Kap. 1 Bakgrunn for prosjektet

Prosjektet har sin bakgrunn i den store flyktningestrømmen som kom til Europa og Norge i 2015. Brått ble det behov for et større mottaksapparat enn vi hadde og både ansatte i de ulike delene av mottaksapparatet og frivillige gjorde en stor innsats for å ta imot mennesker på flukt på en god måte. Flyktningenes helse ble straks et tema.

I Rådet for psykisk helse erfarte vi at vi rundt omkring i landet hadde mye god kunnskap om flyktninger, asylsøkere og psykisk helse, men lite av denne kunnskapen og disse erfaringene var samlet og systematisert. Dette satte vi oss som mål å få til i dette prosjektet.

Kap. 2 Målsetting og målgruppe

Den overordnede målsettingen var å legge til rette for formidling av ny kunnskap, innsikt og forståelse i det daglige møtet mellom praktikere og asylsøkere, og gjennom dette utvikle gjensidig tillit og trygghet, respekt og samarbeid. En slik gjensidighet er en forutsetning for god kommunikasjon, håndtering av utfordringer, og i en større sammenheng, det vi kaller for integrering.

Den sentrale delen av målsettingen er kunnskapsformidling til praktikerne, som gir grunnlag for å kunne håndtere spørsmål knyttet til psykisk helse bedre. Den overordnede målsettingen ivaretar dermed hensynet både til brukerne i hele mottaks- og integreringsprosessen, og også asylsøkerne og flyktningene. Det handler om å ivareta deres liv og helse på en best mulig måte. Her ligger det også noen prinsipper som handler om gjensidighet, tillit og respekt, der det både stilles krav til asylsøkere og flyktninger, og til de som møter dem i hverdagen.

Den primære målgruppen i prosjektet er den bredt sammensatte gruppen av praktikere som arbeider på dette området. Når vi bruker benevnelsen praktikere, betyr det i denne sammenheng alle som ikke primært har en akademisk, forskningsmessig eller forvaltningsbyråkratisk tilnærming til arbeidet. Det vil ofte være grupper med sosialfaglig, helsefaglig, språklig eller pedagogisk utdanningsbakgrunn, men også i høy grad mange ansatte og frivillige som i mange tilfeller kan ha høyere utdanning uten at denne er direkte faglig relevant. Altså, personell som driver hele mottaksapparatet med alt fra registrering av ankomster, midlertidig plassering i akuttmottak eller vanlige mottak, med alt hva det innebærer, med ansvar for helse, skole for barn, opplærings- og aktiviseringstiltak, helt frem til bosetting og integrering i kommunene. Dette inkluderer som nevnt mange som er frivillige, eller knyttet til frivillige eller humanitære organisasjoner. I målgruppen praktikere finner vi også mange fra helsetjenesten, blant dem også fastleger eller behandlere i spesialisthelsetjenesten, og også mange NAV-ansatte. Praktikere er også i en viss forstand mange av saksbehandlerne i forvaltningen, som registrerer ankomster, gjennomfører asylintervjuer, og dessuten mange i Politiet som kommer i kontakt med asylsøkerne. Den sekundære målgruppen er sluttbrukerne, nemlig asylsøkerne og flyktningene, som vi har skrevet litt om under målsetting

Kap. 3 Gjennomføring

I oppstarten av prosjektet gjennomførte Kristin Buvik, sosiolog ansatt ved Folkehelseinstituttet og frivillig i Røde Kors' asylmottak, en enkel forundersøkelse, med et enkelt spørreskjema og noen kvalitative intervjuer blant ansatte og frivillige ved asylmottak. Formålet var å avdekke kunnskapsbehov hos primærmålgruppen for prosjektet. Forundersøkelsen var ikke en del av opprinnelig prosjektplan og budsjett, men vi mener den var et viktig tiltak for å støtte oss i valg av temaer til boken. Ved omdisponering av midlene, knyttet til «andre utgifter» klarer vi allikevel å holde oss innenfor budsjetttrammene i 2017.

Prosjektleder og redaktør var rådgiver Arne Ørum. Han sluttet i Rådet for psykisk helse i mars 2017 og Hege Helene Bakke, cand. Polit. med hovedfag i sosiologi og seniorrådgiver i Rådet for psykisk helse overtok ansvaret for prosjektet.

Deretter etablerte vi en redaksjonskomité bestående av førsteamanuensis ved OsloMet, psykolog Ragnhild Dybdahl, professor ved Høgskolen i Midtnorge psykiater Lars Lien og organisasjonskonsulent Irma Julardzija, som har flyktningebakgrunn fra Bosnia. Hun arbeider i Norsk Folkehjelp og har mange års erfaring fra arbeidet med mottak av asylsøkere og flyktninger. Harald Siem var det sjette medlemmet av redaksjonskomiteen. Han har en master i Public Health og en doktorgrad i medisin og har vært medlem av fagstyret i NAKMI siden 2003. Vi mener dette var en solid faglig ivaretagelse av det omfattende redaksjonelle arbeidet som denne boken innebar.

Vi avholdt så en round-tablekonferanse med 40 deltakere på Høgskolen i Oslo og Akershus. I forkant av konferansen sendte vi ut en invitasjon til mulige forfattere der vi ba om forslag til tematikk for kapitler og synopsier til kapitler de kunne tenke seg å skrive. Vi fikk inn kapitelforslag også fra forfattere som ikke deltok på konferansen. Vi satt til slutt igjen med synopsier til 18 kapitler og fikk raskt et godt samarbeid med Universitetsforlaget som bistod oss både praktisk og økonomisk med utgivelsen av boken.

I opprinnelig prosjektplan undervurdert vi forfatterenes behov for å møtes på tvers av kapitler og for å få felles veiledning for å se helheten i boken og å finne en felles form på kapitlene. Det var viktig for hver enkelt forfatter at en så bred tematisk bok, allikevel opplevdes som en helhet. Vi arrangerte derfor flere workshops enn planlagt. Vi erfarte også etter hvert at en antologi som dette krevde en betydelig redaksjonell innsats. Alle redaktørene gjorde dette arbeidet frivillig, men vi så at vi måtte legge til rette for en lengre redaksjonssamling første gang vi satt med utkast til alle kapitlene i boken. I løpet av den samlingen så vi også at det var et par sentrale tema som ikke var behandlet, så vi gikk ut og bestilte tekster til dette. Dette medførte også omprioriteringer i budsjettet.

Endelig manuskript var ferdig utarbeidet våren 2019 og boken var ferdig trykket i slutten av september 2019. Til sammen endte boken opp med 21 kapitler skrevet av til sammen 31 forfattere/medforfattere.

Bettina Gamskjær har gjennomført en uavhengig evaluering av gjennomføringen av prosjektet. Hensikten var å vurdere om den planlagte gjennomføringsmodellen var hensiktsmessig for vårt formål. Hun konkluderer, som vi selv gjorde, at vi nok undervurderte behovet for oppfølging av forfattere i et så omfattende og ambisiøst skriveprosjekt, men at resultatet ivaretar de mål vi satte oss. Se vedlegget nedenfor for en detaljert evaluering.

Kap. 4 Resultater, vurdering av effektmål og resultatvurdering

4.1 Bokens innhold

I første del av boken ser vi nærmere på migrasjon i en historisk kontekst og framveksten av det internasjonale lovverket og hvordan dette skal speiles i profesjonenes og de frivilliges møter med flyktninger og hvilke dilemmaer som kan oppstå i møtet mellom et menneskes behov for hjelp og de begrensninger lovverk og tilgang på ressurser gir.

Deretter følger tre kapitler som på ulikt vis berører tematikk knyttet til seksuell helse og hvordan denne henger sammen med psykisk helse. Det finnes mange gode veiledere til støtte for hjelpere i møte med flyktninger som har vært utsatt for store belastninger. I kapittel 6 viser vi hvordan en av disse, en håndbok for å hjelpe kvinner som har vært utsatt for kjønnsbasert vold i krig, og hvordan denne og det verktøyet den gir kan brukes i konkrete situasjoner. Når det gjelder asylsøkere er det en konflikt mellom hensyn til grundig saksbehandling, og dermed en lang ventetid, og hensynet til asylsøkernes helse. Det er viktig at mottaksapparatet har kunnskap nok og tilgang på praktiske arbeidsverktøy for å styrke livskvaliteten og mestringsevnen i denne ventetiden.

Kapittel 7 og 8 er om barn, både barn i familier som har vært på flukt og enslige, mindreårige asylsøkere er tema her. I kapittel 7 beskrives viktige, psykososiale perspektiver i arbeidet med flyktningebarn mens vi i kapittel 8 oppsummerer en longitudinell studie som viser erfaringene til en gruppe barn som kom til Norge som enslige mindreårige asylsøkere.

Kapittel 9 til 12 handler om helsefremmende arbeid i asylmottak. Deretter følger tre kapitler om kommunikasjon og samtaler, bruk av tolk og tips om samtaleteknikker og hvordan man kan skape gode rom for viktige samtaler.

Kapittel 16 til kapittel 20 handler om livet etter bosetting i en kommune, hvordan styrke den psykiske helsen i en kommunal kontekst, og hvordan erfaringen med flukt og etablering i et nytt land kan prege livet gjennom livsløpet. Her deles erfaringer og kunnskap både fra Bergen kommune der de jobbet systematisk med å inkludere psykisk helse i introduksjonsprogrammet, og fra fastlegens kontor på Fjell, utenfor Drammen. Krevende og vanskelige livsopplevelser kan ikke alltid mestres alene, sammen med venner eller bare med støtte av det kommunale hjelpeapparatet. Noen får en psykisk lidelse og trenger mer spesialisert helsehjelp.

Boken avsluttes med et kapittel om helsehjelp til asylsøkere som har fått avslag på sin søknad om asyl i Norge, og enten venter på retur eller er ureturnerbare.

En slik bred samling av praksisnær kunnskap har ikke vært laget før. Boken er skrevet i et samarbeid mellom brukere med egen erfaring med flyktninger eller asylsøkere, brukere med praktikerbakgrunn og akademikere. Noen kapitler er mer aktuelle for grupper av ansatte og frivillige enn andre, avhengig av hvor en har sitt virke. Det er ikke meningen at alle skal måtte lese alt for å kunne ha glede av denne boken.

Dette er et samfunnsområde preget av sterke debatter og politisk styring. Vi har valgt å vektlegge den kunnskap og de erfaringer som kan styrke arbeidet i disse møtene og går ikke i dybden når det gjelder de politiske sidene ved mottak av flyktninger.

Prosjektet ble utviklet på et tidspunkt da antallet flyktninger til Europa og Norge var høyere enn på mange år, og antallet var forventet å øke sterkt. I løpet av prosjektperioden endret Europa og Norges politikk seg på dette området og i 2019 var antallet nye flyktninger som kom til Norge lavere enn på svært mange år, antall asylmottak betydelig redusert og organiseringen av mottaksapparatet endret. Det var derfor ikke et grunnlag for utvikling av egne kursmoduler basert på boken. Vi har i lanseringsarbeidet derfor jobbet mer rettet mot utdanningsinstitusjoner, UDI, flyktningemottakene og de frivillige organisasjonene for å fortelle at den finnes.

Se mer om boken her:

<https://www.universitetsforlaget.no/asylsokere-og-flyktninger-1>

4.2 Lansering

Boken ble lansert gjennom to lanseringsseminarer tidlig i oktober 2019. 1. oktober lanserte vi den i samarbeid med Universitetet i Tromsø og på Verdensdagen for psykisk helse 10. oktober lanserte vi den på Kulturhuset i Oslo. Begge steder deltok flere av forfatterne med innlegg fra sine kapitler. Til sammen deltok ca. 100 personer, alle fra prosjektets hovedmålgrupper, på disse to lanseringene. Arrangementet på Kulturhuset ble i tillegg streamet og filmen fra dette er tilgjengelig på Rådet for psykisk helses nettsider.

4.3 Samfunnsmessig verdi og verdi for målgruppen

Det fantes ingen bred fremstilling om dette temaet som ivaretar kravet både til høy faglig kvalitet og relativt lett tilgjengelighet rent språklig. Det er skrevet viktige artikler og bøker på dette området, men det manglet utgivelser som var tilrettelagt for et bredere publikum.

Prosjektets viktigste resultat at grunnleggende kunnskap om psykisk helse hos asylsøkere og flyktninger blir formidlet til praktikere, til dem som møter flyktningene i det daglige. Dette vil bidra til gjensidig trygghet i dette møtet, også når usikkerhet og uvisshet kan prege situasjonen. Basiskunnskap om flyktningers psykiske helse er også en forutsetning for å oppdage om noen sliter psykisk, og for å kunne bidra til forebygging eller god behandling.

4.4 Mottakelse

Boken har fått gode anmeldelser blant annet her: <https://sykepleien.no/bok/2020/02/hogt-ambisjonsniva-som-innfrir> og er solgt i 489 eksemplarer i 2019. Se også vedlagte medierapport for flere anmeldelser og omtaler av både lanseringen, boken og noen av forfatterne.

Kap. 5 Oppsummering og videreføring av prosjektet

Prosjektet har, i tillegg til å samle praktikere og forskere fra ulike miljøer, bidratt til økt oppmerksomhet om psykisk helse generelt, og flyktningers psykiske helse spesielt – om behandling, forskning og undervisning. Det er også et eksempel på forskningsformidling utviklet i samarbeid med praktikere, eller brukere.

Kapitler fra boken er planlagt inn i pensumlister ved flere høyskoler/universitet.

Universitetsforlaget bidro med betydelig økonomisk støtte til forfatterveiledning, korrektur, design og trykking av 1. opplag som de må få dekket gjennom salg av boken. Det har derfor

ikke vært mulig å gjøre tekstene gratis tilgjengelig via nett. Men forlaget har lagt den inn i sin løsning for nettsalg av enkeltartikler, slik at det vil være mulig for praktikere og enkeltpersoner å kjøpe de artiklene de finner relevante til en lavere pris enn prisen for en hel bok.

Rådet for psykisk helse skal i tillegg presentere boken ved flere anledninger under årets God Nok-festivalen i Steigen i juli. Dette er et av de stedene som fortsatt har et asylmottak.

Evalueringsrapport for prosjektet:

Asylsøkere og flyktninger

Psykisk helse og livsmestring

Bakgrunn for prosjektet

I 2015 opplevde Europa og Norge en omfattende flyktningestrøm fra især Syria, Afghanistan og Eritrea. Dette skapte mange utfordrende situasjoner siden Europa var lite forberedt på å ta imot den svære folkemengden. I Norge ble mange krefter mobilisert og mange trådte til med frivillig innsats, likevel strak ikke dette til. Det ble tydelig at Norge ikke hadde et mottaksapparat som klarte å ta imot alle asylsøkere og flyktninger på en ordentlig måte.

Etter denne erfaringen ble Rådet for psykisk helse invitert til en rundbordskonferanse for å forsøke å få på plass et seminar for de som jobbet i helsetjenesten, med fokus på opplysning om psykisk helse hos asylsøkere og flyktninger. Fra dette kom idéen til nærværende bok, det ble jobbet med søknad til Stiftelsen Dam og muligheten til å gjennomføre prosjektet ble en realitet.

I regi av Rådet for psykisk helse ble det gjennomført en forundersøkelse blant et lite utsnitt av ansatte på mottak for å avdekke hvilke tema det var behov for å inkludere i boken. Et av svarene fra behovs-undersøkelsen oppsummerer behovet slik: *«Vi trenger en slags grunnpakke i hvordan man skal møte mennesker i en spesiell situasjon. Beboerne her er i en liminal-fase, dette er bare et midlertidig stoppested. Hvordan kan vi som ansatte jobbe med disse menneskene?»*

Det var et ganske godt samsvar mellom temaene som allerede hadde blitt foreslått inkludert i prosjektbeskrivelsen til boken og de temaene som kom frem gjennom behovsundersøkelsen. Målgruppen for boken er tenkt å være en bredt sammensatt gruppe av praktikere som arbeider innen dette område. Dette kan være grupper med sosialfaglig, helsefaglig, språklig eller pedagogisk utdanningsbakgrunn, men også ansatte og frivillige som jobber i mottaksapparatet. Ansatte og frivillige kan i mange tilfeller ha høyere utdanning uten at denne er direkte faglig relatert til jobben de gjør i mottaksapparatet. I målgruppen er også ansatte i helsetjenesten, herunder fastleger, behandlere i spesialisthelsetjenesten eller eksempelvis NAV-rådgivere og saksbehandlere i forvaltningen.

Redaksjonen hadde et ønske om å få til «doble» forfatterskap i boken, i form av artikler som har både et akademisk og erfaringsbasert kunnskapsgrunnlag. Tverrfaglighet på tvers av akademia, institusjoner og fag. De inviterte derfor en rekke utvalgte fagpersoner med ulike bakgrunn til work-shop om bokprosjektet. Her la de frem ideene sine og også den gjennomførte behovsundersøkelsen ble lagt frem. Work-shoppen resulterte i en omfattende idé-bank og etablering av forfatterkonstellasjoner. Dette ga et bra utgangspunkt for

redaksjonen til videre arbeid, det ble tydelig hvilke emner det allerede var mulig å dekke med allerede inviterte fagpersoner, og det ble også klart på hvilke områder redaksjonen måtte søke etter ytterligere fagpersoner som kunne bidra til boken.

Redaksjonen har bestått av Lars Lien, spesialist i psykiatri og samfunnsmedisin, Ragnhild Dybdahl, psykolog og førsteamanuensis i psykologi, Harald Siem, lege og samfunnsmedisiner, og Irma Julardzija, rådgiver for flyktninger og inkludering i Norsk Folkehjelp. Redaksjonen ble innledningsvis ledet av Arne Ørum, Rådet for psykisk helse. Da han i startfasen av prosjektet (mars 2017) overgikk til en annen stilling tok Hege Helene Bakke, seniorrådgiver i Rådet for psykisk helse over som redaksjonsmedlem og leder for prosjektet. Redaksjonen har således en nok så bred faglig bakgrunn.

Prosjektet har blitt gjennomført med støtte fra Stiftelsen Dam (tidligere Ekstrastiftelsen) og en stor del frivillig arbeid fra bidragsytere og redaktører.

Utgangspunktet for evalueringsrapporten

Rammene for denne evalueringen er fastsatt i en avtale om evaluering av prosjektet inngått mellom Rådet for psykisk helse og undertegnede i februar 2017. I henhold til avtalen skal undertegnede gjennom jevnlig møter med prosjektleder, deltakelse på oppstartsmøte mars 2017, deltakelse på workshop med artikkelforfattere samt deltakelse på lanseringsseminaret (planlagt til 2018), evaluere om prosjektet gjennomføres i henhold til hovedmålsettinger, målgruppen, metode, valg av temaer og forfattere og formidling.

Undertegnede har deltatt på den innledende workshop (mars 2017) og har gjennom prosessen med bokens tilblivelse hatt jevnlig møter og drøfting med prosjektleder Hege Helene Bakke. Det har kontinuerlig vært framdriftsrapportering gjennom hele prosessen. Undertegnede har deltatt på forfattersamling på OsloMet (november 2017) og skriveseminar i regi av Universitetsforlaget med fokus på veiledning for å få til en ensartet stil for alle forfattere og fått kontinuerlige oppdateringer på. Undertegnede hadde dessverre ikke mulighet til å delta på lanseringsseminaret på Kulturhuset i Oslo på verdensdagen for psykisk helse, den 10.10.19, men fulgte lanseringen som ble streamet på YouTube. Avslutningsvis har undertegnede fått et ferdig eksemplar av boken for å kunne evaluere det ferdige resultatet og samsvaret med prosjektets opprinnelige målsetning.

Prosjektets målsetninger

I den innledende prosjektbeskrivelsen for boken beskrives målsettingen slik: *Den overordnede målsettingen er å legge til rette for formidling av ny kunnskap, innsikt og forståelse i det daglige møtet mellom praktikere og asylsøkere, og gjennom dette utvikle gjensidig tillit og trygghet, respekt og samarbeid. En slik gjensidighet er en forutsetning for god kommunikasjon, håndtering av utfordringer, og i en større sammenheng, det vi kaller for integrering.*

Den sentrale delen av denne målsettingen handler om kunnskapsformidling til praktikerne, som gir grunnlag for å kunne håndtere spørsmål knyttet til psykisk helse bedre. Den

overordnede målsettingen ivaretar dermed hensynet både til brukerne i hele mottaks- og integreringsprosessen, og også asylsøkerne og flyktningene, ('end users'). Det handler om å ivareta deres liv og helse på en best mulig måte. Her ligger det også noen prinsipper som handler om gjensidighet, tillit og respekt, der det både stilles krav til asylsøkere og flyktninger, og til de som møter dem i hverdagen.

Dette er en svært ambisiøs målsetning som både stiller store krav om bredde innen bidragene og om et bredt utvalg av fagfolk som ønsker å samarbeide og gi tverrfaglige bidrag til boken. Dette er målsetninger som gjennom både planleggingen og gjennomføringen av prosjektet har kommet tydelig frem, og som gjennom hele prosessen har veiet tungt i beslutningene som redaktørene har truffet.

Målsettingen for prosjektet avspeiles også gjennom den tenkte målgruppen. Å lage et anvendelig verktøy for den bredt sammensatte gruppen av praktikere som arbeider med asylsøkere og flyktninger på ulik vis. Dette stiller krav til både formen, formidlingen og innholdet i boken, og viser en ambisjon om å bygge bro mellom teori og praksis.

Prosjektets gjennomføring

Planleggingen av prosjektet har inkludert flere tiltak for å få på plass bidrag som er skrevet i samarbeid mellom fagpersoner med erfaringsbasert og akademisk kunnskapsgrunnlag. Innledningsvis har redaksjonen gjennom nettverket sitt kontaktet personer de har tenkt muligens kunne være relevante bidragsytere og invitert til «åpen» work-shop, med formålet å legge til rette for samarbeid, idéutveksling og drøfting av viktige temaer i boken.

Redaktørene har veiledet og bidratt hvor det har vært aktuelt, samtidig som de har jobbet med å sikre at alle vesentlige tema har blitt inkludert i boken, om ikke det har vært mulig å få til selvstendige kapitler om alle temaer, har de sikret at temaene har blitt dekket under andre kapitler. Å ha en slik fleksibel tilnærming er helt avgjørende for å lykkes med å gjennomføre prosjektet. Prosjektet har lagt opp til at fagpersonene selv har kommet opp med idéene til temaene i kapitlene og i utgangspunktet har de hatt frihet til å avgrense seg som de fant relevant. Redaktørene har veiledet hvor det har vært aktuelt for å sikre unødig gjentakelse av temaer, men siden boken også er tenkt som et verktøy/håndbok er det også tillat noe gjentakelse av temaer hvor temaet er vurdert relevant og nødvendig for flere kapitler.

Prosjektet startet for de fleste bidragsytere opp i forbindelse med work-shopen i februar 2017. Initialt var det tenkt at kapitlene skulle være omtrent ferdigskrevet og levert til redaksjonen i første kvartal 2018, denne prosessen ble imidlertid noe mer tidskrevende enn forventet og tidsrammen måtte utvides. I boken har 30 ulike fagpersoner bidratt, de aller fleste har bidratt til boken samtidig med at de har annen hovedbeskjeftigelse. Å få koordinert samarbeide, tatt hensyn til andre oppgaver og livet i all alminnelighet er ikke en enkel jobb med såpass mange bidragsytere. Å velge å utvide tidsrammen vurderes som en nødvendig avveining i forhold til å måtte kutte ned på bidragsytere eller utelate relevante kapitler, alternativt nok så langt inne i prosessen måtte finne andre fagpersoner som kunne si seg villige til å bidra.

Å jobbe med såpass mange bidragsytere med ulike fagbakgrunn gjør veiledningsoppgaven til redaksjonen omfattende, det har vært behov for ulike tilnærminger og ulike nivåer av veiledning på grunn av ulikt erfaringsnivå med skriftlige bidrag blant bidragsyterne. Redaksjonen arrangerte i samarbeid med Universitetsforlaget et skriveseminar i lokalene til forlaget med fokus på det å avgrense problemstillinger og generell drøfting av spørsmål knyttet til de enkelte kapitler. I forkant av seminaret var de forfattere som ønsket å delta bedt om å sende inn utkast, dersom de ønsket mer konkrete innspill. Videre har det, naturlig nok, vært behov for å gjennomføre et omfattende redigeringsarbeid på de leverte utkast for å samordne de språklig, og få de så like hverandre i forhold til kunnskapsnivå og formidlingsstil som mulig.

Siden prosjektet for de fleste bidragsytere begynte i forbindelse med den første åpne workshopen, hvor utgangspunktet var frie rammer til å komme med ideer til bidrag, har det også vært nødvendig å ta høyde for at slike ideer ofte trenger en modningsprosess og drøfting før de er klar til å komme ned på papir, særlig når det er tenkt som samarbeide på tvers av fagbakgrunn. Det er mulig at et mer regulert og redaksjonsstyrt opplegg i prosjektets tidlige fase kunne ha bidratt til å redusere tiden det har tatt å få boken ferdig. Imidlertid er det en styrke ved innholdet i boken at det er forfatternes vurderinger og prioriteringer som ligger bak innholdet. Om man hadde valgt en mer styrt prosess hadde det vært med risiko for at forfattere hadde trukket seg underveis i prosessen, om man da skulle finne nye fagpersoner som kunne bidra ville dette igjen ha forlenget prosessen. Videre ville det kunne hatt konsekvenser for bredden man har vært i stand til å oppnå i boken, noe som definitivt er en stor styrke ved den ferdige boken. Det ferdige formatet er anvendelig både som håndbok og som et samlet informativt verk som kan gi tverrfaglige perspektiver på et komplekst tema.

Bokens innhold

Boken er en antologi satt sammen av bidrag fra en lang rekke relevante fagmiljøer og fagpersoner. I boken forenes et praktisk perspektiv med relevant historisk kontekst og forskningsbasert empiri.

- 1. Migrasjonsprosesser** (*Astrid Christensen, spesialist i klinisk barne- og ungdomspsykologi*)
 - Bidrar med en bred forståelse av begrepet migrasjon både i historisk og nåtidig kontekst.
 - Setter flukt og flyktninger i en migrasjonskontekst og trekker frem utfordringer som uforutsigbarhet, å bli tatt imot i asylmottak og omstillinger for familier.
- 2. Historisk overblikk på flyktninger og psykisk helse i Norge** (*Sverre Varvin, professor i psykisk helsearbeid*)
 - Bidrar med å sette flyktningestrømmen i 2015 inn i en historisk kontekst, samt å sammenfatte utviklingen av flyktningretten, hvordan den har gått fra i utgangspunktet bare å gjelde for Europa til å være en del av internasjonal lov.

- Setter fokus på hvordan fremmedfiendtlighet og anti-islamske holdninger bidrar til at flyktninger kan bli marginalisert.

3. Etikk og menneskerettigheter i psykososialt arbeid med flyktninger (*Marit Christine Brochgrevin, spesialist i klinisk psykologi, Nora Sveaas, professor ved Psykologisk Institutt, Birgit Lie, lege og Ragnhild Dybdahl, førsteamanuensis i psykologi ved OsloMet*)

- Bidrar med å belyse betydningen av menneskerettigheter i konteksten av asylsøkere og flyktninger.
- Setter fokus på etiske refleksjoner og bruk av etiske retningslinjer i det daglige arbeidet.

4. Seksuell helse og mental helse i et innvandrerperspektiv (*Berit Austveg, pensjonert lege og tidl. leder av Helsetjeneste for innvandrere i Oslo*)

- Bidrar med å belyse betydningen av seksuell og mental helse for flyktninger og asylsøkere, med utgangspunkt i kulturelle forskjeller og ulike oppfatninger av kjønnsidentitet.
- Setter fokus på kulturelle forskjeller i tilgang på informasjon.

5. Kjønnsslemlestelse (*Grethe Savosnick, helsesykepleier og høskolelektor ved helsefakultetet på VID*)

- Bidrar med grunnleggende informasjon om kjønnsslemlestelse
- Setter fokus på erfaringsbaserte perspektiver fra samtalegrupper med somaliske kvinner

6. Kjønnsbasert vold i krig og psykisk helse (*Elisabeth Ng Langdal, leder i Health and Human Rights Info-database om mental helse og menneskerettigheter, Nora Sveaas professor ved Psykologisk Institutt UiO og medlem av to FN-komiteer i arbeid med torturbekjempelse, og Ragnhild Dybdahl, førsteamanuensis i psykologi ved OsloMet*)

- Bidrar med oversikt over hvordan kjønnsbasert og seksualisert vold brukes i krig.
- Setter fokus på verktøyer som kan brukes i arbeidet med flyktninger og asylsøkere som har opplevd kjønnsbasert og seksualisert vold

7. Psykososiale perspektiver i arbeid med flyktningbarn (*Marit Christine Brochgrevin, spesialist i klinisk psykologi, Helen Johnsen Christie, psykologspesialist og Ragnhild Dybdahl, førsteamanuensis i psykologi ved OsloMet*)

- Bidrar med oversikt over flyktningbarns (også enslige mindreåriges) rettigheter og muligheter i Norge.
- Setter fokus på innvirkningen av barnas opplevelser på deres psykososiale utvikling.

8. Med traumer i bagasjen (*Marianne Opaas, forsker ved Norsk kunnskapssenter om vold og traumatisk stress*)

- Bidrar med perspektiver på hva det betyr for evnen til å etablere et liv i et nytt land å ha flyktningebakgrunn; erfaringsbasert med utdrag av kvalitativt datamateriale fra «Behandling og rehabilitering av traumatiserte flyktninger».
- Setter fokus på posttraumatiske plager, opplevd ensomhet, betydningen av traumatiserte foreldre mv.

9. Veien fra adkomst til bosatt (*Ane-Marthe Solheim Skar, forsker på implementering, tidlig intervensjon, traumer og traumebehandling, Tine K. Jensen, psykologspesialist og professor ved Psykologisk Institutt, UiO og Keerththanan Selvavyagam kom til Norge som enslig mindreårig som 12 årig*)

- Bidrar med å sette fokus på oppvekst og utvikling under vanskelige forhold.
- Setter fokus på sammenhengen mellom opplevde tidlige livshendelser og fungering og psykiske plager.

10. Organisering, beboermedvirkning og frivillighet i asylmottak (*Olav Calidonio Strand, leder av Hobøl asylmottak og Irma Julardzija, rådgiver for flyktninger og inkludering i Norsk Folkehjelp*)

- Bidrar med perspektiver på hva som inngår i det å drive asylmottak, herunder perspektiver på å oppfylle formelle krav og sikre brukermedvirkning.
- Setter også fokus på samarbeide med frivillige lag og foreninger og hvordan dette kan bidra til aktiviteter til glede for alle parter

11. Helsefremmende arbeid i asylmottak (*Gudrun Nordmo, Klinisk sosionom og driver terapi- og veiledningspraksis, Grethe Savosnick, helsesykepleier og høyskolelektor ved helsefakultetet på VID, og Leoul Mekonen, sosionom, tolk og studieleder ved RBUP Øst og Sør*)

- Bidrar med perspektiver på ansatte i mottak, betydningen av at det er en svært sammensatt gruppe med ulike erfaringer og hvordan de påvirkes av ulike situasjoner.
- Setter fokus på forskjellige veiledningsmetoder av ansatte.

12. Sårbare og særlig hjelpetrengende asylsøkere i mottak (*Olav Calidonio Strand, leder av Hobøl asylmottak*)

- Bidrar med erfaringsbaserte perspektiver fra både ordinær og tilrettelagt asylmottak, og ikke minst hvilke vansker som vanlig oppleves blant flyktninger og asylsøkere.
- Erfaringer fra prosessen med miljøarbeid, herunder også bosetting av asylsøkere fra tilrettelagt asylmottak.

13. Samtaler med familier som gjenforenes i eksil (*Nora Sveaas professor ved Psykologisk Institutt UiO og medlem av to FN-komiteer i arbeid med torturbekjempelse, Sissel Reichelt, professor emeritus ved Psykologisk Institutt og Berit Berg, professor i sosialt arbeid og forskningssjef ved NTNU*)

- Bidrar med perspektiver på betydningen av familie og sosial støtte for å komme seg igjennom vanskelige livssituasjoner.

- Setter fokus på hva som kan være nyttig når familier gjenforenes i eksil og hvordan gjennomføre familiesamtaler både frivillige og i et forebyggende perspektiv.

14. Tips om kommunikasjon og selvhjelpsmetoder til mennesker i krise *(Heidi*

Wittrup Djup, psykologspesialist og daglig leder ved Klinikk for krisepsykologi, og Åshild Berle Fuglestad, psykologspesialist, senter for migrasjonshelse)

- Bidrar med perspektiver på hva som er viktig i kommunikasjon med flyktningene, og at noen vil trenge hjelp fra de offentlige hjelpetjenester.
- Setter fokus på en rekke konkrete teknikker som kan være nyttige verktøyer.

15. Bruk av tolk i samtale *(Åshild Berle Fuglestad, psykologspesialist, senter for migrasjonshelse og Heidi Wittrup Djup, psykologspesialist og daglig leder ved Klinikk for krisepsykologi)*

- Bidrar med perspektiver på bruk av tolk i kommunikasjonen med asylsøkere og flyktninger
- Setter fokus på at tolken er et kommunikasjonshjelpemiddel, hvordan det kan legges til rette for samtalen og at forholdet mellom klient og tolk er av betydning.

16. Undervisning og gruppetilbud i kommunen *(Heidi Wittrup Djup, psykologspesialist og daglig leder ved Klinikk for krisepsykologi og Åshild Berle Fuglestad, psykologspesialist, senter for migrasjonshelse)*

- Bidrar med perspektiver på forebyggende tiltak i kommunene, herunder undervisning og gruppetilbud.
- Setter fokus på hvordan utdanning om eksempelvis hjernens fungering kan hjelpe til økt forståelse av egne reaksjoner.

17. En fastleges erfaringer med fremmedspråklige pasienter *(Trygve Kongshavn, fastlege og spesialist i allmennmedisin)*

- Bidrar med perspektiver fra møter med fremmedspråklige pasienter i legesenteret.
- Setter fokus på likeverdige helsetjenester og hvordan møte pasienter med respekt, åpenhet, empati, nysgjerrighet og interesse.

18. Ruslidelse blant pasienter med migrasjonsbakgrunn *(Shahram Shaygani, spesialist i psykiatri og rus og avhengighetsmedisin)*

- Bidrar med perspektiver på migrasjonsspesifikke temaer innen ruslidelse.
- Setter fokus på hvordan kultur og religion kan virke inn på behandling av pasienten.

19. Vanlige symptomer og lidelser hos flyktninger *(Sverre Varvin, professor i psykisk helsearbeid og Lars Lien, spesialist i psykiatri og samfunnsmedisin)*

- Bidrar med perspektiver på vanlige lidelser hos flyktninger som stresslidelser, smerter, dissosiasjon, depresjon, angst, misbruk, alvorlige psykiske lidelser med flere.
- Setter fokus på forståelsen av resiliens i psykisk helsearbeid, og hvordan få til forebygging, rehabilitering og behandling.

20. Psykisk helse og smerter (*Trygve Fredrik Moe, fysioterapeut, lege og spesialist i psykiatri*)

- Bidrar med perspektiver på sammenhengen mellom psykisk lidelse og smerte
- Setter fokus på ulike aspekter av pasientbehandlingen, inkludert kulturell tilpasning.

21. Erfaringer fra Helsesenteret for papirløse migranter (*Sonja Bjaaland, sosionom og psykisk helsekoordinator på Helsesenteret for papirløse migranter, Linnea Näsholm, sosionom og virksomhetsleder ved Helsesenteret for papirløse migranter, og Trine Myhrvold, førstelektor ved Fakultetet for helsefag, OsloMet*)

- Bidrar med perspektiver på hvilke grupper som forstås som papirløse og hvilke vilkår de lever under.
- Setter fokus på hvordan pasienter opplever å delta i ulike aktiviteter og hvordan det kan bidra til mestring.

Format, utgivelse og lansering

Boken er satt opp på en måte som gjør den lett anvendelig, både som håndbok/oppslagsverk og som et samlet verk. Alle kapitler er tydelig markert med fargeskille, noe som bidrar til at det er lett og oversiktlig å finne frem i boken. Boken har en detaljert innholdsfortegnelse, med både kapitelloverskrifter og underoverskrifter. Kapitlene er tilpasset formatet, så alle er omtrent 10-15 sider og organisert med tilhørende referanser umiddelbart etter kapitlet. Dette gjør det enkelt for brukeren av boken å finne ytterligere litteratur relatert til emnet i det aktuelle kapittel. Avslutningsvis finnes det bakerst et kort register basert på de mest sentrale nøkkelbegreper, dette er nyttig om man ønsker å få oversikt over om et begrep er behandlet i flere ulike kapitler.

Boken er utgitt gjennom Universitetsforlaget. Dette er et forlag som henvender seg både til studerende og fagfolk, samt de som søker opp faglitteratur. Samtidig er det et forlag som er vant med å veilede arbeidet med redigering av antologier, og som har erfaring med å få samordnet bidragene således boken også fremstår som et helhetlig verk.

I forbindelse med utgivelse og lansering av boken ble det avholdt lanseringsseminar i Tromsø og på Kulturhuset i Oslo. I tillegg var det mulig å følge lanseringen på nett siden denne ble streamet på YouTube. Det var en fin mulighet for interesserte fagfolk å komme på lanseringsseminar for å få innblikk i bokens innhold. (Se vedlegg for liste over påmeldte til de to lanseringsseminarene.)

Evalueringsprosjektets gjennomføring og samsvar med målsetting

Å samle det som i utgangspunktet startet som en idé om en konferanse eller et kurs for fagfolk som møter asylsøkere og flyktninger i mottaksapparatet til en bok, er et svært omfattende og ambisiøst prosjekt. Det overordnede tema for boken er et svært omfattende tema, noe som gjør det utfordrende å avgrense de underordnede temaer som skal inkluderes.

Redaksjonen har tatt en rekke grep for å gjøre en slik avgrensning så meningsfull som mulig. Et av målsetningene for boken er at den skal kunne benyttes som et verktøy for de som jobber

i mottaksapparatet. At det i dette prosjektet innledningsvis er gjennomført en behovsundersøkelse blant de som er tenkt som en del av målgruppen for boken har hjulpet til en relevant avgrensning. Videre har den store bredde i fagkompetanse innad i redaksjonen, og overblikk over hva de enkelte forfattere inkluderer, også gjort at redaksjonen har kunnet bidra med veiledning i forhold til slike spørsmål og problemstillinger. Samlet bidrar dette til å sikre oppfyllelse av prosjektets målsetning om en bok som er anvendelig på alle nivåer i mottaksapparatet i Norge.

Et annet viktig aspekt av prosjektets målsetning var å oppnå bredde og anvendelighet i de ulike bidragene. Gjennom tydelig kommunikasjon om at det var ønskelig med «doble» forfatterskap og inkludering også av erfaringsbasert kunnskap har redaksjonen fått til stor bredde innen de ulike bidrag og mange «doble» forfatterskap. Omtrent alle kapitler har fokus på hvordan det aktuelle tema på ulik vis har implikasjoner for asylsøkere og flyktninger. Dette bidrar til at boken er direkte anvendelig også som håndbok i mottaksapparatet.

Det er en vanskelig og tidskrevende oppgave å koordinere bidrag fra såpass mange ulike fagpersoner, hvorav størsteparten i utgangspunktet også har andre jobber. Redaksjonen har kontinuerlig evaluert, veiledet og redigert bidragene gjennom hele prosessen, noe som har vært essensielt for å oppnå samsvar mellom de ulike bidragene.

Avsluttende oppsummering

Det som gjennom prosessen synes å ha vært det mest utfordrende med prosjektet er samtidig det som i det ferdige resultatet er prosjektets kanskje største styrke og unike bidrag i et felt hvor det er et stort behov for samlet tilgjengelig kunnskap: Å samle et bredt utvalg av flinke fagpersoner, med ulike faglige bakgrunner og ulike kompetanseområder, og deres erfarings- og akademiskbaserte kunnskapsbidrag i et verktøy til bruk i mottaksapparatet.

Alt i alt vurderes boken å være et vellykket og anvendelig verktøy innen et felt som sårt trenger denne type oversiktsverk. Det er selvklaart ikke mulig å dekke alle tema i dybden innen dette formatet, men i tillegg til å være et nyttig og praktisk verktøy, gir boken den grunnleggende bakgrunnen for den som måtte ønske å fordype seg mer.

Perspektiver videre

Det er i dag tydelig at flyktningestrømmen Norge opplevde i 2015 mest sannsynlig ikke var en enestående og isolert hendelse, men heller en bølge i en forventet rekke av bølger av asylsøkere og flyktninger som vil komme over de neste mange årene. Å ha verktøyer på plass for å opplyse og dele kunnskap og informasjon om hvilke utfordringer denne gruppen strever med og hva de kan oppleve som utfordrende og vanskelig i møte med det norske samfunn og norsk helsevesen er svært viktig. Det er nå klart at mottaksapparatet i det norske samfunnet blir nedjustert når ikke det er et akutt behov for ressursene, det er derfor særdeles viktig med slike erfaringsperspektiver som finnes i boken for å ta vare på erfaringen det norske samfunnet gjorde seg i forbindelse med flyktningestrømmen i 2015.

Med boken som utgangspunkt kan det vurderes også å formidle innholdet gjennom kurs/seminarer, (eventuelt digitale seminarer) for fagpersoner som jobber med asylsøkere og flyktninger. Her kan det være en mulighet å velge ut enkelte temaer og gå mere i dybden med disse.

Bettina Gamskjær Andersen
Psykolog



INFOMEDIA

Asylsøkere og flyktninger

Generert 20. mars 2020

Innhold (19 artikler fra 20. Jul 2019 to 03. Mar 2020)

Rådet for psykisk helse – 03. mars (Facebook – Rådet for psykisk helse)	2
Høgt ambisjonsnivå som innfrir – 20. feb. (Fagpressenytt)	2
Bokanmeldelse: Praktisk håndbok for møter mellom mennesker (Tidsskrift for Den norske legeforening) – 17. feb. (PsykNytt – siste nytt for psykisk helse-feltet)	2
Bokanmeldelse: Praktisk håndbok for møter mellom mennesker (Tidsskrift for Den norske legeforening) – 17. feb. (PsykNytt)	3
Rådet for psykisk helse – 11. des. (Facebook – Rådet for psykisk helse)	3
Praktisk håndbok for møter mellom mennesker – 11. des. (Tidsskrift for Den norske legeforening)	4
Fastlege og visesanger – eller omvendt – 14. okt. (Tidsskrift for Den norske legeforening)	4
Boklansering: Psykisk helse blant flyktninger – 11. okt. (ROP – Forskning)	7
Nasjonal ROP-tjeneste – 10. okt. (Facebook – Nasjonal ROP-tjeneste)	7
Rådet for psykisk helse – 10. okt. (Facebook – Rådet for psykisk helse)	8
Gir tid til folk på flukt – 10. okt. (Smaalenenes Avis, side 32)	9
BOK: Asylsøkere og flyktninger – livsmestring og psykisk helse – 09. okt. (YouTube – Rådet for psykisk helse)	10
Olav Strand bidrar i fagbok: – Bygger på erfaringer fra mottaket i Hobøl – 09. okt. (Smaalenenes Avis – Nyheter)	10
Strukturell vold mot flyktninger – 09. okt. (Psykisk helse – Bladet Psykisk helse)	11
Nasjonal ROP-tjeneste – 08. okt. (Facebook – Nasjonal ROP-tjeneste)	12
Psykisk helse blant asylsøkere og flyktninger – 08. okt. (ROP – Forsiden)	13
Rvts nord – 01. okt. (Facebook – RVTS Nord)	13
Nasjonal ROP-tjeneste – 21. sep. 2019 (Facebook – Nasjonal ROP-tjeneste)	13
Hobøl statlige asylmottak – 20. juli 2019 (Facebook – Hobøl statlige asylmottak)	13

Rådet for psykisk helse

Facebook – Rådet for psykisk helse – 03. mars 06:30

Av: Rådet for psykisk helse

Boka **Asylsøkere og flyktninger** har fått strålende kritikk på sykepleien.no av sykepleier og masterstudent i global helse Helsesenter for papirløse migranter Annlaug Selstø:

-Asylsøkere og flyktninger. Psykisk helse og livsmestring er ei velskriven og fagleg solid bok som gir nyttig innsikt. [...] Den har både breidde og spisskompetanse, fagleg tyngde og relevans..

Høgt ambisjonsnivå som innfrir

Fagpressenytt – 20. feb. 17:16

Av: Annlaug Selstø, Bokfakta Boktittel

Bokfakta Boktittel: Asylsøkere og flyktninger.
Psykisk helse og livsmestring Forfatter: Lars Lien, Ragnhild Dybdahl, Harald Siem og Irma Julardzija (red) Forlag: Universitetsforlaget, 2019 Sidetall: 328 ISBN: 9788215031514

Anmeldelse:

I 2015, då det kom store folkemengder som

flyktningar til Noreg og Europa, opplevde Rådet for psykisk helse at kunnskap om flyktningar og psykisk helse var å finna rundt omkring i norsk helsevesen, men at den ikkje var samla skriftleg. Dei sette seg då føre å lage ei bok som var nyttig i det praktiske arbeidet. Det har dei lukkast med.

Boka er også relevant dersom du ikkje er i den direkte målgruppa. Dei flest

Bokanmeldelse: Praktisk håndbok for møter mellom mennesker (Tidsskrift for Den norske legeforening)

PsykNytt – siste nytt for psykisk helse-feltet – 17. feb. 08:02

Av: Redaktøren

En praktisk bok med vekt på styrkende faktorer, skriver

Ill.foto: Colourbox.

Fire prosent av Norges befolkning har flyktningbakgrunn. I årene 2015–16 økte andelen av syriske flyktninger i Norge, mange av dem var enslige mindreårige asylsøkere.

Anmeldt av Hanne Heszlein-Lossius

De som har nådd våre grenser i nord, er ressurssterke mennesker. Men både motstandsevne og menneskelige ressurser kan påvirkes av flukt og etablering i et nytt hjemland. Hvordan kan vi best tilrettelegge for egenmestring hos dem som kommer hit?

Siden 2015 har mange nordmenn vært involvert i mottak og integrering av mennesker med flyktningbakgrunn i Norge: noen i sitt daglige arbeid, andre som frivillige. Forfatterens mål har derfor vært å samle og systematisere tilgjengelig kunnskap og erfaringer fra nettopp dette arbeidet.

Resultatet er en praktisk bok som ikke bare omhandler flyktnings og asylsøkeres psykiske helse, men som i tillegg vektlegger de styrkende faktorene som finnes i møter mellom mennesker.

Les mer: Praktisk håndbok for møter mellom mennesker (Tidsskrift for Den norske legeforening)

Lars Lien, Ragnhild Dybdal, Harald Siem et al., red. *Asylsøkere og flyktninger – Psykisk helse og livsmestring*. 322 s. Oslo: Universitetsforlaget, 2019. Pris NOK 449 ISBN 978-82-15-03151-4

Bokanmeldelse: Praktisk håndbok for møter mellom mennesker (Tidsskrift for Den norske legeforening)

PsykNytt –17. feb. 07:56

En praktisk bok med vekt på styrkende faktorer, skriver anmelderen. Ill.foto: Colourbox.

Fire prosent av Norges befolkning har flyktningbakgrunn. I årene 2015–16 økte andelen av syriske flyktninger i Norge, mange av dem var enslige mindreårige asylsøkere.

Anmeldt av Hanne Heszlein-Lossius

De som har nådd våre grenser i nord, er ressurssterke mennesker. Men både motstandsevne og menneskelige ressurser kan påvirkes av flukt og etablering i et nytt hjemland. Hvordan kan vi best tilrettelegge for egenmestring hos dem som kommer hit?

Siden 2015 har mange nordmenn vært involvert i mottak og integrering av mennesker med

flyktningbakgrunn i Norge: noen i sitt daglige arbeid, andre som frivillige. Forfatterens mål har derfor vært å samle og systematisere tilgjengelig kunnskap og erfaringer fra nettopp dette arbeidet. Resultatet er en praktisk bok som ikke bare omhandler flyktnings og asylsøkeres psykiske helse, men som i tillegg vektlegger de styrkende faktorene som finnes i møter mellom mennesker.

Les mer: Praktisk håndbok for møter mellom mennesker (Tidsskrift for Den norske legeforening)

Lars Lien, Ragnhild Dybdal, Harald Siem et al., red. *Asylsøkere og flyktninger – Psykisk helse og livsmestring*. 322 s. Oslo: Universitetsforlaget, 2019. Pris NOK 449 ISBN 978-82-15-03151-4

Rådet for psykisk helse

Facebook – Rådet for psykisk helse –11. des. 12:53

Av: Rådet for psykisk helse

<https://tidsskriftet.no/2019/12/anmeldelser/praktisk-handbok-moter-mellom-mennesker>

Fin omtale av høstens bok *Asylsøkere og flyktninger. Psykisk helse og livsmestring*.

Boka er aktuell for alle som arbeider med asylsøkere og flyktninger, uansett arena og forvaltningsnivå, og er utgitt på Universitetsforlaget.

Redaksjonen besto av Lars Lien, Ragnhild Dybdahl, Harald Siem og Irma Julardzija. Prosjektleder i Rådet for psykisk helse var Hege Helene Bakke..

Praktisk håndbok for møter mellom mennesker

Tidsskrift for Den norske legeforening –11. des. 01:32

Lars Lien, Ragnhild Dybdal, Harald Siem et al., red.

Asylsøkere og flyktninger Psykisk helse og livsmestring. 322 s. Oslo: Universitetsforlaget, 2019.

Pris NOK 449

ISBN 978–82–15–03151–4

Fastlege og visesanger – eller omvendt

Tidsskrift for Den norske legeforening –14. okt. 18:34

Fastlege Trygve Kongshavn spiller på mange strenger. Den mest populære barnesangen han har laget, har over en million avspillinger på Spotify.

Alle foto: Christian Tunge

Når konsertene blir utsolgt og barna synger med på Spotify-hiten «Æsj, bæs, promp og fis», virker avstanden stor til fastlegelivet. Men Kongshavn er godt fornøyd med valget om å bli lege med musikken som hobby, selv om det betød å takke nei til platekontrakt og i stedet fullføre turnustjenesten.

– Så blir man jo fanget i faget, det er nesten ikke til å unngå, konstaterer han.

– Hvorfor ville du bli lege?

– Da jeg var ni år gammel, fikk jeg en stygg brannskade og var innlagt i en måned ved Ullevål sykehus. Jeg likte å være der, med snille sykepleiere og leger som hjalp folk. Jeg tror jeg fikk lyst til å kunne jobbe der og blafre nedover gangene med hvit frakk.

Miles og Bob

Det er ikke mangel på kreative og musikalske årer i familien. Kona er lektor i drama og datteren er teaterregissør. Sønnen er musiker og spiller i bandet til Karpe (tidligere Karpe Diem), som igjen har ført til at Kongshavn har bandet til Karpe med seg på sine konserter for barn. Niesen Emilie Nicolas vinner stadig flere spellemannpriser.

Selv spilte Kongshavn i en visegruppe på gymnasen. Da han flyttet til Danmark for å studere, startet han en gruppe der også.

– Vi spilte inn to plater og spilte på flere festivaler. Roskilde er vel den best kjente, forteller han.

– Fra 1976 var jeg med på å starte Midtfyns Festival. Den ble stor etter hvert. Vi fikk større og større navn. Jeg har truffet Bob Dylan, Miles Davis og mange andre av de store musikerne fra den tiden. Jeg var så heldig å få være konferansier, introdusere dem på den store scenen og snakke med dem på forhånd. Vi var like store som Roskilde i en periode. På det meste var det 65 000 deltakere på festivalen.

Trygve Kongshavn

Født 3. august 1953

Cand.med. 1984, Universitetet i Odense

Spesialist i allmennmedisin 1993

Leder i Buskerud legeforening 2006–07

Fastlege ved Fjell legesenter 1990–

Leder av praksiskonsulentordningen ved Vestre Viken helseforetak

Har gitt ut platene «For liten og for stor» og «Verdens snilleste barn»

– Eksisterer den fortsatt?

– Den har ligget nede i noen år med nye eiere og et generasjonsskifte. Vi booket inn musikken vi kunne og kjente band som alle likte. Roskilde var nok mer nyskapende og klarte seg bedre på sikt av den grunn.

Festivalen gjenoppsto i 2019, nå uten Kongshavn som konferansier. Sjangermessig er det et sprang til musikken han lager for barn.

– Mitt første barnebarn, Jakob, var inspirasjonen til den mest spilte sangen. Han lagde sine egne varianter av barnesanger, hvor enkelte ord stadig ble byttet ut med bæsje.

Da han fikk høre første versjon av «Æsj, bæsje, promp og fis», lo han som aldri før.

– Da skjønte jeg at jeg var inne på noe, smiler Kongshavn.

– Det er noe av det jeg liker med å spille for barn. De er helt ærlige på hva de liker, og gir umiddelbar tilbakemelding.

Fastlege på Fjell

Etter turnustjeneste i Horten fikk Kongshavnansen for allmennmedisin. Det var lyst ut en stilling på Fjell i Drammen, stedet som for noen bare forbindes med Therese-saken i 1988 og for andre som et av områdene i Norge der varsellampene blinker, med stor andel innvandrere og dårlige levekår.

Helse hos innvandrere er blitt en rød tråd i yrkeskarrieren. Rådet for psykisk helse har nylig gitt ut en bok med tittelen

Asylsøkere og flyktninger – psykisk helse og livsmestring, og Kongshavn har skrevet et kapittel om erfaringer som fastlege på Fjell legesenter.

– Hvordan er det å være fastlege på Fjell?

– God tid er viktig. Du kan ikke ha så mange konsultasjoner i løpet av en dag. Hvis jeg skal ha en tolkesamtale, setter jeg alltid av en halvtime. Hvis et familiemedlem følger med og tolker, sier vi alltid at vi bestiller tolk til neste gang. Familie skal ikke måtte ta på seg ansvaret for tolkingen. Noen ganger ønsker vi å snakke med pasienten uten pårørende, for eksempel når en kvinne er pasient og mannen fører ordet. Hvis man sier ifra på en hyggelig måte, så godtas det.

Jeg synes alle i landet bør få helsehjelp

En kjent problemstilling er folkesykdommen diabetes.

– Jeg har vært opptatt av diabetes, og det er en hyppig diagnose på legekantoret. Tyrkerne, som er den største innvandrerguppen på Fjell, spiser mye dessert som nærmest er sukkerbomber. Det er viktig å kunne litt om deres kosthold for å gi råd og veiledning. Hele legesenteret dro faktisk på studietur til Tyrkia en gang. Vi reiste til små og store

byer hvor pasientene våre kommer fra opprinnelig, og traff til og med noen gamle pasienter.

– Du har vært opptatt av papirløse flyktninger?

– Jeg tror ikke innvandrere eller papirløse blir i Norge på grunn av helsehjelpen. Jeg tror det kan være samfunnsøkonomisk nyttig at de får behandling før det spisser seg til og blir en situasjon som krever øyeblikkelig hjelp. Jeg synes alle i landet bør få helsehjelp. Det skulle ikke vært behov for et «hemmelig» legekantor, i regi av Kirkens Bymisjon og Røde Kors, for personer uten papirer.

Kongshavn har jobbet der også, men andre har bidratt mer, understreker han.

Innvandrermedisinsk klinikk

– I Danmark har de laget flere «innvandrermedisinske klinikker». Det har jeg lyst til å lære mer om. Jeg tror det er behov for å etablere et tilbud til mennesker med komplekse, multimorbide og utfordrende problemstillinger hvor språk og kultur vanskeliggjør likeverdig behandling.

Tilbudet favner både psykiske og somatiske lidelser og sosiale problemer. Ved klinikken i Odense har man utvidet tilbudet til også å gjelde ikke-innvandrere.

– Det dreier seg om pasienter med så komplekse tilstander at et godt teamarbeid er nødvendig. Pasienten blir ikke nødvendigvis frisk, men målet er å hjelpe pasienten til å mestre sin sykdom og sine plager bedre. Vi har ikke noe slikt i Norge, det hadde vært interessant å prøve. I Danmark ligger dette under infeksjonsmedisinsk avdeling, og både kulturkonsulent og praksiskonsulenter er ansatt.

Vi må gi leger lyst til å bli allmennleger

– Er det nødvendig?

– Jeg har møtt noen motforestillinger. Enkelte spør om det trenger å være et eget tilbud for innvandrere. Jeg tror et tilbud til nevnte målgruppe kan være klokt, både med tanke på likeverdighet og samfunnsøkonomi. Vi kan kanskje ikke kalle det innvandrermedisin her i landet, da. I Danmark er de ikke så politisk korrekte. De kaller en spade for en spade.

Fastlegeopprøret

– Hva tenker du om den eskalerende fastlegekrisen?

– Jeg tror ikke det handler så mye om de konkrete oppgavene, men kanskje mer om at bøtta er helt full. Vi trenger flere bøtter. Eller leger, da. Vi må få til noen gode økonomiske løsninger for de som vil inn og de som skal ut av fastlegeordningen.

– Én ting er det økonomiske, hvordan skal man få leger til å bli fastleger og fortsette?

– De fleste jeg kjenner trives godt med å være fastleger. Det er veldig mange engasjerte, flinke og pliktoppfyllende leger der ute. Vi må formidle hvor interessant jobben er. Du får lov til å være detektiv, følge opp sykdommer og ha gode samtaler. Folk åpner seg om det utroligste når en er flink til å prate med folk.

– Hva skal fastlegene gjøre mindre av?

– Kanskje kunne vi spart inn litt på byråkrati- et. Vi må gi leger lyst til å bli allmennleger. Vi er viktige aktører for helsesystemet, både portåpne- re og portvoktere. Gjør vi fastlegene en god jobb og samarbeider godt, er det utrolig hva vi kan få til. Det jobber jeg med på sykehuset, der jeg leder praksiskonsulentordningen i Vestre Viken.

– Dette bryr du deg om?

– Ja, det har tradisjonelt vært et skille mellom primærhelsetjenesten og spesialisthelsetjenesten. Vi må øke forståelsen for hverandres oppgaver. Alt handler om å få til gode pasientløp. Pasientløpet begynner ikke når de kommer inn døra på sykehu- set, det begynner før og slutter lenge etter at de forlater sykehuset.

Badminton og Beatles

– Du angrer ikke på yrkesvalget?

– Jeg er glad for at jeg ikke hadde mer tro på meg selv som musiker, eller singer-songwriter som det vel er mer passende å kalle meg. Jeg tror ikke jeg hadde hatt nok talent til å bli musiker på heltid.

De musikalske ambisjonene har allikevel ikke manglet.

– Da jeg var ti år gammel ville jeg helst vært medlem av The Beatles, humrer han.

– Musikken gir deg mye påfyll, er det annet du liker?

–Jeg liker å reise og jeg liker å gå tur. Jeg er ikke så glad i sand og strand. Mange går nok mer i fjellet enn meg, men jeg liker det godt. Jeg er glad i badminton og tennis. Da jeg var student, startet jeg med badminton og spilte i serien i Danmark, i sjette divisjon eller noe sånt. Der er badminton en folkesport.

Jeg blir ekstra stolt når barn husker sangene mine

– Du setter pris på å skrive?

– Jeg liker å skrive sangtekster til barn, først og fremst.

– Er det noe du skulle ønske du hadde gjort?

– Ikke i legelivet, tror jeg. Jeg trives med li- vet mitt. Jeg har en god balanse når jeg jobber både i sykehus, allmennpraksis og rekker å dyrke noen hobbyer. Jeg blir ekstra stolt når barn hus- ker sangene mine. Jeg skulle kanskje ønske at jeg hadde vært tidligere ute med barnemusikk, men så hadde jeg kanskje ikke inspirasjonen før jeg fikk barnebarn.

– Kommer det mer?

– Ja, svarer han raskt.

– Jeg vet ikke om det kommer en plate, men det kommer noen singler. Jeg lager nye sanger, og så lager jeg en bok for tiden.

– En barnebok?

– Fra en dyrelandsby i Afrika. En gammel ele- fant forteller historien, og det skjer mye rart med mange ulike dyr. Jeg fletter sammen historiene, samarbeider med en svensk illustratør og skriver sanger som hører til. Jeg håper det er et prosjekt jeg klarer å lande. Det er gøy å skrive for barn, du kan hente frem barnet i deg.

– Du har snart barnebarn som er tenåringer? Blir det annen musikk da?

Han trenger ikke å tenke seg om.

– Jeg tror ikke jeg skal hente frem tenåringen i meg.

Boklansering: Psykisk helse blant flyktninger

ROP–Forskning –11. okt. 12:17

Av: Frøy Lode Wiig

På Verdensdagen for psykisk helse ble boka «Asylsøkere og flyktninger – livsmestring og psykisk helse» lansert i Oslo. NKROP-leder Lars Lien er én av redaktørene.

– Vårt aller viktigste budskap i boka er at vi som møter flyktninger og asylsøkere skal være bærere av håp, sa Hege Bakke fra Rådet for psykisk helse da hun ønsket velkommen til lanseringen «Asylsøkere og flyktninger – livsmestring og psykisk helse» i Oslo på Verdensdagen for psykisk helse 2019.

Det er Rådet for psykisk helse som står bak antologien, og boka er utgitt på Universitetsforlaget. Bakgrunnen for prosjektet var flyktningestrømmen som kom til Norge og Europa i 2015.

– Jeg skulle gjerne hatt denne boka da jeg jobbet på mottak den gangen, der jeg hadde ansvar for å organisere og koordinere alle de frivillige som ønsket å bidra, sa Irma Julardzija.

Et praktisk verktøy

Hun er en av redaktørene av boka, sammen med NKROP-leder Lars Lien, Ragnhild Dybdal, Harald Siem og Hege Bakke. Boka oppsummerer og systematiserer kunnskap om psykisk helse hos flyktninger og asylsøkere, og redaktørene håper den vil være et praktisk og nyttig verktøy.

– Mennesker som flykter fra sitt hjemland tar sitt livs viktige valg. De flykter fordi de har et ønske om en bedre fremtid. Men krevende livshendelser gjør også at man blir ekstra sårbar, understrekte Hege Bakke, fra Rådet for psykisk helse.

Nasjonal ROP-tjeneste

Facebook–Nasjonal ROP-tjeneste –10. okt. 18:22

Av: Nasjonal ROP-tjeneste

<https://www.facebook.com/roptjenesten/photos/a.270224344889/10157452987294890/?type=3>

Rådet for psykisk helse lanserte boka «Asylsøkere og flyktninger helse og livsmestring» i Oslo i dag, på Verdensdagen for psykisk helse. Redaktørene Irma Julardzija (t.v.), NKROP-leder Lars Lien og Ragnhild Dybdal håper boka blir et nyttig verktøy og kilde til kunnskap..

– Vi må også huske at flyktninger og asylsøkere lever liv som ofte er preget av ekstrem usikkerhet, sa Bakke.

I alt 29 forfattere har bidratt til antologien, som blant annet inneholder kapitler om etikk og menneskerettigheter, seksuell helse, om veien fra ankomst til bosetting og om hvordan man kan organisere hverdagen og arbeidet på et asylmottak.

NKROP-leder Lars Lien har sammen med Sverre Varvin skrevet et kapittel om vanlige symptomer og lidelser hos flyktninger. Det er også et eget kapittel viet ruslidelser hos pasienter med migrasjonsbakgrunn.

Tid til besvær

Blant innleiderne på lanseringsseminaret var Leo Ajkic, blant annet kjent som programleder av NRK-serien Flukt. Ajkic er opprinnelig fra Bosnia, og måtte flykte fra krigen på Balkan. Han kom til Bergen og Norge da han var 11 år gammel.

– Det viktigste for alle mennesker er å føle tilhørighet. I dag blir folk sittende i mottak i årevis. De får ingen tilhørighet til sitt nye land eller nye folk – og de får altfor mye tid til å tenke, mente Ajkic.

Irma Julardzija var inne på det samme.

– Det er så mange som skal kommunisere så mye på så kort tid ovenfor denne gruppen. Og så er det lange perioder med total stillhet, og enorm usikkerhet, påpekte hun.

Målgruppa for boka er alle som møter flyktninger og asylsøkere, det være seg politi, ansatte på mottak eller i kommunene eller frivillige.

Rådet for psykisk helse

Facebook – Rådet for psykisk helse – 10. okt. 14:50

Av: Rådet for psykisk helse

<https://www.facebook.com/psykiskhelse/photos/a.10151653738175745/10156704373365745/?type=3>

I dag feirer vi Verdensdagen for psykisk helse med å blant annet lansere antologien Asylsøkere og flyktninger – livsmestring og psykisk helse.

Leo Ajkic, slampoet Sofie Frost og flere av forfatterne leverte forrykende bidrag på en fullsatt lansering.

Flyktninger som har nådd så langt som til våre grenser, er ressurssterke. Det de ønsker for sin egen

psykiske helse, er å se framover, skape en god og trygg framtid for seg og sine.

Alle har en psykisk helse, og negative livshendelser gjør oss sårbare. Boken synliggjør hvordan vi best mulig kan legge til rette slik at mennesker med flukterfaring, i en asylsøkerfase eller en etableringsfase med bosetting i en kommune kan ta i bruk sine ressurser.

Boka er utgitt på Universitetsforlaget og er laget med støtte fra Stiftelsen Dam gjennom Rådet for psykisk helse. Redaktør Hege Helene Bakke..

Gir tid til folk på flukt

Smaalenenes Avis, side 32 –10. okt.

Av: Guri Rønning

SIDEN SIST i Smaalenene

TIPS OSS 909 70 700

REVESTREKER



Nå blir det post i
enda en butikk i
Askim. Men i post-
kassen blir det
stadig mindre.

Mikkel

PÅ TRÅDEN

redaksjonen@smaalenene.no



SPILLER OPP: Jamt har
mange spillejobber, som her
på Indre Østfold Festival i mai.

Vender tilbake til Tomter-pub

HOBØL: Førstkommende
lørdag, 12. oktober, står det
lokale coverbandet Jamt på
scenen på Tomter Kafé og Bar
igjen.

– Sist vi spilte på Tomter var
det så gøy at vi booket ny dato
med det samme. Lørdag skal vi
nok en gang sette vårt preg på
denne koselige, lille puben
med det store hjertet, skriver
bandet selv.

Jamt består av fire musikere
med lang erfaring fra hva som
fungerer på bygdefest. De fire
er John Ivar Nelson (vokal/
gitar), Anders Halvorsrød
(trommer/koring), Morten
Hauer (bass/vokal) og
Torgeir Flydal (gitar).

– Her blir det høy allsangfak-
tor, lover pubinneholder Randi
Martinsen.

Åpent hus på verdensdagen

TRØGSTAD: I forbindelse
med Verdensdagen for psykisk
helse holder Puls Aktivitetstil-
bud i Skjønhaugenga 3 åpent
hus nå i ettermiddag. Det blir
utstilling og salg av produkter,
musikalske innslag med
kulturskolen og foredrag ved
Helene Back med teamet «Min
reise».

– Vi serverer sveler og kaffe.
Arrangementet er gratis og
åpent for alle, sier Marianne
Gjerland i Trøgstad kommune.

Ga 700.000 kr. til rullerleskøløype

MARKER: I artikkelen om det
nye rullerleskianlegget på Kjølør
Sportscenter i gårshagens avis,
kom vi i skade for å oppgi en
gal sum. Gjensidigestiftelsen
har bidratt med 700.000
kroner til anlegget – ikke
200.000 kroner som det sto i
artikkelen. Smaalenenes Avis
beklager feilen.



FORSTERKET AVDELING: Siden 2005 har Hobøl mottak hatt en forsterket avdeling med 18 plasser. Hit kommer flyktninger som sliter med sin psykiske helse. – Det er viktig at vi har faste ansatte som snakker ulike språk. Det gir trygghet for folk som sliter, sier Strand.

Gir tid til folk på flukt

Et rakettnedslag i Kabul eller et brev fra UDI kan få et men- neske på flukt til å trave hvileløst rundt dag som natt.

GURI RØNNING
guri.ronning@smaalenene.no
48 15 00 36

HOBØL: Det er da det er viktig
for Olav Strand og de andre an-
satte på Hobøl mottak å være
der for beboerne.

– Da rydder vi vekk alt annet
og spør om de vil snakke med
noen, om det går bra med deres
nærmeste. Og hvis de har fått et
brev fra UDI er ikke alltid de har
forstått hva som står i det en-
gang, sier Olav Strand.

I dag markeres verdensdagen
for psykisk helse, og boken
«Asylsøkere og flyktninger –
psykisk helse og livsmestring»
lanseres med fagseminar i Oslo.

Temaer som berøres er sek-
suell helse, barnas situasjon og

familiiegjenforening. Erfaringene
på Hobøl mottak danner
bakteppe for Olav Strands bi-
drag om sårbare og særlig hjel-
petrengende asylsøkere.

– Hvordan kom denne boken i stand?

– Det var i forbindelse med
den store flyktningstrømmen i
2015, blant annet på grunn av
krigen i Syria, at det ble et be-
hov for å samle og systematisere
den kunnskapen som fins.
Det var Rådet for psykisk helse
som tok initiativ til samling av
fagfolk. Det var stort behov for
en slik bok, og den ble skrevet
nærmest på dugnad.

– Hvorfor trenger man en slik bok?

– På lokalt plan er det svært
begrenset kunnskap om psy-
kisk helse hos mennesker på
flukt. Man vet ikke helt hva
man skal gjøre i møte med psy-
kiske problemer, og det er ikke
ressurser til å henvise dem vi-
dere heller.

– Hvordan arbeider motta- kene med denne gruppen?

– Det hele startet med at vi
ble spurt om å ta imot en svært
utagerende og traumatisert
flyktning i 2004. Vi bygde opp
en egen avdeling rundt ham på
Neset, og da fant UDI ut at det
var smart å samle kompetanse
istedet for å fordele problemer
på mange mottak.

– Og hvordan blir personene møtt?

– De har jo ulike problemer så
det er svært individuelt. Vi har
lav terskel for å snakke med alle
som mener de har et problem.
Og vi dømmer absolutt ikke
problemet. Vi oppfordrer bebo-
erne til å støtte hverandre, og vi
har krav om at beboere deltar
på samtaler eller treff. Selv om
beboeren er mistenksom og
stenger oss helt ute i starten
kommer resultatene på sikt.

– Har du et eksempel på noen som har hatt framgang?

– Ja, mange. Noen av dem har
jeg beskrevet i boken, anony-
misert, selvfølgelig. En beboer
som isolerte seg fullstendig ble
pålagt å ta bussen til Askim for



LANSERES I DAG: Fagbok om
psykisk helse blant asylsøkere og
flyktninger.

å handle nye klær. Dette igjen
førte til at han kom litt mer ut
av rommet sitt, og begynte å gå
seg en tur til Askim innimel-
lom. Han har fått mye bedre
helse, selv om han fremdeles er
mistenksom og undertegner alt
med: «Norge har ingen rett til å
kreve at jeg signerer».

BOK: Asylsøkere og flyktninger – livsmestring og psykisk helse

YouTube – Rådet for psykisk helse – 09. okt. 22:48

Av: Rådet for psykisk helse

Velkommen til lansering
av antologien **Asylsøkere og flyktninger – livsmestring og psykisk helse** på Verdensdagen for psykisk helse 10. oktober.

Rådet for psykisk helse inviterer til miniseminar der Leo Ajkic, slampoet Sofie Frost og flere av forfatterne vil komme med ulike bidrag. Flyktninger som har nådd så langt som til våre grenser, er ressurssterke. Det de ønsker for sin egen psykiske helse, er å se framover, skape en god og trygg framtid for seg og sine. Alle har en psykisk helse,

og negative livshendelser gjør oss sårbare. Det har derfor vært viktig for oss i dette arbeidet at vi synliggjør hvordan vi best mulig kan legge til rette slik at mennesker med flukterfaring, i en asylsøkerfase eller en etableringsfase med bosetting i en kommune kan ta i bruk sine ressurser. Seminaret er rettet mot deg som er frivillig, utdanner deg innenfor helse – og sosialfag, jobber i kommunale tjenester eller på annen måte møter mennesker med flukterfaring gjennom ditt daglige eller frivillige virke. Boka utgis på Universitetsforlaget og er laget med støtte fra Extrastiftelsen gjennom Rådet for psykisk helse.

Olav Strand bidrar i fagbok: – Bygger på erfaringer fra mottaket i Hobøl

Smaalenenes Avis – Nyheter – 09. okt. 21:51

Et rakettnedslag i Kabul eller et brev fra UDI kan få et menneske på flukt til å trave hvileløst rundt dag som natt.

DEL HOBØL: Det er da det er viktig for Olav Strand og de andre ansatte på Hobøl mottak å være der for beboerne.

– Da rydder vi vekk alt annet og spør om de vil snakke med noen, om det går bra med deres nærmeste. Og hvis de har fått et brev fra UDI er ikke alltid de har forstått hva som står i det engang, sier Olav Strand.

10. oktober markeres verdensdagen for psykisk helse, og boken «Asylsøkere og flyktninger – psykisk helse og livsmestring» lanseres med fagseminar i Oslo.

Temaer som berøres er seksuell helse, barnas situasjon og familiegjengenforening. Erfaringene på Hobøl mottak danner bakteppe for Olav Strands bidrag om sårbare og særlig hjelpetrengende asylsøkere.

– Hvordan kom denne boken i stand?

– Det var i forbindelse med den store flyktningstrømmen i 2015, blant annet på grunn av krigen i Syria, at det ble et behov for å samle og systematisere den kunnskapen som fins. Det var Rådet for psykisk helse som tok initiativ til samling av fagfolk. Det var stort behov for en slik bok, og den ble skrevet nærmest på dugnad.

– Hvorfor trenger man en slik bok?

– På lokalt plan er det svært begrenset kunnskap om psykisk helse hos mennesker på flukt. Man vet ikke helt hva man skal gjøre i møte med psykiske problemer, og det er ikke ressurser til å henvise dem videre heller.

– Hvordan arbeider mottakene med denne gruppen?

– Det hele startet med at vi ble spurt om å ta imot en svært utagerende og traumatisert flyktning i 2004. Vi bygde opp en egen avdeling rundt ham på Nesset, og da fant UDI ut at det var smart å samle kompetanse istedet for å fordele problemer

på mange mottak.

- Og hvordan blir personene møtt?

- De har jo ulike problemer så det er svært individuelt. Vi har lav terskel for å snakke med alle som mener de har et problem. Og vi dømmer absolutt ikke problemet. Vi oppfordrer beboerne til å støtte hverandre, og vi har krav om at beboere deltar på samtaler eller treff. Selv om beboeren er mistenksom og stenger oss helt ute i starten kommer resultatene på sikt.

- Har du et eksempel på noen som har hatt

framgang?

- Ja, mange. Noen av dem har jeg beskrevet i boken, anonymisert, selvfølgelig. En beboer som isolerte seg fullstendig ble pålagt å ta bussen til Askim for å handle nye klær. Dette igjen førte til at han kom litt mer ut av rommet sitt, og begynte å gå seg en tur til Askim innimellom. Han har fått mye bedre helse, selv om han fremdeles er mistenksom og undertegner alt med: «Norge har ingen rett til å kreve at jeg signerer».

Strukturell vold mot flyktninger

Psykisk helse – Bladet Psykisk helse – 09. okt. 17:08

Den fysiske volden har vært en del av mange flyktnings liv, ofte i lang tid før de bestemte seg for flukt. I tillegg kommer strukturell vold, som peker mot brutaliteten i det vi tar for gitt og mot et system vi selv er en del av og derfor ansvarlige for.

Det er godt dokumentert at asylsøkere og flyktninger som gruppe blir utsatt for systematisk dårlige og farlige forhold under flukt og i mottaksland, i tillegg til de overgrep og belastninger de har opplevd i sine hjemland. Hva ligger bak det som ser ut som en systematisk nedgradering av menneskegrupper, som om de tilhører en lavere kategori? Hva er bakgrunnen for tendensen til dehumanisering?

Fremmedfiendtlighet, frykt og rasisme er bare en del av bildet og kanskje mer det ideologiske uttrykket for en strukturelt betinget systematisk undertrykkelse og neglisjering av denne menneskegruppen. Disse forholdene følger dem fra det øyeblikket de må bestemme seg for å flykte – ja før det – og gjennomsyrrer alle faser på deres vei mot det de håper kan være trygghet.

Teorien om strukturell vold, utviklet av Johan Galtung på slutten av sekstitallet, som senere ble videreutviklet spesielt innenfor medisinsk antropologi i studiet av underprivilegerte grupper, kan være til hjelp for å forstå denne dynamikken. Dette er en modell i tradisjonen fra sosialmedisinens grunnlegger, Rudolf Virchow, som la grunnlaget for

å se sammenhengen mellom sosiale og politiske forhold og sykdom og helse. Kort fortalt beskriver modellen hvordan sosiale strukturerer, som økonomiske, politiske, juridiske, religiøse og kulturelle forhold, hindrer individer og grupper i å klare seg og å utvikle de muligheter de kunne ha hatt under normale eller vanlige forhold. Det dreier seg om hindringer i livsforhold som ikke er nødvendige og som kan unngås, men som kan lede til sykdom eller hindre helbredelse og økt dødelighet.

Begrepet strukturell vold peker mot brutaliteten i det vi tar for gitt og mot et system vi selv er en del av og derfor ansvarlig for. Denne moralske dimensjonen kan blinde oss og gjøre oss mindre i stand til å se konsekvenser av systematisk undertrykkelse av folkegrupper. Men strukturell vold handler ikke primært om individuelle valg. Den handler om byråkratiske rutiner, bestemt av en rådende politikk som ikke tar hensyn til det individuelle. Det er systemet, slik det er bygget. Galtung sier det er en form for vold der politiske prosesser og den sosiale organisasjonen gir de fattige og underprivilegerte enda dårligere vilkår og manglende muligheter til å leve et liv de kunne ha levd. Det handler ikke om enkeltmenneskets dårlige handlinger eller ondskap. Det moralske aspektet er imidlertid ubehagelig tilstede idet det dreier seg om et system vi alle er en del av.

Den fysiske volden har vært en del av mange flyktnings liv, ofte i lang tid før de bestemte seg for flukt. Den er overveldende og etterhvert godt

registrert i de fleste undersøkelser. I vår undersøkelse i Norge av flyktninger i behandling fra 2015 viste det seg at de fleste hadde opplevd potensielt traumatiserende hendelser i barndommen. 89 prosent hadde vært utsatt for militære angrep, 76 prosent hadde vært vitne til andres død, 74 prosent hadde vært nær ved å bli drept, 53 prosent hadde vært utsatt for tortur og 30 prosent utsatt for voldtekt eller andre seksuelle overgrep. Vold under flukten er etterhvert godt dokumentert.

Det er således fysisk, eller personlig vold som Galtung kaller det, og strukturell vold som preger asylsøkeres og flytningers hverdag over tid. Man kan slå dette sammen i begrepet menneskerettighetsovergrep som presist beskriver hvordan disse typer vold rammer grunnleggende rettigheter slik de er beskrevet i menneskerettighetserklæringen og andre rettighetsprotokoller.

Ideologiske holdninger i forholdet til fremmede, som preger både ekstrem islam og mer eller mindre høyreorienterte ideologier, appellerer lettest til grupper som føler seg mest underprivilegert eller truet.

Disse politiske, ofte religiøst pregete ideologier, gir et uttrykk for det som kjennes truende og de gir også retning og peker ut årsaker til den opplevde elendighet. De blir således en sosial og politisk kraft som kan gripe grupper, og som igjen kan bestemme politikken til dominerende partier. Disse tendenser bæres nå i økende grad fram av ledende politikere, som Amnesty påpeker.

Det er en vanskelig politisk og sosial situasjon for de mennesker som bestemmer seg for å flykte fra sine hjemland i dag. Dette er ikke noe nytt, men det ser ut til at det ideologiske klimaet har hardnet til i Europa de senere år. Samtidig er det mange krefter som arbeider for en mer human flyktning-

politikk. Det ser ut til å være en motsetning mellom medfølelse og empati på den ene siden og frykt og avvisning på den andre siden. I dette spenningsfeltet er det mange som gjør en stor innsats for flyktninger. Flyktnings skjebner er imidlertid i stor grad bestemt av politiske og administrative forhold, som både er vanskelig å forstå for mange og som ligger utenfor den enkeltes innflytelse.

I det faglige og kliniske arbeid med flyktninger er det viktig å være oppmerksom på den sosialpsykologiske situasjonen asylsøkere og flyktninger lever i – spesielt fordi mange, kanskje de fleste, selv er opptatt av disse og ytterst sensitive på hvilke holdninger de blir møtt med. Vår oppgave som helsearbeidere er å møte våre klienter på en profesjonell og faglig begrunnet måte slik at vi kan danne oss et realistisk grunnlag for hvilke muligheter den enkelte har. En grunnleggende humanistisk holdning innebærer også at vi er realistiske om hva som er mulig for den enkelte, at man er klar over hvordan sinne og aggresjon både kan henge sammen med den sosiale situasjonen flyktingen befinner seg i og med tidligere traumatiserende erfaringer. Sosiale og politiske forhold er mer tilstede i flyktnings bevissthet enn det vi er vant med hos mennesker som lever under mer vanlige og tryggere forhold, nettopp fordi de kan ha direkte og stor innflytelse på deres liv.

Sverre Varvin er psykiater og professor ved Oslomet – storbyuniversitetet. Kronikken er et utdrag fra antologien

Asylsøkere og flyktninger. Psykisk helse og livsmestring, utgitt av Rådet for psykisk helse og Universitetsforlaget med støtte fra stiftelsen DAM.

Les hele magasinet – hver gang! Bestill abonnement her.

Nasjonal ROP-tjeneste

Facebook – Nasjonal ROP-tjeneste – 08. okt. 09:35

Av: Nasjonal ROP-tjeneste

<https://rop.no/aktuelt/psykisk-helse-blant-asylsokere-og-flyktninger/>

Velkommen til lanseringsseminar for antologien “Asylsøkere og flyktninger – livsmestring og psykisk helse”, utgitt på Universitetsforlaget. Rådet for psykisk helse lanserer boka på Verdensdagen for psykisk helse, den 10. oktober, på Kulturhuset i Oslo..

Psykisk helse blant asylsøkere og flyktninger

ROP–Forsiden –08. okt. 09:26

Av: Frøy Lode Wiig

Den 10. oktober lanseres boka «Asylsøkere og flyktninger – livsmestring og psykisk helse» i Oslo. NKROP-leder Lars Lien er én av redaktørene og har også skrevet et kapittel i boka

Rådet for psykisk helse står bak antologien «Asylsøkere og flyktninger – livsmestring og psykisk helse», som utgis på Universitetsforlaget. Bakgrunnen er flyktningstrømmen som kom til Europa og Norge i 2015. Boka presenteres samlet og systematisert kunnskap om psykisk helse hos flyktninger og asylsøkere.

NKROP-leder Lars Lien er en av redaktørene av boka, sammen med Ragnhild Dybdal, Harald Siem, Irma Julardzija og Hege Helene Bakke.

Til antologien har Lien også skrevet et kapittel om vanlige symptomer og lidelser hos flyktninger, sammen med psykiater og professor Sverre Varvin fra Oslo Met. Kapittelet ser særlig på stressreaksjoner og posttraumatisk lidelse, samt resiliens hos flyktninger.

Lanseringsseminar

Utgivelsen markeres med et lanseringsseminar:

Tid: Torsdag 10. oktober, fra kl. 12 – 15.00.

Sted: Kulturhuset, Youngsgate 6, Oslo.

Leo Ajkic vil innlede og flere av forfatterne vil komme med sine bidrag.

Seminaret er gratis og åpent for alle. Velkommen.

Rvts nord

Facebook–RVTS Nord –01. okt. 15:33

Av: RVTS Nord

<https://www.facebook.com/rvtsnord/photos/a.494911397356166/1310474982466466/?type=3>

Idag har vi arrangert i samarbeid med Rådet for psykisk helse boklansering og seminar for boken Asylsøkere og flyktninger: psykisk helse og livsmestring..

Nasjonal ROP-tjeneste

Facebook–Nasjonal ROP-tjeneste –21. sep. 2019 12:00

Av: Nasjonal ROP-tjeneste

<https://www.universitetsforlaget.no/nettbutikk/asylsokere-og-flyktninger-uf.html>

Lars Lien har vært med i redaksjonen i boka “Asylsøkere og flyktninger helse og livsmestring“, samt bidrag i kapitlet ”Vanlige symptomer og lidelser hos flyktninger“.

Boka: <https://www.universitetsforlaget.no/nettbutikk/asylsokere-og-flyktninger-uf.html>

Lansering: <https://m.facebook.com/events/514836562417892/?ti=as>

Universitetsforlaget Rådet for psykisk helse.

Hobøl statlige asylmottak

Facebook–Hobøl statlige asylmottak –20. juli 2019 15:02

Av: Hobøl statlige asylmottak

<https://www.facebook.com/hobolmottak/>

<photos/a.1971709819740579/2426934920884731/>

?type=3

Universitetsforlaget skriver på sin nettside om den nye boka **Asylsøkere og flyktninger** ■ **helse og livsmestring** (tilgjengelig fra 23.8), der bl.a. ett av kapitlene er om arbeid med særlig sårbare og hjelpetrengende asylsøkere ved Hobøl mottak:

Rådet for psykisk helse har samlet og systematisert kunnskap om **psykisk helse hos flyktninger og asylsøkere**. Bakgrunnen for denne boka er den store flyktningstrømmen som kom til Europa og Norge i 2015. Forfatterne har valgt å vektlegge den kunnskap og de erfaringer en har høstet som kan styrke arbeidet med asylsøkeres og flyktningers **psykisk helse**.

Bokas røde tråd er å vise eksempler på hvordan mennesker med flukterfaring, som er i en asylsøkerfase eller etableringsfase med bosetting i ny kommune, kan få tatt i bruk sine ressurser. Den er skrevet i et samarbeid mellom brukere med egen erfaring som **flyktninger** eller asylsøkere, helsepersonell med praktikerbakgrunn og akademikere.

Boka er aktuell for alle som arbeider med asylsøkere og **flyktninger**, uansett arena og forvaltningsnivå. I dette arbeidet står man ofte overfor betydelige utfordringer i mellommenneskelig sammenheng.

Del gjerne dette oppslaget med andre på Facebook!.

Register

Asylsøkere, 3–5, 7, 8, 10, 12–14

flyktninger, 2, 3, 5, 7, 8, 10–14

flyktninger Psykisk helse, 4

flyktninger. Psykisk helse, 2, 3, 12

flyktninger: psykisk helse, 13

flyktninger – psykisk helse, 7, 13, 14

helse, 2, 3, 5, 7, 8, 10, 11

livsmestring, 2–5, 7, 8, 10, 12–14

psykisk helse, 2, 3, 5, 7, 8, 10, 12–14

skip helse, 12