

Flygtningebørns traumer

hvordan støtter vi trivsel?

Edith Montgomery

*Gode børneliv for flygtninge i
Danmark, den 18. maj 2017*

Børn og unge med flygtningebaggrund

Belastes af:

- Egne traumatiske oplevelser
 - krig, fængsling, forfølgelse, flugt
- Tab af og separationer fra vigtige omsorgspersoner
 - i hjemlandet, under flugt og i eksil
- Traumatiske livsomstændigheder
 - manglende skolegang, underernæring, manglende lægehjælp
- Ændring i forældrenes kontakt- og omsorgsevner
 - påvirker også børn født i eksil

Hvad er børnene vokset op med?

- Forældre/søskende/klassekammerat som er blevet slået ihjel, skudt eller sprængt i luften
- Overværet voldtægt/tortur af familie
- Ophold i flygtningelejre under mangelfulde forhold
- Forældre der er psykisk fraværende og uden overskud
- Forældre der kan reagere med vold overfor børnene/hinanden
- Forældre som skriger om natten, besvimer og har ondt i kroppen tilsyneladende uden at fejle noget fysisk
- Rolletab og rolleforandringer
- Skiftende skoler og opholdssteder

Traumer og forældreevne



- Forældreevnen undermineres når forældrene er traumatiseret
- Forældre oplever selv, at de mister evnen til at udøve omsorg for deres børn
- Deres evne til at håndtere problemer forringes
- Traumerne videregives til børn født her i landet

Psykiske symptomer efter traumatiske oplevelser hos børn (3-15 år)

- Angst (tør ikke at være alene, ofte ondt i maven, bliver let bange hvis andre børn bliver for nærgående)
- Depressive symptomer (trist, græder ofte, holder for sig selv, leger sjældent)
- Søvnforstyrrelser (svært ved at falde i søvn, mareridt, vågner ofte)
- Aggressiv adfærd (bliver hurtigt vred og hidsig, kommer op at slås)
- Urolig og impulsiv adfærd
- Hukommelses- og koncentrationsvanskeligheder
- Indlæringsproblemer
- Mistet tillid til sig selv og omverden
- Tab af allerede opnåede udviklingsmæssige færdigheder (sprog eller renlighed)

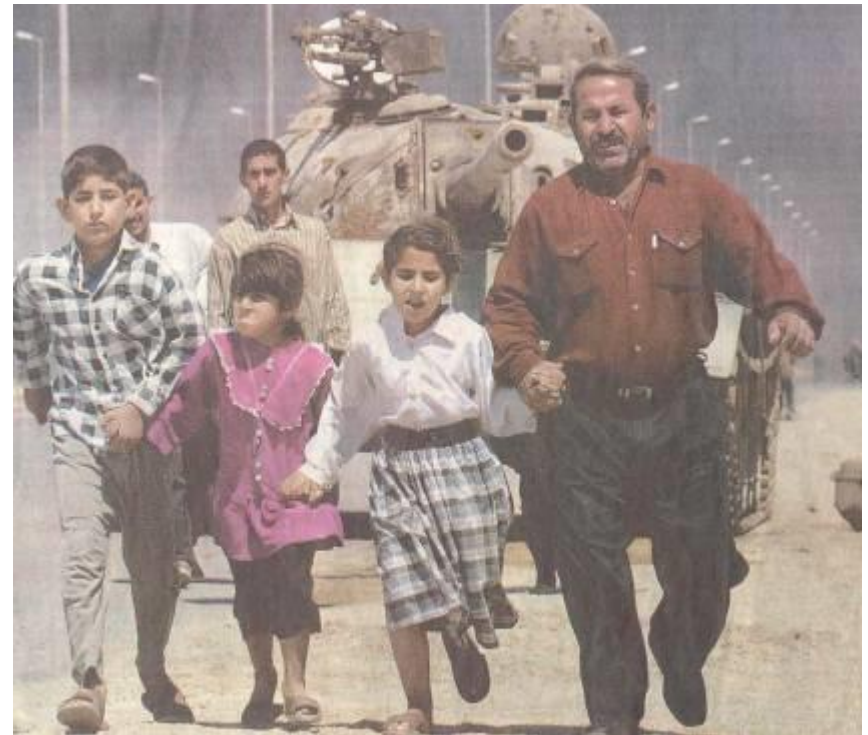
Ikke alle flygtningebørn er traumatiserede, men de er alle i en sårbar position

Hvordan ser man om en familie er traumatiseret?

- Forældre der er psykisk fraværende, føler sig forfulgte, manglende udvikling
- Forældre uden overskud, trætte, udmattede
- Forældre der overreagerer, eller som bliver fraværende under samtaler
- Forældre som isolerer sig – også i egen familie
- Forældre der ikke kan huske og ikke kan finde rundt
- Mange fysiske klager, hyppig kontakt til læge

Risikofaktorer for psykiske problemer

- Traumatiske oplevelser
- Forældres traumer og reaktioner
- Belastende livsomstændigheder
- Oplevelse af diskrimination
- Mange skoleflytninger



Kan børn komme sig over traumer?

- I en opfølgingsundersøgelse af 131 flygtningebørn havde en fjerdedel stadig væsentlige psykiske problemer 9 år efter ankomst til Danmark mens godt halvdelen havde problemer ved ankomsten, men ikke 9 år senere.
- De der ikke havde problemer efter 9 år havde levet et mindre belastet liv i Danmark, men havde ikke haft færre traumatiske oplevelser inden de ankom

Montgomery & Linnet (2012): Børn og unge med flygtningebaggrund.
København: Hans Reitzels forlag.

Resiliens - modstandsdygtighed

- Resiliens er en proces karakteriseret af positive udvikling på trods af dårlige livsvilkår
- Dårlige og traumatiske livsvilkår har ikke nødvendigvis en dyb eller langvarig effekt på et menneskes adfærd, livskvalitet eller psykiske sundhed
- Psykiske problemer opstår når modstanden er stor og de beskyttende faktorer få

Faktorer der fremmer god udvikling på trods af en traumatisk baggrund

- Et stabilt og støttende opvækst miljø
- Tætte relationer og støttende voksne
- Effektive skoler, fagligt og socialt
- Socio-økonomisk fordel
- Forældres uddannelse



Intervention

- Fokus på barnet
 - Ændringer i barnets adfærd ændrer forældrenes reaktioner
- Fokus på forældrene
 - Ændret opfattelse af barnet
 - Ændrer adfærd overfor barnet
- Fokus på konteksten
 - Eliminere risikofaktorer, fremme beskyttelse

Fem råd til at tackle traumer i klasselokalet eller daginstitutionen

- Børn fremfor flygtninge
- Smid dine ideer om kultur i skraldespanden
- Vaner er vigtige
- Vær åben for at tale om traumet
- Brug aldrig barnet som tolk

Folkeskolen.dk, 23.10.2015

Tryghed, forudsigelighed, stabilitet

- Undgå store forandringer i barnets liv
- Skoleflytninger bør undgås
- Kontinuitet i kontakten til de nære voksne er essentiel

Forældre/familien

- Undgå at træffe beslutningen hen over hovedet på familien. Forældrene bør altid inkluderes i indsatsen
- Vær ressourceorienteret, og ikke entydig problemorienteret
- Forsøg at indtage familiens perspektiv
- Vær handlingsorienteret
- Vurdere den enkelte families situation

At skabe mening

- Kommunikation om familiens fortidige oplevelser skal foregå på en omsorgsfuld måde tilpasset barnets alder og behov
- Vær opmærksom på, hvordan barnet opfatter det, som bliver sagt
- Indtag barnets perspektiv, og forsøg at forstå, hvad der er vigtigt for det enkelte barn
- Det er ikke nødvendigvis traume- og flygtningerelaterede problemstillinger, som fylder mest i deres hverdag, men ofte de aldersvarende udfordringer, som har betydning for dem i deres aktuelle livssituation

Afslutning

- En helhedsorienteret psykosocial intervention, der medtænker alle vigtige dele af barnets liv er afgørende
- Den bør bygges på en fælles indsats, hvor alle relevante fagpersoner inddrages i samarbejdet med familien

Litteratur:

Edith Montgomery & Sidsel Linnet:
Børn og unge med flygtningebaggrund.
Anbefalinger til professionelle.
Hans Reitzels Forlag, 2012

Kontakt:

em@dignityinstitute.dk

Tak for opmærksomheden