



Retur:

**om å snu den
vanskelige samtalen**

Gwyn Overland
Seniorrådgiver

Han som var her i båten sitter hos deg i dag?



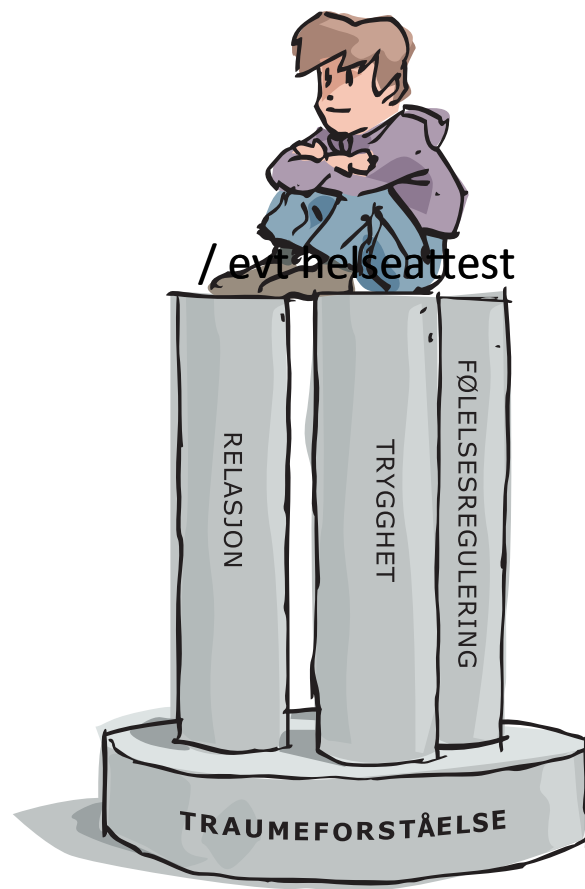
Før han kom i båten hadde han klamret seg fast til denne bilen....



De tre pilarene –

grunnmuren i god omsorg

- trygghet
- relasjon
- følelsesregulering



Hvem er i krise?

- Påstand:
 - Alle asylsøkere og flyktninger i Norge har vært eller er i krise
- Noen får påvirket sitt funksjonsnivå pga kriser
- Noen blir syke av krisene de opplever

Identifisere dysfunksjon og sykdom

- Bli kjent
- Gi tid
- Signalisere interesse
- Observere:
 - Problemene vedvarer
 - Problemene forverres
 - Endret personlighetsutforming
 - Manglende funksjon i skole/arbeid/familie

Når funksjonsnivået faller

- Støtte i form av 4 x T
 - Trygge relasjoner
 - Tid
 - Tolk
 - Te om natten
- ❖ Krever vilje, evne, kunnskap og praktisk mulighet til å gå inn i en relasjon

Når kriser og traumatiske hendelser gjør asylsøkere og flyktninger syke

- Tid
- Tolk
- Terapi
 - Vilje, evne og praktisk mulighet til å gå inn i en relasjon
 - Velassortert verktøykasse av gode tilnæringsmåter (TF CBT, EMDR, NET, psykodynamisk tilnærming osv. Hva som virker best er fortsatt uklart.....)

Når kriser og traumatiske hendelser gjør asylsøkere og flyktninger syke

- Nøkkelspørsmål:
 - Hvem ville du ha henvendt deg til hvis du hadde slike problemer på hjemstedet ditt?
 - Og – hva ville vedkommende ha sagt?
 - Asylsøkere og flyktninger har levd med kriser og sykdom før de kom til Norge, og har stort potensiale for egen mestring

Tema i dag

Mer å gjøre? Forberede

1. Egen rolle?
2. Mer som kan gjøres? Gjør det dere kan – begge
3. evt helseattest
4. Detektivarbeid (Les deg opp)
5. Hvis det var jeg som bestemte... **Snu fokus**

Ikke mer å gjøre? Gjennomføre

1. Det fysiske: lav – nær – samme side
2. Arbeid med kart
3. Telefon hjem
4. Attester
5. Styrkene – gruppearbeid

Forberede

2. Er det mer som kan gjøres?

- Samarbeid med advokaten?
- UDI – eget språk?
- Råd ifm asylintervju
 - Ikke skjul for sykdom / stress du strever med!
 - For seint å nevne det i anken!
 - NOAS - 22 36 56 60 – stengt ons + fre og fra kl 12-13
 - Telefon-veiledning på eget språk?

Leif Strøm, asyladvokat ved RVTS Midt

- Helseattester?
- Hvis ikke, snu fokus

Utenriksdeps Reiseråd

Irak – Syria

- UD fraråder alle reiser til eller opphold

Afghanistan

- UD fraråder alle reiser til eller opphold som ikke er strengt *nødvendig*.

Somalia

- UD fraråder alle reiser til eller opphold i sør-, sentral- og nordøst-Somalia



Detektivarbeid

Google: “hjelporganisasjoner i Afghanistan?” (f.eks)

- Flyktningshjelpen - 23 10 98 00; nrc@nrc.no
- Den norske Helsingforskomité (dnf)- 953 32 235; nhc@nhc.no
- Røde kors / Int. Red Cross – www.icrc.org
- Norsk afg. Komité*
 - Terje Watterdal t.watterdal@nacaf.org
Nawai Watt Street #03
Shahr-i-Naw, Kabul



Flyktninghelpens Rettshjelp

Det mentale

Hva er hans /hennes styrker / gode kvaliteter?

- 2 og 2
- Velg en flyktning du kjenner
- Tenk på hans / hennes sterke sider

GJENNOMFØRE

Det fysiske

- Hvor?
- Tolk
- Lav bord – nært – samme side /
- Hvordan har han det?
- Vis meg hvor du kom fra? – Kart
- Hvor bor folk du kjenner?
- Hvordan er landskapet – fjell ... høy slette
- Han Terje Watterdal bor i XXX
- Hva vil du gjøre der hvis du kan velge? Kan du tenke deg å jobbe frivillig



Ringe hjem?

✧ Med tolk

Etter du har pratet, vil du spørre om de vil snakke med hjelperen din (meg?)

Jeg vil fortelle om deg - hvor flink du har vært

Du har ikke gjort noe galt - det er politikk

Hent ut styrkene: verdiene?

Hva er dine gode verdier?

Hva var viktig for far - for bestemor?

Hva er godt for deg og godt for andre?

Hva vil du at barna dine skal **lære**?



✧ RAN - verdigdialog
med flyktninger
(tilbud)

gwyn.overland@sshf.no

www.rvtssor.no

RVTS^{SØR} - et ledende fagmiljø innen psykiske traumer

Hva søker du etter

[HJEM](#) [OM OSS](#) [KONTAKT](#) [FAGSTOFF](#) [REFLEKSJON](#) [KURS & KONFERANSER](#) [NYHETSARKIV](#) [LENKER](#) [SPALTEPLASSEN](#)



Se vår film om
SMERTEUTRYKK
her

Skjul/Vis

RVTS Sør er et ledende fagmiljø innen **psykiske traumer**. Vi formidler kunnskap og erfaringskompetanse på feltene **vold og traumer**, **migrasjonshelse** og **selvmordsforebygging**. Gjennom kunnskap, refleksjon og trening istandsetter vi hjelpere til å møte krenkede barn, unge og voksne på en verdig måte. RVTS Sørs viktigste oppgave er å bidra til at traumeutsatte mennesker møter traumebevisste og traumekompetente fagfolk i alle deler av hjelpeapparatet.



- Naturen er et håpsrom

Tre pilegrimer filosoferer fritt over hva en pilegrimsvandring kan bety i et menneskeliv. For dem som bærer en indre smerte. For dem som vil vokse.



Kjør dialog!

- Vi inviterer til dialog for å redusere gapet mellom teori og praksis, sa Venke A Johansen fra RVTS Vest under åpningen av deres prekonferanse 2.september.



Hvert menneske, sin historie

Menneskelivet kan ikke fanges, beskrives eller heles gjennom én evidensbasert metode, én brukerstemme, én erfaring, en forskningsrapport. Mennesket er for

PUBLIKASJONER

Oversikt over våre filmer, websider og skriftlige produksjoner

MELD DEG PÅ



Nasjonal selvmordskonferanse 18.-19. november i Kristiansand

PRESSEMELDING



RVTS^{SØR}

Praktiske råd til hjelpere

- Hold kontakten (lytt, skap tillit og vær tålmodig)
- Ikke mist han/hun
- Forbli i egen rolle og funksjon (ikke ta rollen som en politimann hvis du er en ungdomsarbeider eller lærer)
- Lytt til hva som blir sagt og ta det på alvor
- Om nødvendig, indiker at du er sjokkert eller overrasket
- Du trenger ikke å være en muslim eller en imam for å spørre hvordan han/hun har det, eller hva vedkommende sliter med. Trygg folk på at de hører hjemme her
- Vis med dine handlinger og ord at vi/dem fortellingen ikke er riktig