

Åsne Hella og Sara Yasmin Khan

«Mennesket bak klovnen»

Hvilken psykologisk påvirkning har utenlandsoppdrag hatt på frivillige i The Flying Seagulls og hva er årsakene til at de fortsetter i organisasjonen?

Hovedoppgave i psykologi

Veileder: Hroar Klempe

Medveileder: Katrin Glatz Brubakk

Januar 2024

Åsne Hella og Sara Yasmin Khan

«Mennesket bak klovnen»

Hvilken psykologisk påvirkning har utenlandsoppdrag hatt på frivillige i The Flying Seagulls og hva er årsakene til at de fortsetter i organisasjonen?

Hovedoppgave i psykologi
Veileder: Hroar Klempe
Medveileder: Katrin Glatz Brubakk
Januar 2024

Norges teknisk-naturvitenskapelige universitet
Fakultet for samfunns- og utdanningsvitenskap
Institutt for psykologi



Kunnskap for en bedre verden

«Så, i en større sammenheng er det akkurat dette som gjør verden til et bedre sted. Det å føle tilhørighet, føle at stemmen din betyr noe, føle at du får fortalt historien din, få sjansen til å være fjollete, få muligheten til å være et barn. Jeg tror at det er det som er forskjellen mellom å overleve og ikke. [...] Du vet, det er en større sjanse for at et barn blir en god person dersom de har hatt øyeblikk som dette. Så mange øyeblikk som dette som mulig. Derfor.»

Forord

Denne studien hadde ikke blitt til uten hjelp og støtte fra flere personer. Først og fremst ønsker vi å takke våre to dyktige veiledere, Katrin Glatz Brubakk og Hroar Klempe, for gode innspill og oppmuntring underveis i prosessen. Katrin tipset oss om og satte oss i kontakt med *The Flying Seagulls*, og har bidratt med uvurderlig kunnskap om flyktningfeltet. Hroar har hjulpet oss med gjennomføringen av de kvalitative intervjuene og analysearbeidet. Begge har bidratt til gode og tankevekkende diskusjoner rundt funnene våre. I tillegg vil vi takke Bendik Nordgaard, leder for *The Flying Seagulls Norge*, som har vist stor entusiasme for prosjektet, hjulpet oss med å rekruttere frivillige samt stilt opp på intervju for å gi oss bedre kjennskap til organisasjonen. Vi vil videre rette en stor takk til alle de frivillige i organisasjonen som tok seg tid til bli intervjuet og valgte å dele sine refleksjoner rundt arbeidet med oss. Dere har møtt oss med smil, varme og tålmodighet og vi har i løpet av prosjektet blitt dypt imponert over det arbeidet dere gjør for flyktningbarna. Til slutt vil vi takke venner og medstudenter, som har delt egne erfaringer fra sine oppgaver, som har stilt kritiske spørsmål, og som har lest og kommet med ærlige tilbakemeldinger. Dere har vært en ekstra trygghet gjennom hele arbeidet, og det setter vi stor pris på.

Samarbeidet oss to studenter imellom har gått over all forventning. Begge har bidratt i utviklingen av intervjuguide, gjennomføring av intervjuene, transkripsjonsprosessen, analyseringen av datamaterialet og skriveprosessen. På bakgrunn av ulike interesser har Åsne gjort mer konkrete oppgaver, som å transkribere intervjuet med Bendik Nordgaard, og har hatt hovedansvaret for å skrive metode- og resultatdel, mens Sara, som er mer glad i drøfting, har hatt hovedansvaret for teori- og diskusjonsdelen, samt å sette sammen de ulike delene av oppgaven. Alt er likevel gjort i samspill og overensstemmelse med den andre, og det endelige resultatet er en følge av mange spennende diskusjoner. Vi har lært av hverandre, og utviklet oss både faglig og personlig gjennom prosessen.

Oppgaven startet på bakgrunn av en sterk interesse for barne- og flyktningfeltet. Denne interessen har økt i løpet av den tiden vi har jobbet med prosjektet, og vi håper at arbeidet vårt kan bidra til at flere får øynene opp for den viktige jobben som gjøres for flyktningbarn rundt om i verden.

Sammendrag

Antallet flyktninger i verden har økt de siste årene, og flyktningkrisen er blant vår tids største utfordringer. Tidligere forskning viser at frivillig arbeid med mennesker som har opplevd traumatiske hendelser og lever i belastende kår kan ha både positive og negative virkninger. Til tross for dette foreligger det lite forskning på frivillige innenfor underholdningsbransjen. Denne kvalitative studien undersøker hvilken psykologisk påvirkning utenlandsoppdrag har hatt på de frivillige klovnene i organisasjonen *The Flying Seagulls (TFS)*, samt årsakene til at de fortsetter i organisasjonen. *TFS* sin filosofi går ut på at ethvert barn har rett til lek og latter, uavhengig av livssituasjon og hvor i verden de bor. Det ble gjennomført semistrukturerte intervjuer med åtte frivillige i organisasjonen. Basert på intervjuene ble fire tema avdekket: betydningen av mestringsstrategier for å takle moralsk stress, fremmedgjøring og endret verdisyn, opplevelse av meningsfullhet, og organisatorisk- og kollegial støtte. Resultatene tyder på at de frivillige opplever at utenlandsoppdragene har både positive og negative psykologiske virkninger. Opplevelsen av meningsfullhet er særlig viktig, men også organisatorisk og kollegial støtte bidrar til opprettholdt deltakelse. På motsatt side er opplevelsen av moralsk stress og hjemkomsten fra oppdrag særlig utfordrende. Klovnerollen medfører både styrker og begrensninger i det humanitære arbeidet. Den positive psykologiske påvirkningen av arbeidet ser ut til å være større enn den negative påvirkningen.

Abstract

The number of refugees in the world has increased in recent years, and the refugee crisis is among the greatest challenges of our time. Previous research shows that voluntary work with people who have experienced traumatic events and live in stressful environments can have both positive and negative effects. Despite this, there is a knowledge gap in the literature regarding volunteers within the entertainment industry. This qualitative study examines the psychological impact overseas missions have had on the clown volunteers in the organization *The Flying Seagulls (TFS)*, as well as the reasons why they continue in the organization. *TFS's* philosophy is that every child has the right to play and laugh, regardless of their life-situation and where in the world they live. Semi-structured interviews were conducted with eight volunteers within the organization. Based on the interviews, four themes were revealed: the importance of coping strategies for managing moral stress, alienation and altered values, experience of meaningfulness, and organizational and collegial support. The results indicate that the overseas missions have both positive and negative psychological effects on the volunteers. The experience of meaningfulness is of particular importance, but organizational and collegial support also contribute to sustained participation. On the other hand, the experience of moral stress and the difficulties associated with returning home from assignments are particularly challenging. The role of the clown has both strengths and limitations in the humanitarian work. The positive psychological impact of the work seems to be greater than the negative impact.

Innholdsfortegnelse

Forord.....	1
Sammendrag	2
Abstract.....	3
Bakgrunn.....	6
Barn på flukt.....	6
Betydningen av lek for barn	6
The Flying Seagull Project.....	7
Hvem er de frivillige i <i>TFS</i> ?.....	7
Formålet med studien	8
Teoretisk rammeverk	9
Tidligere forskning på sykehusklovner	9
Meningsfullhet	9
JD-R-modellen og arbeidsforhold.....	11
Risiko- og beskyttelsesfaktorer i tilknytning til arbeidsforhold.....	12
Moralsk stress og moralsk skade.....	13
Fremmedgjøring og avkobling fra lokalsamfunnet.....	14
Postkolonial teori.....	15
Den humanitære klovnen	16
Oppgavens problemstilling	17
Metode	19
Utvalg og rekruttering	19
Utforming av intervjuguide og gjennomføring av intervjuer.....	20
Analysering av datamaterialet.....	21
Forskningsetikk.....	21

Resultater	23
Betydningen av mestringsstrategier for å takle moralsk stress	24
Fremmedgjøring og endret verdisyn	26
Opplevelse av meningsfullhet	29
Organisatorisk- og kollegial støtte	32
Diskusjon	36
Viktigheten av å se påvirkningen av arbeidet på barna.....	36
Klovnekarakteren og betydningen av mestringsstrategier for å takle moralsk stress	37
« <i>Seagull-metoden</i> » bidrar til å bryte maktbarrierer	38
Opplevelsen av meningsfullhet og erkjennelsen av eksisterende maktstrukturer.....	39
Fremmedgjøring og endret verdisyn	40
Betydningen av organisatorisk og kollegial støtte	41
Kan hypotesene besvares?.....	42
Forslag til tiltak basert på resultatene.....	43
Begrensninger ved studien	45
Implikasjoner.....	45
Konklusjon.....	47
Referanseliste	48
Appendiks	53
Appendiks A: Informasjonsskriv og samtykkeskjema.....	53
Appendiks B: Informasjonsskriv nr. 2	57
Appendiks C: Intervjuguide på norsk.....	58
Appendiks D: Intervjuguide på engelsk	60

Bakgrunn

Barn på flukt

Mennesker på flukt må regnes som en av vår tids største utfordringer. Tall fra mai 2023 viser at over 110 millioner mennesker på verdensbasis er tvangsfordrevet fra hjemmene sine av ulike årsaker (FN-sambandet, 2023b). Man anslår at rundt halvparten av den totale flyktningpopulasjonen er barn under 18 år (Vaghri et al., 2019). Ofte bor de i flyktningleirer som kan ha miserable livsvilkår, med dårlige sanitetsforhold, utrygge omgivelser og begrenset tilgang til vann, mat, husly og helsetjenester. Til tross for at slike leirer opprinnelig var designet for korte opphold, tilrettelegger dagens asylpolitikk også for at mennesker kan ende opp med å bo der i svært lang tid. Studier viser at slike boforhold kan bidra til å traumatisere en allerede sårbar befolkning, og særlig barn er utsatte (van de Wiel et al., 2021). I motsetning til voksne er barn under utvikling, og barndommen er en vesentlig periode for både fysisk, psykisk og sosial vekst. Langvarig eksponering for negative ytre faktorer samt begrenset tilgang til utdannings- og sosialiseringsmuligheter kan ha varige konsekvenser for barnet, slik som dårligere fysisk og psykisk helse, reduserte jobbmuligheter og lavere sosioøkonomisk status senere i livet (Vaghri et al., 2019).

Betydningen av lek for barn

FNs barnekonvensjon anerkjenner viktigheten av lek i barndommen, og fastslår i artikkel 31 rettigheten til å delta i lek og fritid for alle barn (FN-sambandet, 2023a). Lek er funnet å ha både sosiale, utviklingsmessige og pedagogiske fordeler og kan fungere positivt som en mekanisme for å håndtere kriser. Leken kan blant annet bidra til å hjelpe barnet i å skape mening og forstå egne opplevelser og følelser, samt gi en følelse av kontinuitet, trygghet og normalitet (Woolley, 2021). Gjennom lek kan man åpne opp for en imaginær verden og dermed også gi barnet en følelse av å ha kontroll over det som skjer, noe som står i kontrast til de aktuelle forholdene. De strukturelle rammene rundt barnet kan ikke endres, men leken kan gi opphav til følelser av mestring og selvaktualisering (Koopmans & Doidge, 2021). På bakgrunn av dette kan det argumenteres for at tilrettelegging for lek bør prioriteres og anses som et sentralt aspekt i humanitært arbeid (Woolley, 2021). Forholdene som flyktninger lever under, kan naturligvis radikalt begrense et individs muligheter for lek og kreativitet.

The Flying Seagull Project

En organisasjon som setter sterkt fokus på betydningen av lek for barn som lever under belastende kår er *The Flying Seagulls* (forkortet til *TFS* i denne oppgaven). *TFS* er en veldedig organisasjon som startet opp i England i 2008. I dag har organisasjonen tre avdelinger; i England, Nederland og Norge, og til sammen har de prosjekter i 24 land. Organisasjonens filosofi bygger på nettopp barnekonvensjonens artikkel 31, og går ut på at ethvert barn skal ha tilgang til lek og latter, uavhengig av livssituasjon eller hvor i verden de bor (The Flying Seagull Project, u.å.). De jobber på en rekke ulike steder, blant dem er barnehjem, flyktningleirer og asylmottak. Altså møter de barn som ofte lever i et miljø med høy grad av uforutsigbarhet og uro, og som kan ha traumer og andre utfordringer (Youdell, 2015). *TFS* har som formål å reise til krisesituasjoner og lokalisasjoner der det er størst behov for deres ferdigheter, men samtidig mulig å skape et trygt og kontrollert lekerom. De siste årene har de jobbet mest med flyktningkrisen (Nordgaard, 2023). Bendik Nordgaard er leder for *TFS Norge*. Ifølge ham er klovnene i organisasjonen «lekespesialister». «*Seagull-metoden*» er mangfoldig og består av både sirkusferdigheter, klovning, å holde forestilling, kunst, musikk, håndverk og å lære bort spesifikke leker (Nordgaard, 2023). *TFS* er ikke passive sirkusomreisende; forestillingene deres er heller en «positivitetsutveksling» mellom klovnene og barna, hvor det å bygge en tillitsfull relasjon og skape et inkluderende og positivt gruppesamhold står sentralt. Det primære formålet er gledespredning, og å skape energi, lyd, farger og stemning. Flyktningleirer kan ofte være preget av en inaktiv ventetilværelse, hvor beboerne ikke har mye å stå opp til om morgenen. Det ønskes å påvirke barna positivt, helst over litt tid, for å evne å tilføre dem mestringsfølelse slik at de kan fortsette å ta initiativ til lek på egenhånd senere (Nordgaard, 2023).

Hvem er de frivillige i *TFS*?

Det er ingen formelle krav for å bli frivillig i *TFS*, utenom at man må levere inn gyldig politiattest og gjennomføre en femdagers treningsuke. Innholdet i opplæringsuken går blant annet ut på å lære leker, trene seg på nonverbal kommunikasjon og forberede seg på håndtering av situasjoner som kan oppstå under prosjektene. De frivillige skaper seg en personlig klovnepersona, med eget navn og ferdigheter (Nordgaard, 2023). Det å klare å holde et høyt energinivå samt ha en positiv innstilling i møte med vanskelige situasjoner er viktigere enn bakgrunn fra teater eller andre yrkeserfaringer. Det er likevel mange skuespillere som søker seg til organisasjonen. Det er vanskelig å anslå nøyaktig hvor mange aktive medlemmer organisasjonen har grunnet at det

jevnlige utlyste spesifikke oppdrag som man kan melde seg på. Prosjektene kan variere fra et par uker til måneder av gangen, og de frivillige jobber da fem dager i uken samtidig som de bor sammen. Altså kan arbeidet som «*seagull*» være tidkrevende og forutsette at man er på reise over lengre tid (Nordgaard, 2023).

Formålet med studien

Forskning på humanitære hjelpearbeidere som jobber med marginaliserte og ofte traumatiserte grupper, eksempelvis flyktningbarn, viser at denne typen arbeid kan være en risikofaktor for egen psykisk helse. Som hjelpearbeider kan man selv bli eksponert for traumatiske hendelser, både direkte og indirekte, samt bli konfrontert med andres vanskelige historier og liv. Det er f.eks. økende evidens for at ulike yrkesgrupper, som psykologer, sosialarbeidere og medisinsk fagpersonell kan stå i fare for å utvikle symptomer på sekundærtraumatisk stress og utbrenthet (Ebren et al., 2022). Det foreligger imidlertid lite litteratur på hvordan det å jobbe med denne typen arbeid påvirker klovner, musikere, kunstnere og andre underholdningsartister, som ofte har lite skoloring i psykisk helse (Lenette & Procopis, 2017). Som underholdningsartist står man i en unik situasjon, da man er til stede for å engasjere barna og gi dem et avbrekk fra det vanskelige, i kontrast til helsepersonell. Samtidig viser det begrensede omfanget av litteratur som finnes på dette temaet at det å samhandle med mennesker som har en usikker fremtid foran seg og lever i sårbare situasjoner kan negativt påvirke egen psykisk helse, også for artister og utøvere. For eksempel fant Lenette & Procopis (2017) sin studie på frivillige musikere som sang sammen med asylsøkere, at arbeidet blant annet kunne gi opphav til følelser av maktesløshet og moralsk stress. Dette er et kunnskapsgap som er viktig å tette, da lek og kreativitet er nødvendig, og som nevnt ovenfor, også et uvurderlig bidrag til humanitærfeltet. Denne oppgaven ønsker da å bidra til økt kunnskap om hvordan man kan holde på de frivillige i denne sektoren.

Teoretisk rammeverk

I denne delen av oppgaven presenteres relevant teori og empiri for å gi en forståelsesramme til oppgaven. Tidligere litteratur om hvordan klovnerollen påvirker mennesket bak rollefiguren, eksisterer i begrenset omfang. Majoriteten av forskningen som presenteres har dermed blitt gjort på andre frivillige. Tidligere forskning bidrar likevel til å gi et innblikk i hvilke påvirkninger humanitært arbeid kan ha, samt hvilke faktorer som gjennomgående er viktige for opprettholdt frivillig deltakelse.

Tidligere forskning på sykehusklovner

Av det som foreligger av forskning på klovner, er en betydelig del studier av sykehusklovnens opplevelse av sitt arbeid. En studie på sykehusklovner i India avdekket at klovnekunst opplevdes som meningsfullt for de frivillige (Lalantika & Yuvaraj, 2020). Gjennom arbeidet lærte individene å forstå seg selv bedre, samtidig som at de utviklet altruistisk atferd og empati. Å etablere relasjoner til barna opplevdes som helbredende. I tillegg opplevde flere at de gjennom karakteren kunne oppnå ubetinget aksept fra barna, som bidro til personlig vekst. På den andre siden kunne det i perioder være vanskelig å fortsette med arbeidet, da man kommer tett på lidelse og traumer. Å spille klovn krever at man evner å opprettholde smil og positivitet; altså må egne indre kamper og negative følelser maskeres, selv i møte med vanskelige inntrykk. Det å være bevisst på hvordan arbeidet påvirker ens psykiske helse og å ta ansvar for å jobbe med seg selv, ble trukket frem som vesentlig (Lalantika & Yuvaraj, 2020). For å kunne effektivt utføre arbeidet må man klare å holde en sunn distanse til de vanskelige skjebnene man møter. Annen forskning har vist at hensiktsmessige mestringsstrategier hos klovnene, hvor mye erfaring man har og kvaliteten på relasjonene innad i medlemsorganisasjonen er beskyttende faktorer mot utbrenthet og emosjonelle vansker. Støtte fra teamet og opplevelsen av fellesskap kan også kompensere for negative konsekvenser (Diotaiuti et al., 2022).

Meningsfullhet

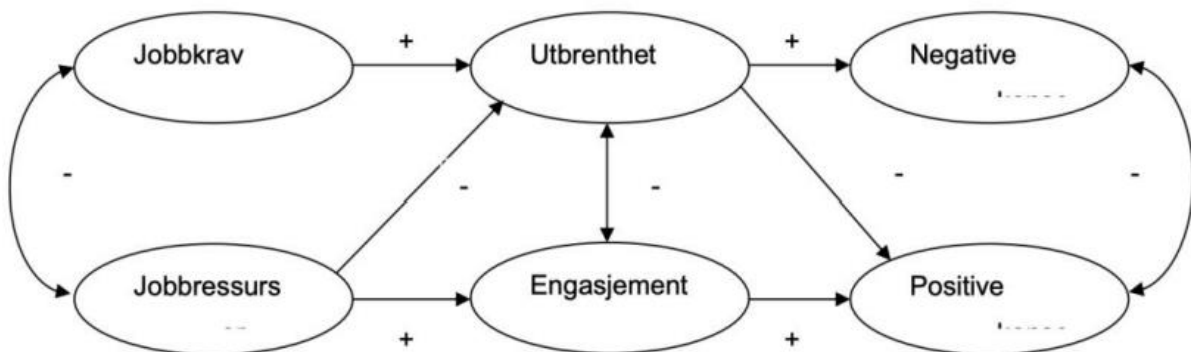
Til tross for at studien til Lalantika & Yuvaraj (2020) fant at sykehusklovner opplevde arbeidet som meningsfullt, er det generelt få studier på meningsfullhet innenfor frivillig arbeid. Likevel anses dette som viktig fordi det som finnes av forskning på temaet tyder på at det er av positiv betydning for frivilliges helse. Meningsfullhet defineres noe ulikt i litteraturen, men felles er en følelse av at det man gjør er av betydning og har en større hensikt eller et større mål (Florian et al.,

2018; Weller et al., 2023; Yim & Fock, 2013). Forskning på meningsfullhet i betalt arbeid viser at dette kan øke motivasjon og prestasjon, mens opplevelsen av lite mening på den andre siden kan føre til kjedsomhet og negative holdninger til jobben (Yim & Fock, 2013). Forskning på viktigheten av meningsfullhet i livet generelt viser videre at denne følelsen henger sammen med psykisk helse, deriblant lykke, tilfredshet, stress, angst og depresjon (Schnell & Hoff, 2012). Av det som finnes av litteratur på meningsfullhet i frivillig arbeid, har Schnell & Hoff (2012) vist at frivillige opplever mer meningsfullhet enn andre. Det er likevel usikkert om dette er knyttet til arbeidet, eller om individer som opplever større grad av mening i livet oftere melder seg som frivillige. Mening er også funnet å være påvirket av antall timer med frivillig arbeid; de som var frivillige mindre enn to timer i uken opplevde noe mindre meningsfullhet enn de med flere timer (Schnell & Hoff, 2012). Stolthet over arbeidet og å anse det som et mål med livet er også forbundet med meningsfullhet. Stolthet henger igjen sammen med frivilliges sosiale identitet og opplevelsen av å tilhøre en gruppe med høy status, altså kan frivillig arbeid være en viktig kontekst for identitetsutvikling (Yim & Fock, 2013).

En studie av Barnard & Furtak (2020) basert på frivillige på et sykehus i Afrika, fant at meningsfullhet kunne føre til resiliens blant hjelpearbeiderne, dvs. at de kunne bedre tilpasse seg krevende arbeidssituasjoner. Det er også blitt funnet at direkte arbeid med kriserammede, slik som i feltarbeid, kan oppleves meningsfullt i større grad enn indirekte arbeid (Jachens et al., 2018). Opplevelsen av meningsfullhet kan altså bidra til økt forståelse for hvorfor noen forblir frivillige, selv under belastende forhold, mens andre slutter. Samfunnets opplevelse av arbeidet som meningsfullt kan også påvirke den frivillige. Dersom det frivillige arbeidet beskrives som særlig meningsfullt i samfunnet, kan det føre til at frivillige også kjenner på mening knyttet til arbeidet. Dersom samfunnet derimot endrer oppfatningen av arbeidet som meningsfylt, eksempelvis når humanitære kriser «glemmes», kan frivillige endre arbeidsmetoder på en dysfunksjonell måte for å opprettholde nivået av opplevd meningsfullhet. Det kan føre til overarbeid, økt konfliktnivå og økt rigiditet blant frivillige. For noen kan dette videre føre til stress, angst og utbrenthet (Florian et al., 2018). Dette viser at ønsket om å oppleve mening i arbeidet noen ganger kan medføre negative konsekvenser for den frivillige, i tillegg til de positive.

JD-R-modellen og arbeidsforhold

I tillegg til forskning på spesifikke faktorer, slik som meningsfullhet, har det opp gjennom årene blitt foreslått flere modeller for å forklare hvordan ulike karakteristikker ved jobben kan påvirke individers helse og velvære. En av disse er jobbkrav-ressursmodellen (JD-R-modellen) (Bakker & Demerouti, 2007). Modellen forklarer hvordan jobbkrav- og ressurser spiller sammen, og påvirker individet i positiv eller negativ retning. Jobbkraav defineres som fysiske, psykiske, sosiale og organisatoriske aspekter ved jobbsituasjonen. Dette inkluderer blant annet høyt arbeids- og tidspress, utydelig rollefordeling, lite tilfredsstillende fysisk arbeidsmiljø og emosjonelt krevende interaksjoner med brukere/klienter (Bakker & Demerouti, 2007; Schaufeli, Bakker & van Rhenen, 2009). Jobbkraav er i seg selv ikke negativt, men for høye kraav kan føre til stress, redusert energi, irritasjon, negative helseutfall, og på lang sikt også utbrenthet. Jobbressurser kan på sin side fungere som en buffer mot for høye jobbkrav. Dette er et vidt begrep, og inkluderer både fysiske, psykiske, sosiale og organisatoriske aspekter ved arbeidet (Schaufeli & Bakker, 2004; Schaufeli, Bakker & van Rhenen, 2009). Det kan omhandle lønn og arbeidssikkerhet, miljøet i gruppen og støtte fra ledelse og kolleger, organisering av arbeidet, blant annet tydelig rollefordeling og inkludering i avgjørelser, eller det kan knyttes til selve arbeidet, som å anse oppgavene som betydningsfulle og varierte, opplevd autonomi og gode tilbakemeldinger (Bakker & Demerouti, 2007). En opplevelse av tilstrekkelig tilgang på ressurser i forhold til kraav er assosiert med jobbengasjement, som kjennetegnes av dedikasjon til arbeidet, økt energi og mental resiliens (Schaufeli, Bakker & van Rhenen, 2009).



Figur 1: Jobbkraav-ressursmodellen (JD-R-modellen) (Schauefli & Bakker, 2004).

Risiko- og beskyttelsesfaktorer i tilknytning til arbeidsforhold

Til tross for at det er relativt få studier som undersøker JD-R-modellen i frivillig arbeid har modellen vist seg nyttig i et bredt spekter av andre jobber, ettersom jobbkrav- og ressurser finnes i ulike varianter i mange arbeidssituasjoner. Flere argumenterer også for at mange risiko- og beskyttelsesfaktorer i frivillig arbeid kan forstås som krav og ressurser i modellen, og modellen kan derfor være nyttig for å forstå konsekvenser av det frivillige arbeidet. Organisatorisk støtte kan eksempelvis ses på som en ressurs (Brooks et al., 2015). Flere studier trekker frem dette som en viktig faktor for psykiske helseutfall blant humanitære arbeidere. Oppfattet organisatorisk støtte (POS) handler om opplevelsen av at organisasjonen bryr seg om de ansattes velvære og setter pris på det arbeidet de gjør. Ifølge Organisational support theory (OST) påvirker POS de ansattes/frivilliges innsats (Aldamman et al., 2019). I tillegg har flere studier undersøkt både beskyttende og belastende organisatoriske faktorer blant frivillige som jobber med flyktninger. Belastende faktorer, som mangelfull opplæring og oppfølging, samt fysisk og mentalt krevende arbeid øker risikoen for blant annet stress, redusert velvære og emosjonell utmattelse (Eriksson et al., 2009; Josam et al., 2022). På motsatt side er oppfattet organisatorisk støtte assosiert med mestringsfølelse (Aldamman et al., 2019), og god opplæring ses på som en beskyttende faktor i stressende miljøer (Brooks et al., 2015). God ledelse har også vist seg å øke velvære blant frivillige, og en studie av Travers og kolleger fant konsensus blant frivillige hjelpearbeidere om at aktiv lytting var en vesentlig faktor for god ledelse (Travers et al., 2022). På motsatt side er dårlige rollefordelinger og manglende forståelse for de frivilliges behov assosiert med stress og depresjon etter oppdrag, og det er foreslått at ledere i hjelpeorganisasjoner trenger ekstra god kunnskap om hvordan traumatiske opplevelser kan påvirke de frivillige (Brooks et al., 2015).

Godt fungerende grupper/team og støtte fra kolleger har også vist seg å være viktig for hjelpearbeideres psykiske helse, og er en ressurs, ifølge JD-R-modellen (Brooks et al., 2015). Både gruppesamhold og kollegial støtte er assosiert med redusert emosjonell utbrenthet. En studie av Josam og kolleger viste i tillegg at godt samarbeid, trygt gruppemiljø og en god forståelse for individuelle behov økte arbeidstilfredsheten til de frivillige. Felles bo-ordninger for de frivillige under oppdrag med flyktninger er også vist å ha beskyttende effekt (Josam et al., 2022). Støtte fra kolleger kan bidra til stressmestring, øke opplevd meningsfullhet i arbeidet og øke resiliens

(Brooks et al., 2015; Jachens et al., 2018). Disse funnene samsvarer også med den overnevnte forskningen på sykehusklovner (Diotaiuti et al., 2022).

Moralsk stress og moralsk skade

Lenette & Procopis (2017) sin studie på frivillige musikere avdekket at enkelte av artistene kunne kjenne på følelser av moralsk stress i møte med asylsøkerne, samt undre over hvorvidt innsatsen deres faktisk utgjorde en forskjell. Lek og sosiale aktiviteter kan medføre at situasjonen til asylsøkerne og flyktningene blir mer utholdelig, men kan likevel ikke forandre deres utsikter til å påvirke egen fremtid (Lenette & Procopis, 2017). Dette samsvarer med forskning opp gjennom årene som viser at opplevde emosjonelle påvirkninger som hjelpearbeider ikke er begrenset til primær- eller sekundærtraumatisering, men kan også være knyttet til å være passivt vitne til umenneskelig behandling samt å måtte foreta vanskelige etiske valg (Truman & Berdondini, 2023). Som hjelpearbeider kan man være nødt til å stå i situasjoner uten å kunne gripe inn, samt stå i etiske dilemmaer slik som f.eks. hvor man skal prioritere å dra for å hjelpe på et begrenset budsjett. Begrepet moralsk stress er benyttet for å beskrive følelsen som oppstår i individet når det vurderer en situasjon som uforenelig med egne moralske overbevisninger. Resultatet eller konsekvensen er definert som moralsk skade, som kan inkludere følelser av angst, frustrasjon, skyldfølelse, eksistensiell krise og sosiale og psykologiske vansker (Truman & Berdondini, 2023). Kort oppsummert samsvarer ikke den faktiske virkeligheten med folks verdier, noe som fører til psykiske vansker. Dette er spesielt funnet blant hjelpearbeidere når de kjente på følelser av å «ikke være i stand til å gjøre nok». Det må imidlertid nevnes at begrepene moralsk skade og moralsk stress brukes noe overlappende i litteraturen (Truman & Berdondini, 2023; Gabrielsson et al., 2021; Feinstein et al., 2018).

Moralsk stress er mye brukt innenfor sykepleieryrket. En studie på sykepleiere i møte med flyktninger i akuttpsykiatrisk omsorg, fant at sykepleierne følte seg maktesløse over å ikke kunne påvirke asylprosessen (Gabrielsson et al., 2021). Da kan det være at mennesker uten en helsefaglig rolle kjenner på maktesløshet i enda større grad, i fraværet av å tilby direkte behandling/hjelp, slik som i studien til Lenette & Procopis (2017) hvor de frivillige følte at, som passive omreisende musikere, var det vanskelig å kunne vite hvorvidt de utgjorde en forskjell eller ikke. Det er funnet at dersom sykepleiere lærer seg å fokusere på det de faktisk utretter og anerkjenner eget bidrag, samt er bevisst sine begrensninger, kan de beskytte seg selv mot følelser av moralsk stress.

Kollegial støtte og det å sette av tid til å reflektere rundt arbeidet er også poengtert (Gabrielsson et al., 2021). En studie på journalister som reiste for å dekke migrasjonskrisen i Europa, fant videre at en overkommelig arbeidsmengde og organisatorisk støtte var to faktorer som kunne motvirke utviklingen av moralsk stress (Feinstein et al., 2018).

Fremmedgjøring og avkobling fra lokalsamfunnet

Det er også funnet at det å komme hjem fra oppdrag og måtte omstille seg en ny identitet, kan være en tung emosjonell belastning (Truman & Berdondini, 2023). Musikerne i studien til Lenette & Procopis (2017) opplevde både glede og sorg ved interaksjonene med asylsøkerne; det var uunngåelig at relasjoner mellom de frivillige og beboerne ble etablert, noe som også gjorde det vanskeligere å dra fra dem eller se dem bli forflyttet/deportert, uvitende om deres videre skjebner. En studie blant profesjonelle hjelpearbeidere som jobbet med flyktninger og asylsøkere i Australia fant også at arbeiderne følte seg fremmedgjort og distansert fra «vanlige australiere» i etterkant av oppdrag, som følge av sine erfaringer. Denne følelsen påvirket deres personlige relasjoner, da det kunne være vanskelig å eksempelvis være i forhold med noen som ikke hadde lignende erfaringer (Roberts et al., 2018). Det samme resultatet er også funnet for frivillige hjelpearbeidere som arbeidet i den nå nedlagte flyktningleiren i den franske havnebyen Calais. De frivillige beskrev blant annet at en økt bevissthet over situasjonen i verden kunne skape en distanse til familie og venner, samt til dagligdagse aktiviteter, da livet hjemme ble ansett som overfladisk og det å formidle det de hadde sett på reise var vanskelig. Traumer og å være vitne til traumer kan koble mennesker fra seg selv, sine relasjoner og lokalsamfunnet. Det er vesentlig å finne en måte å leve med eget privilegium uten å bli lammet av skyldfølelse (Hughes et al., 2020).

Et frivillig team med psykologer reiste til Calais i 2016 for å tilby støtte til hjelpearbeiderne; blant tiltakene som ble innført var nettopp det å gi dem muligheten til å reflektere over overgangen tilbake til lokalsamfunnet samt over hvordan de kan håndtere måtene de har endret seg på gjennom arbeidet. Skype-samtaler ble også tilbudt til frivillige som hadde kommet hjem. Opplevd tilhørighet med de andre frivillige og erfaringsutveksling ble ansett som nyttig. Det å forberede de frivillige på å komme hjem igjen kan altså være et nyttig tiltak som kan iverksettes av hjelpeorganisasjoner for å ivareta deres psykiske helse (Hughes et al., 2020). I tillegg til organisatoriske tiltak kan flere individuelle faktorer også generelt påvirke hjelpearbeideres resiliens. Blant annet er egenomsorg på oppdrag, i form av søvn, næringsrik mat, fysisk aktivitet

og avspenningsøvelser trukket frem i litteraturen (Ghodsi et al., 2020). Manglende egenomsorgsstrategier kan blant annet bidra til redusert effektivitet og forsterke følelsen av fremmedgjøring (Roberts et al., 2018).

Et annet poeng som kan vanskeliggjøre reintegreringen til lokalsamfunnet er at det kan oppstå et merkbart skille mellom den frivilliges politiske holdninger og andres (Hughes et al., 2020). Frivillighet markedsføres ofte som apolitisk. Målet til hjelpeorganisasjoner er som regel å bidra til engasjement og konkret støtte, ikke nødvendigvis å utfordre politiske institusjoner eller skape vidstrakt sosial endring. Forskning viser imidlertid at grensene mellom frivillighet og mer politiserte former for engasjement kan endre seg eller utviskes over tid (Monforte & Maestri, 2022). Humanitær hjelp til flyktninger kan på mange måter ses på som «strategisk humanitarisme» ettersom den, i hvert fall implisitt, motsetter seg en restriktiv migrasjonspolitik og ønsker å oppnå oppslutning for en mer progressiv praksis. Selv om en del frivillige begynner utelukkende med intensjonen om å hjelpe enkeltpersoner, er det naturlig at man gjennom erfaring og kunnskap i økt grad blir politikk-bevisst og kritisk til systemet. Som engasjert for flyktninger kan det være utfordrende å observere og bli konfrontert med intolerante og rasistiske holdninger i samfunnet og på personlig plan, og samtidig unngå å havne i en politisert debatt om temaet. Det opprinnelige ønsket om politisk nøytralitet kan komme i konflikt med følelser av frustrasjon og sinne over andres uvitenhet, og egen tilknytning og lojalitet til organisasjonen eller formålet; altså kan det oppleves som et moralsk dilemma for den frivillige. Uten at man nødvendigvis begynner å delta aktivt i politikken, kan mange frivillige likevel sies å bedrive en type «stille politikk» i sitt personlige liv som følge av dette, slik som å foreta livsstilsendringer i hverdagen (Monforte & Maestri, 2022).

Postkolonial teori

Samtidig som at man ser et økt behov for organisert humanitær hjelp, er det også viktig å problematisere at nærmest ethvert individ kan reise ut som frivillig til områder hvor mennesker lever i depriverte kår. Postkolonial teori understreker viktigheten av å rekonstruere sosiale narrativer og være bevisst hvilke diskurser som benyttes (Knott, 2017). Historisk har vesten hatt et imperialistisk prosjekt for å kolonisere stater i sør, noe som betyr at vestlig kultur har hatt en overlegenhet. Postkolonial teori hevder at arven fra kolonialismen har vedvarende konsekvenser politisk, sosialt og økonomisk, også i dag. Enkelte frivillige kan benytte diskurser om at man er til

stede som «giver» eller «frelser», mens de som mottar humanitær hjelp er «ofre» som må «reddes». En slik hierarkisk forståelse undergraver det faktum at konteksten er et produkt av historisk privilegium og maktubalanse. Mange frivillige, på tross av velmente intensjoner, har ikke kunnskap om hvordan deres tilstedeværelse kan bidra til å opprettholde eksisterende strukturer for undertrykkelse, i stedet for å motvirke dem. For eksempel fant en studie på hjelpearbeidere i møte med flyktninger på Lesbos og Chios i Hellas, at de frivillige hadde en tendens til å kun sosialisere seg med hverandre på fritiden istedenfor å bli kjent i lokalsamfunnet, noe som medførte at de i større grad kategoriserte flyktningene som «de andre» på stereotypiske måter. De kunne også stå i fare for å redusere flyktningenes forsøk på å utøve autonomi, i en setting der denne allerede var svært begrenset (Knott, 2017).

En del individer kan også være motivert av andre faktorer enn kun å hjelpe, slik som selvutvikling eller å finne mening. Det er eksempelvis blitt nevnt at frivillig arbeid kan være knyttet til identitetsbygging (Yim & Fock, 2013). En feilaktig antakelse kan være at selv uerfarne individer fra vestlige land kan utgjøre en stor forskjell for mennesker som lever i belastende kår i løpet av noen få oppdrag. Cole (2012) (siteret i Welty & Bolton, 2017) har kalt dette «White-Savior Industrial Complex». Det å skape permanent endring er imidlertid en langvarig oppgave, og dermed er et fokus på å lære om situasjonen og kulturen sannsynligvis et mer realistisk utgangspunkt. Den frivillige står i en posisjon hvor hen kan reise inn og ut av leirene, ofte uten langvarig forpliktelse, mens flyktningen på den andre siden er nødt til å bli værende, uavhengig av resultatet (Welty & Bolton, 2017). En bevisstgjøring på historisk og kulturell kontekst, samt fokus på verdier og tverrkulturell utveksling kan føre til at man behandler flyktningene på en mer likeverdig og human måte. Frivillige organisasjoner har altså et ansvar for å eksplisitt utfordre diskurser samt de frivilliges motivasjoner for oppdrag i utlandet, slik at mer gjensidige interaksjoner kan oppnås (Knott, 2017). Det er funnet at frivillig arbeid kan være positivt for begge parter i stor grad dersom kritisk refleksjon er til stede (Welty & Bolton, 2017).

Den humanitære klovnen

Klovnen som karakter har gjennom historien spilt en sentral rolle i samfunnet. Sirkusklovnen sendes opp på scenen for å distrahere, underholde og frembringe latter. Klovnenes evner strekker seg imidlertid langt utover humor. Gjennom sin unike posisjon som verken medlem av eliten eller fullt ut del av sitt publikum, som et fantasifullt vesen løsrevet fra virkelighetens kontekst, kan

klovnene bevege seg mellom verdener og operere utenfor samfunnets grenser (McCusker, 2023a, s. 13-35). Dette gjør den humanitære klovnene til en ideell forgrunnsskikkelse i krisesituasjoner preget av kaos og uforutsigbarhet; den har potensiale til å bryte gjennom både språklige, kulturelle og maktbarrierer og bygge fellesskap, håp, tillit og glede. Klovnene er ikke overlegen flyktningene på linje med andre; den er ikke til stede for å behandle eller redde flyktningene, men heller for å påminne dem hva det betyr å simpelt være et menneske. Gjennom bruken av sine virkemidler kan den ha en helbredende psykososial effekt (McCusker, 2023b, s. 37-53). En studie om betydningen av idrett i en flyktningleir fant i samsvar med dette at lek, i tillegg til alle sine tidligere nevnte positive effekter, har potensiale til å balansere ut makthierarkier. Gjennom at arrangørene – i denne studien frivillige trenere – turte å dumme seg ut og gjøre feil i leken, kunne de skape mer likeverdige og inkluderende interaksjoner med barna (Koopmans & Doidge, 2021). På samme måte kan klovnene sies å spille på egne svakheter for å fremme latter og moro.

Oppgavens problemstilling

Det ble innledningsvis oppgitt at det foreligger lite forskning på frivillige innenfor underholdningsbransjen. Klovning i humanitære kontekster er et komplekst anliggende, og vi har argumentert for at det er et behov for denne kompetansen innenfor flyktningarbeid. Den presenterte forskningen viser at det å jobbe tett med flyktninger kan ha både positiv og negativ påvirkning for helsearbeidere og andre frivillige. Økt kunnskap om hvordan denne typen arbeid påvirker frivillige klovner er derfor viktig, for å kunne ivareta dem og sikre kontinuerlig deltakelse. Som nevnt stilles det ingen krav til helsefaglig bakgrunn eller erfaring i *TFS*. «Seagull-metoden» krever i tillegg et høyt energinivå, og mange av de frivillige deltar fulltid på prosjekter. Lederen for *TFS Norge* har vært svært positiv til utførelsen av en kvalitativ studie på de frivillige klovnenes opplevelse av arbeidet, og ønsker også tilbakemelding på hvordan organisasjonen kan bedre ivareta sine medlemmer (Nordgaard, 2023).

Med bakgrunn i dette er oppgavens problemstilling som følger: «**Hvilken psykologisk påvirkning har utenlandsoppdrag hatt på frivillige i *The Flying Seagulls*, og hva er årsakene til at de fortsetter i organisasjonen?**»

Med grunnlag i overnevnt teori og empiri fremsettes i tillegg to hypoteser:

Hypotese 1: Opplevd meningsfullhet i arbeidet kan kompensere for potensielle negative påvirkninger, og er en vesentlig årsak til at de frivillige fortsetter i organisasjonen.

Hypotese 2: Som følge av manglende helsefaglig kompetanse og autoritet opplever klovnene moralsk stress.

Metode

Her vil det redegjøres for metodisk tilnærming, datainnsamlingens fremgangsmåte, analysering samt hvilke etiske betraktninger som ble foretatt underveis i arbeidet.

Utvalg og rekruttering

Formålet med studien var å undersøke hvilke påvirkninger utenlandsoppdrag har hatt på den psykiske helsen til frivillige i *TFS*. En kvalitativ metodisk tilnærming ble ansett som best egnet for å besvare dette, da vi ønsket å utforske medlemmenes perspektiver og få frem rikere beskrivelser av erfaringene deres (Anderson, 2010). I utgangspunktet ønsket vi å komme i kontakt med tidligere frivillige, for å kunne belyse årsaker til at de forlot organisasjonen. Dette viste seg å være vanskelig; derfor ble problemstillingen revidert for å inkludere fortsatt aktive medlemmer, og basert på svarene, etter hvert utvidet til å også omfatte deres motivasjon for å fortsette med arbeidet. Det eneste inklusjonskriteriet var at de hadde reist på minst ett utenlandsoppdrag. For å rekruttere deltakere, sendte lederen i *TFS Norge*, Bendik Nordgaard, ut e-post med et informasjonsskriv om studien (se appendiks A) til alle frivillige og tidligere frivillige i organisasjonen. Informasjonsskrivet ble skrevet på engelsk for å nå ut til alle *TFS* sine avdelinger, inkludert England og Nederland. Informasjonen inkluderte formålet med studien, prosedyrene for intervju, at det var frivillig og anonymt å delta, rettigheten til å trekke samtykke på ethvert tidspunkt, samt kontaktinformasjon. Som følge av lite respons ble det etter et par uker sendt ut en ny e-post, hvor det ble lagt ved et kortere og mindre teknisk informasjonsskriv, etter forslag fra leder om hvordan best vekke interesse for prosjektet (se appendiks B).

Etter at de første deltakerne tok kontakt, ble snøballmetoden benyttet for å rekruttere ytterligere medlemmer. Det var deltakerne selv som tok kontakt med andre frivillige i organisasjonen, og videreformidlet vår kontaktinformasjon. Det er usikkert hvor mange deltakere som tok kontakt etter å ha snakket med andre frivillige, og hvor mange som tok kontakt kun etter å ha lest informasjonsskrivet som ble sendt på mail. Vi fikk i alt åtte deltakere til studien, både kvinner og menn. Deltakerne hadde til sammen reist med alle de tre avdelingene til *TFS*, men ingen av deltakerne var selv fra Nederland. Demografiske variabler vil ikke utdypes videre, av hensyn til informantenes anonymitet. Erfaringsmengden varierte, fra å ha kun deltatt på ett utenlandsoppdrag, til å ha vært jevnlig aktiv i mange år. Alle frivillige som ønsket å delta i studien

ble invitert til intervju. Dersom vi derimot hadde fått mange flere deltakere, måtte vi antakeligvis ha satt en maks grense som følge av arbeidsmengden og ønsket om å gå i dybden på hvert intervju.

Utforming av intervjuguide og gjennomføring av intervjuer

Det ble på forhånd produsert en intervjuguide både på norsk og engelsk med spørsmål vi ønsket å få besvart (se appendiks C og D). Tidlig i prosessen tok vi initiativ til et intervju med lederen av *TFS Norge*, Bendik Nordgaard, for å få økt innsikt i måten organisasjonen jobber på samt den organisatoriske strukturen i virksomheten. Intervjuet ble gjennomført over telefon på grunn av for lang reisevei til å få gjennomført det fysiske, og ettersom vi hadde tekniske problemer med videosamtalen. Intervjuet med leder fungerte som et hjelpeverktøy i arbeidet med utformingen av intervjuguiden, og ble også benyttet i innledningen til oppgaven, da vi fikk tillatelse til å sitere ham.

Hovedtemaene vi ønsket å komme innom i intervjuene, med eksempler på spørsmål som ble stilt, var:

- Bakgrunnsinformasjon og hvorfor deltakerne ble med i *The Flying Seagulls*: «Hva er grunnen til at du ble med i organisasjonen?»
- Erfaringer fra utenlandsoppdrag: «Hvordan er/var det å jobbe med barn som lever i belastende miljøer?»
- Positive og negative konsekvenser av det frivillige arbeidet: «Hvordan påvirker/har arbeidet påvirket deg psykisk?»
- Tanker om organisasjonen: «Hva synes du om rutinene i organisasjonen for å følge opp frivillige i forkant, underveis og i etterkant av oppdrag?»

Det ble gjennomført ett semistrukturert intervju med hver deltaker i perioden mars-april 2023. Hvert intervju varte i 35-60 minutter. Intervjuguiden ble benyttet som et hjelpemiddel, heller enn en ufravikelig oppskrift. I stedet tok vi utgangspunkt i informasjonen som fremkom og tilpasset spørsmål ut fra dette. Begge studentene var med på alle intervjuene for å sikre flere perspektiver, i tillegg til at begge da fikk god oversikt over dataene. Fire av intervjuene ble gjennomført på engelsk, og fire på norsk. Alle sitater fra intervjuene videre i oppgaven vil likevel være på norsk,

for å sikre anonymitet. Intervjuene ble gjennomført på zoom, ettersom deltakerne befant seg på ulike steder i landet og i verden. Til tross for at dette kan ha medført at informasjon har forsvunnet, eksempelvis på grunn av dårlig dekning, dårlig lyd og fordi digital kommunikasjon kan stå i fare for å i økt grad oppleves kunstig, erfarte vi ingen betydelige problemer med kvaliteten på videosamtalen. Vi anså derfor zoom som tilstrekkelig, og den beste mulige løsningen for å få gjennomført intervjuer med deltakere i flere land. Det ble etter samtykke tatt lydopptak av intervjuene for å lettere kunne transkribere og analysere dataene. Lydopptakene ble oppbevart på en kryptert minnepinne, som ble lagret i et låst skap på en sikker plass. Før intervjuene signerte også deltakerne et samtykkeskjema (se appendiks A), som ble lagret sammen med minnepinnen.

Analysering av datamaterialet

Alle intervjuene ble transkribert ortografisk før analyseringen (Smith, 2015, s. 202). Vi fordelte transkriberingen av intervjuene jevnt mellom oss. Deretter ble elementer fra Braun og Clarks seks steg benyttet i videre analyse (Smith, 2015, s. 231-246). For å sikre best interrater-reliabilitet, leste begge studentene hver for seg gjennom alle intervjuene gjentatte ganger og utviklet deskriptive koder (Smith, 2015, s. 263). Deretter sammenlignet vi kodene, og søkte etter tentative tema hver for oss. Vi diskuterte temaene hver av oss hadde funnet, og kom til slutt i fellesskap frem til fire tema, basert på hvilke opplevelser som stod frem som særlig betydningsfulle for deltakerne og de relevante mønstre relatert til problemstillingen. Et slikt samarbeid ble ansett som en styrke for analyseringen, og for å best sikre at kompleksiteten i datamaterialet ble fanget opp. En av oss brukte NVivo i analysearbeidet, mens den andre kodet for hånd som følge av problemer med NVivo på pc-en.

Forskningsetikk

Det ble søkt om godkjenning fra Norsk senter for forskningsdata (NSD) til å samle inn persondata. Søknaden ble godkjent 15.11.2022. Det ble ikke søkt om godkjenning fra Regional forskningsetisk komité (REK) ettersom vi ikke direkte samlet inn helseopplysninger. Kopier av lydfiler og transkripsjoner, samt samtykkeskjema slettes etter godkjent hovedoppgave. Lydfilene ble gitt egne kodenavn (intervju 1-8), og oppbevares på kryptert minnepinne i et låst skap på en sikker plass, sammen med samtykkeskjemaene.

The Flying Seagulls er en relativt liten organisasjon, der vårt inntrykk er at mange kjenner hverandre godt. Som følge av at snøballmetoden delvis ble benyttet i rekrutteringsfasen, kan det tenkes at flere av deltakerne, og styret i organisasjonen, har kjennskap til hvilke frivillige som har deltatt i studien. En utfordring var derfor å skrive om utvalget og resultatene uten at noen av deltakerne kunne stå i fare for å bli gjenkjent. For å unngå dette, beskrives derfor karakteristikker generelt. Antall kvinner og menn og hvilke land deltakerne kommer fra, beskrives ikke. I tillegg er alle sitater oversatt til norsk. Vi har også forsøkt å unngå sitater hvor det er vanskelig å oversette uten at språk og/eller kultur blir synlig.

Resultater

Analysearbeidet avdekket fire tema som begge studentene ble enige om i fellesskap. Temaene belyser både positive og negative aspekter ved arbeidet som kan ha psykologiske påvirkninger på deltakerne, samt deres opplevelse av å tilhøre TFS som organisasjon. De fire temaene beskrives kort i tabellen under, med understøttende eksempler fra intervjuene.

Tema	Beskrivelse	Eksempel fra intervju
Betydningen av mestringsstrategier for å takle moralsk stress	Opplevelsen av å reise til områder med dårlige levestandarder, og ikke være i stand til å endre situasjonen til barna. Å ha mestringsstrategier for å unngå moralsk stress/skade beskrives som vesentlig for å kunne takle arbeidet.	<i>«Når situasjonen er så dårlig, men jeg kan ikke endre den som enkeltperson. [...] Hvis jeg hadde tenkt for mye på det, tror jeg at jeg ville slitt veldig. [...] Jeg må dissosiere for mitt eget beste».</i>
Fremmedgjøring og endret verdisyn	Opplevelsen av fremmedgjøring fra livet i hjemlandet etter å ha returnert fra prosjekt, som viser seg som motstand mot materialisme og tristhet og sinne overfor andres uvitenhet og ansvarsfraskrivelse.	<i>«De [folk i hjemlandet] spør hvordan har det vært, og så begynner du å fortelle, og så har de egentlig ikke lyst, eller de tør ikke helt å høre på alt egentlig, fordi de har ikke lyst å skjønne hva som foregår».</i>
Opplevelse av meningsfullhet	Tro på «seagull-metoden» og at arbeidet har positiv betydning og effekt på barna. Flere beskriver dette som en av årsakene til at de valgte å bli frivillige i TFS fremfor en annen organisasjon.	<i>«Jeg ble forelsket i liksom metoden og det at det er barn vi jobber med og at det handler bare om å leke og ha det gøy, og at man skal prøve å gi så mye energi og glede til et menneske som man kan, det er veldig tiltalende».</i>

Organisatorisk- og kollegial støtte	Opplevelsen av samhold og å kunne snakke med kolleger om det vanskelige. Beskrivelse av organisatoriske tiltak for de frivilliges psykiske helse, og en følelse av at organisasjonen tar til seg tilbakemeldinger for å bedre ivareta medlemmene.	«Det har vært fint å se at de [organisasjonen] faktisk lærer og vokser, [...] det betyr at jeg faktisk kan si noe og vite at de vil lære og vokse fra det».
-------------------------------------	---	---

Betydningen av mestringsstrategier for å takle moralsk stress

Flere av deltakerne beskrev det som krevende å være vitne til at barn lever under dårlige kår. Følelsen av å ikke kunne gjøre mer med situasjonen er vanskelig. En av de frivillige uttrykte at «Det er så mye traumer, og det er det veldig vanskelig å på en måte bare gå bort fra». En annen beskrev at: «Jeg tok mye av det inn over meg, mye av traumene». En gjennomgående utfordrende opplevelse er det å måtte forlate barna under disse forholdene: «Man blir veldig glad i dem, og så må man forlate dem og, eh, kanskje man forlater dem i kår man skulle ønske de ikke levde i». For mange føles det som et moralsk dilemma at organisasjonen må prioritere mellom å være lenger på én plass for å kunne ha en større innvirkning på barna, satt opp mot kortere opphold og heller reise flere steder for å hjelpe flest mulig barn. Klovnearbeidet ble beskrevet som betydningsfullt, men oppleves likevel ikke alltid som godt nok: «Det var så tungt å, å se hva [...] arbeidet vårt kan gjøre for ungene, og så er det så kjipt å ikke kunne gjøre det mer, sant, for du, det er så mange man skal innom».

Flere beskrev at det å konstant måtte være i karakter er utfordrende. Det kom frem av intervjuene at TFS ønsker å fremstille klovnene som «magiske vesener» uten menneskelige behov, som ikke skal spise, drikke eller åpenlyst være lei seg. Det forventes at de frivillige opprettholder et høyt energinivå, forholder seg smilende og hjelper barna gjennom leken. Det å ikke skulle vise noen negative følelser og å ikke reagere på det man ser, f.eks. de inhumane boforholdene, beskrives som vanskelig: «[...] Man kan ikke få utløp for sånne ting før man på en måte er hjemme og kan senke skuldrene og være seg selv igjen». En del frivillige fortalte også om hendelser som oppstod i leirene og på barnehjemmene hvor de var uenige i de voksnes avgjørelser og oppdragelsesmetoder. De var imidlertid begrenset av klovnepersonaen sin og kunne dermed ikke gripe inn i situasjonen:

«Det var noen situasjoner der jeg tenkte sånn, å hei, ehm, nå får jeg veldig, veldig, veldig lyst å gripe inn» og «Det er en stor, en stor forskjell på måten man ser på barn på, altså oppdragelse og, jeg er, kan jo være uenig i mange av de tingene som skjer [...] og måten de, ehm, oppfører seg mot barn på, av og til».

Nesten samtlige informanter beskrev det som anstrengende å ikke knytte personlige relasjoner til barna under prosjektene, spesielt når det var barn som hadde lyst på en klem eller til å sitte på fanget deres. TFS har strenge retningslinjer rundt interaksjonene mellom klovnene og barna, for å beskytte barna og forhindre relasjonsbrudd da de frivillige skal reise videre på et tidspunkt. Det ble beskrevet at prosjektlederne forsøker å gripe inn dersom de observerer at et barn holder på å bli spesielt knyttet til en av de frivillige. Mange av informantene uttrykte at det på tross av dette er uunngåelig at relasjoner blir etablert, noe som blant annet gjør det vanskeligere å dra fra barna. En informant forklarte at det føles «vondt» å trekke seg unna barna og å unngå fysisk nærhet. En annen formidlet at «*Du lengter definitivt etter relasjoner med barna, fordi at du ikke nødvendigvis kan holde på klovnepersonaen og alter-egoet ditt hele tiden*». Samtidig sa flere av de frivillige at de forstår policyen til organisasjonen, og at de vet at det er det riktige å gjøre. En informant reflekterte over at man kan bli ansett som «nummen» eller «følelsesløs» når man opprettholder en distanse, men at med tiden har hen forstått at dette bidrar til at maktubalansen mellom de frivillige og flyktningene jevnes ut: «*Da blir barna du jobber med bare barn, i motsetning til flyktningbarn som trenger å reddes og er traumatiserte*».

Nødvendigheten av å utvikle mestringsstrategier for «å cope» og være i stand til å takle de krevende situasjonene ble understreket av samtlige frivillige. De hyppigst nevnte strategiene var trening, å snakke om følelsene sine med andre, både andre «seagulls» og nærkontakter, å sette grenser for seg selv og prioritere alenetid for å lade opp batteriene, og å ikke være for selvoppofrende. I tillegg ble det nevnt at det å dissosiere noe fra situasjonen og å unngå å tenke på hva barna har gjennomgått, kan fungere godt for å komme seg gjennom arbeidsdagen når man kjenner på at det er vanskelig: «*Når jeg var [...] med ungene [...] så prøvde jeg på en måte å ikke tenke så masse på at de her kommer fra krig og elendighet. [...] Det er barn som jeg skal bringe inn noe fint til*». Mange beskrev at de aktivt forsøker å fokusere på at de bidrar med noe viktig og positivt, i kraft av at de lærer bort leker til barna som de kan fortsette med, selv etter at TFS har

dratt videre: *«Og så prøvde jeg óg å tenke at, men, det er jo mest fint, sant, alt det jeg har brakt inn, alt det vi har brakt inn i livet til ungene er jo, det er jo helt fantastisk, tenker jeg»*. Noen av de frivillige trakk også frem ansvarsfraskrivelse som en strategi:

«Jeg prøver jo å tenke at, eh , i hvert fall at det liksom ikke er (sukker), av og til så tenker jeg sånn, ja, men det er jo ikke mitt ansvar, sant, men så er vi jo der fordi man vil ta, ta litt ansvar, sant».

I tillegg ble det lagt vekt på betydningen av erfaring og av å være frivillig over tid, i forhold til å klare å utføre arbeidet uten å la seg selv bli overveldet over det man er vitne til og av negative følelser. Dette illustreres av følgende sitat: *«Jeg aksepterer ikke situasjonen i det hele tatt, jeg aksepterer den ikke, men jeg har lært at dette er realiteten. Og jeg kan utgjøre en forskjell her og der [...] Jeg har lært meg å håndtere følelsene mine»*. Noen av de frivillige beskrev at det ble lettere å fokusere på hva man selv kan gjøre for å forbedre situasjonen istedenfor å være lei seg, etter hvert som man i økt grad hadde blitt vant til inntrykkene. Tidligere erfaring med barn ble trukket frem som en beskyttende faktor som gjorde det enklere å stå i krevende situasjoner. Det ble også poengtert at det oppleves som en fordel og en trygghet å ha med seg flere erfarne frivillige på prosjekt, slik at disse overstiger antallet ferske frivillige.

Fremmedgjøring og endret verdisyn

I forlengelse av forrige tema, beskrev flere informanter at det er krevende å komme hjem igjen fra oppdrag og ikke vite hvordan det går med barna videre og om de får se barna igjen. En av de frivillige sa at: *«Jeg kjenner faktisk på tristhet over barna der ute og familiene, du vet, å vite at mange av dem fortsatt er i denne leiren»*. Flere beskrev også at de kjenner på skyldfølelse over å forlate barna i belastende kår og å selv komme hjem til trygge omgivelser: *«Du ser barn som har vært gjennom mye, og det er i hovedsak vanskelig å forlate dem, mer enn noe annet. Og dra tilbake til et fint, varmt hus og tryggheten i mitt eget hjemland»*. En annen fortalte om både personlige følelser av skyld, og skam og sinne rettet mot verden generelt:

«Hvem er jeg til å leve et fint liv, når det er så mye lidelse der ute. [...] Og så begynte jeg å være bitter på alle andre [...] som hadde et fint liv, liksom hva er det du holder på med».

Bitterhet og frustrasjon over hvordan media og politikerne i hjemlandet responderte på flyktningssituasjonen og følelsen av at den blir ignorert, var et gjennomgående tema. En informant sa at «Jeg tror jo det å liksom, at man blir veldig frustrert på verden, da, at folk aksepterer at barn kan leve i sånne forhold, eller generelt mennesker, da». En annen uttrykte at: «[Det å] komme hjem og fortelle om flyktningkrisen, og den forsvant mer og mer i media, [man] kjente ofte at man kom på en måte med mørket, da, som folk hadde lyst å glemme».

I tillegg fortalte mange av de frivillige om vansker med å tilpasse seg livet i hjemlandet, som følge av en økt bevissthet om flyktningssituasjonen og urettferdigheten i verden. Gjennomgående var irritasjon og frustrasjon over andres ubetydelige problemer og de materialistiske verdiene i lokalsamfunnet. En informant beskrev det slik: «Når du kommer hjem til [land] og kjenner liksom til de store forskjellene, og folk snakker om å pusse opp badet». En annen uttrykte at: «Du er så involvert i nyhetene og flyktningssituasjonen, og så kommer du tilbake og blir på en måte bombardert med konsumerisme». Flere innrømte at dette har bidratt til at de har mindre tålmodighet med folk generelt, og at det enkelte ganger kan være vanskelig å vise empati for venner og families problemer:

«Det å dra hjem igjen er bare veldig rart for meg, fordi ingen har virkelig opplevd de tingene jeg har. Og det er vanskelig, altså jeg prøver å være sympatisk for de tingene jeg bør være sympatisk for, men jeg tenker bare åå, dine problemer er så små».

Det at de fleste ikke har opplevd og vært vitne til de samme inntrykkene, kan også føre til at man føler seg distansert fra familie og folk rundt seg: «Jeg tror det har skapt mer distanse mellom meg og folk som ikke driver med den her type arbeid, eller folk som ikke klarer å relatere». En av de frivillige ytret at det er uaktuelt å knytte relasjoner med individer som ikke var interessert i å høre mer om situasjonen.

Mange av de frivillige fortalte at de opplever at venner og familie faktisk viser interesse for arbeidet de gjør, og stiller dem spørsmål om temaet. Likevel føler flere at det kan være utfordrende å dele erfaringene sine. Mange kjenner på at de ikke blir validert på opplevelsene sine, enten fordi

at andre ikke klarer å forstå, som følge av manglende kunnskap og erfaring, eller fordi de ikke ønsker å høre om de negative aspektene ved arbeidet, kun de positive. En informant beskrev at:

«Når jeg forteller om hvordan leveforholdene er, så sier folk veldig ofte sånn, åja, vi er heldig som bor i [land] og så børster det av seg sånn, og så er det sånn, okei, ja, jeg fortalte den her historien så du bare skulle føle deg heldig».

En annen fortalte at:

«Ja, det oppleves som at folk har lyst, de spør hvordan har det vært, og så begynner du å fortelle, og så har de egentlig ikke lyst, eller de tør ikke helt å høre på alt egentlig, fordi de har ikke lyst å skjønne hva som foregår, for det merker man».

En del beskrev imidlertid at de får mye positivt ut av å dele opplevelsene sine og prate med andre frivillige, fordi at de har like verdier og lik forståelse, eksempelvis

«Det å dele erfaringer er absolutt nyttig, som når vi har gruppesamtaler eller telefonsamtaler eller hva som helst. Å dele erfaringer med folk som har vært gjennom de samme tingene er veldig nyttig, det er veldig bra, fordi vi alle er likesinnede, vi har sett de samme tingene, vi kan relatere til hverandre».

Flere sa at de var medlem i whatsapp-grupper med andre frivillige, for å holde seg oppdatert også når de er hjemme og for å føle seg mer koblet til arbeidet.

En annen utfordring som ble fremhevet i forbindelse med det å komme hjem var også det å dra fra de andre frivillige, ettersom man hadde blitt vant til å bo tett på andre mennesker og ofte hadde vært med den samme gruppen over flere uker. En informant beskrev at *«Rart å komme hjem, da hadde jeg jo bodd liksom sammen med et klovneteam, sant, på ti stykker, [...] man blir jo veldig tett på en sånn tur».* Noen beskrev også at det på tross av tilpasningsvanskene, også kan være fint å komme hjem. Arbeidet som klovn er energikrevende, og selv om det er vanskelig å dra fra de andre frivillige, er det også deilig å få en pause fra arbeidet: *«Veldig deilig å komme hjem. Eh, å*

kunne bare slappe av, å ikke gi inn den energien, å ha, måtte ha den energien hver dag, for det er jo veldig intenst». En annen reflekterte over viktigheten av å ta seg tid til å slappe av mellom oppdragene og å ta seg tid til å kjenne på og bearbeide følelsene sine: *«[...] Å vite at jeg har en annen tur planlagt er også nyttig, å vite at jeg kan reise tilbake, men også å vite at jeg har tid til å hvile først, det er også nyttig. Så det er en balanse mellom de to tingene».* En del av de frivillige beskrev at omstillingen tilbake til lokalsamfunnet og det å være rundt andre mennesker hadde blitt lettere med erfaring. En strategi som ble nevnt for å takle det opplevde gapet mellom egen forståelse og andre, er å minne seg selv på at man ikke har ansvar for å endre andre mennesker. En informant uttrykte at:

«[Jeg] tillater meg selv å kjenne på sinne når jeg ser, ehm, mangelen på kunnskap om hva som skjer i verden, og minner meg selv på at jeg ikke trenger å utdanne alle [...] om hva som skjer. Du vet, jeg kan bare gjøre jobben og la det være nok».

Det kom frem at mange av de frivillige føler at arbeidet har medført at de har endret hvordan de selv lever livene sine, og at de prioriterer andre verdier. Flere beskrev at de ikke lenger har lyst på en overdådig livsstil og masse penger, eksempelvis: *«Eh, det har påvirket meg, [...] jeg har blitt mindre opptatt av materialistiske ting».* Det ble også gjentatte ganger ytret at mange kjenner seg takknemlige i økt grad over det de allerede har, illustrert av sitatet: *«Det at det her barnet har det jævlig har fått meg til å sette pris på hvor bra jeg har det».* Flere beskrev at det å omstille seg en ny identitet i hjemlandet er vanskeligere enn å være på prosjekt, og at de savner å drive med arbeidet når de er hjemme. En informant uttrykte at: *«[...] Det var bare enklere når du er der ute, du har din ene jobb som du skal gjøre, og det er det, og ingen spør hvordan var det? fordi at du vet ikke hvordan du skal svare på det».* Andre sa at de anser arbeidet til TFS som mer meningsfullt enn alt annet de gjør i hverdagen sin og at de derfor ser frem til å kunne dra på nye prosjekt.

Opplevelse av meningsfullhet

Det tredje temaet som ble avdekket var opplevelsen av meningsfullhet i arbeidet. Flere av de frivillige fortalte om følelsen av å ikke vite hva de skulle drive med, og ikke ha noe mål i livet, før de oppdaget TFS: *«Det [arbeidet] har på en måte blitt formålet med livet mitt», «Det er det mest utrolige arbeidet jeg har gjort i hele mitt liv»* og *«det her med å faktisk kunne hjelpe noen, og føle at man kan ha en positiv effekt i noen sitt liv, det har jeg alltid savnet, og nå har jeg funnet det».*

Flere uttalte at arbeidet gir dem glede, energi og stolthet. En informant beskrev det som at *«Arbeidet gir meg mye mening og glede, eh, og jeg føler meg veldig drevet til å gjøre det her arbeidet, eh, så det gir meg mye energi, jeg føler en slags stolthet i arbeidet vi gjør og det vi får til»*. En annen gjennomgående opplevelse var at arbeidet har endret dem fundamentalt som individer, og at de føler at de har blitt bedre mennesker: *«Jeg føler det har forbedret meg mye som menneske»* og *«Jeg tror aldri at jeg kan slutte. For når jeg først begynte som «seagull», forsvant personen jeg pleide å være. Det bare endrer psykologien din fullstendig, når du begynner med flyktningarbeid, tror jeg. Vel, for meg endret det tankesettet mitt»*.

Mange av de frivillige understreket også at fellesskapet i organisasjonen og at det å ha funnet en gruppe individer med like verdier tilførte dem en følelse av mening. Det ble også nevnt at de føler at de er en del av noe større enn dem selv ved å hjelpe andre. En informant uttrykte at: *«Jeg kunne hatt veldig sånn vanskeligheter med å se meninger i, synes livet er litt absurd og sånn, og for meg, å føle at man gjør noe, og se den gleden og tilstedeværelsen i det fellesskapet, er det jeg har søkt etter»*. Noen informanter reflekterte over hvorfor de følte at de ønsket å utgjøre en forskjell for flyktningene, og nevnte viktigheten av å ha jobbet med seg selv på forhånd for å klare å utføre arbeidet med riktig motivasjon og som en god etisk handling. En informant sa at:

«Jeg tror at alle, liksom alle de som jobber med flyktninger, alle disse menneskene har masse kjærlighet i seg, og de kan ha mange traumer selv, men du vet, til syvende og sist er de omsorgsfulle mennesker. Det er fantastisk arbeid. Jeg tror bare at folk trenger å bli tatt vare på når de er der [på oppdrag], fordi de er så emosjonelle og følsomme vesener».

Flere av medlemmene i organisasjonen fortalte at de har erfaring fra annet frivillig arbeid. Samtlige beskrev fokuset på lek og gledesspredning som givende i større grad enn tidligere frivillig arbeid, fordi at de gir barna en barndom og en grunn til å smile i en belastende kontekst. I tillegg understreket mange av informantene at de har sterk tro på «seagull-metoden». Metoden ble beskrevet som høyenergisk og interaktiv, der maktbalansen mellom den voksne og barnet brytes. Det å aktivisere barna og ta deres lek på alvor ble trukket frem som en viktig faktor. En av de frivillige forklarte at:

«Jeg ble forelsket i liksom metoden og det at det er barn vi jobber med og at det handler bare om å leke og ha det gøy, og at man skal prøve å gi så mye energi og glede til et menneske som man kan, det er veldig tiltalende og veldig gøy, eh, så ja, etter det så var jeg frelst».

En annen uttrykte at:

«Det er veldig viktig for meg [...] å ta ungene på alvor, å ta leken deres på alvor, og, eh, og spille videre på det de bringer inn, for da føler de seg sett. Så for meg er det veldig givende å være omgitt av, eh, av andre voksne, og jobbe med andre voksne som har det samme synet som meg på barn».

Noen av informantene syntes spesielt at det å danne seg en klovnepersona var viktig i arbeidet og ga dem mening, eksempelvis: «fant tilbake til klovnen, og ja, det er noe med den kontakten, menneskelige kontakten som klovnen kan skape, og se feilene i mennesker, og [...] skaper et fellesskap mellom mennesker med å se alle våre sårbarheter og sånt». Andre fremhevet aspektet med å bringe sirkuset til flyktningbarna, og mente at dette bidrar til å humanisere dem:

«Vi er passerende utøvere, men det er viktig – det er like viktig. Hvorfor skulle ikke et syrisk barn som bor i en flyktningleir [...] gå på sirkus? Humaniseringen av barna er veldig enkel og tydelig» og «De [barna] har vært gjennom så mye at det tar fra dem barndommen, og jeg tror vi hjelper dem med å bringe den tilbake».

En av de frivillige beskrev at, ettersom «seagull-metoden» er interaktiv, blir det en delingsopplevelse mellom klovnene og barna istedenfor en ovenfra-og-ned interaksjon:

«de lærte noe til oss, sant. De, de kunne noe som vi ikke kunne. Så de sang og vi spilte, og vi lærte dem noe, og de viste noe til oss, om sin, om sitt språk og sin kultur. Det var en sånn fin sånn delingsopplevelse».

En annen beskrev at TFS, gjennom å fokusere på å følge barnas lek, utfordrer makthierarkier:

«Og jeg tror at, «seagullene» for meg alltid har vært en motstand mot visse former for makt, mot hvordan vi skal jobbe og ikke jobbe med barn og så videre. «Seagullene» er bare sånn at, vi skal bare ha det gøy, hver dag skal være ulik basert på hva barna gjør».

På spørsmål om hva som var den viktigste årsaken til at de fortsatte i organisasjonen, svarte nærmest alle de frivillige at det å se påvirkningen arbeidet har på barna er avgjørende, eksempelvis: *«Det aller viktigste er det jeg nevnte tidligere, som er påvirkningen [på barna]», «det er mer meningsfylt for meg hvis jeg får være lenge og påvirke. Fordi du gjør en skikkelig, en skikkelig forskjell da»* og *«at det er atferdsendringer hos ungene, eh, at de får mer sånn tilhørighet og eierskap»*. Bakgrunnen for at dette var den viktigste årsaken var at det var meningsfullt og oppløftende å se målbare resultater, understøttet av sitatet: *«Og du har en følelse av at du gjør noe bra, som om du kan føle det og vet det [...] det er veldig givende»*. De fleste sa at det var lettere å se påvirkningen på barna dersom de forble på et sted over lengre tid og at dette hadde større effekt, selv om mange uttrykte at endringen er synlig også i løpet av kort tid og at de vet at arbeidet er viktig uansett. Samtidig sa mange også at det å skape en større påvirkning ofte medførte at det hadde blitt etablert en relasjon med barna på et dypere nivå, noe som også gjorde at det var vanskeligere å forlate dem: *«Det er vanskeligere å forlate dem, men jeg føler at jeg får ha en større innvirkning [på barna]»*. Flere av de frivillige nevnte også at de opplevde at det var flere positive konsekvenser ved arbeidet enn negative, og samtlige av informantene sa at de ikke hadde tenkt på å slutte som følge av de negative virkningene av arbeidet: *«Og ja, selvfølgelig er det en negativ innvirkning på hjernen min og alt, men, men ja, det [positive] oppveier det negative, sikkert, hundre prosent, en million prosent»* og *«Jeg vil jo tro i og med at jeg fortsetter med det og har lyst til å fortsette med det, så må det jo ha mye mer positive virkninger enn negative»*.

Organisatorisk- og kollegial støtte

Flere av informantene fremhevet betydningen av gode kolleger, ettersom de frivillige bor tett på hverandre og jobber sammen, ofte flere uker i strekk. Det kom frem at dette kunne være intenst og by på utfordringer, men at det samtidig var overraskende lett å leve sammen ettersom organisasjonen tiltrakk seg likesinnede individer. Mange nevnte at det var godt samhold og at kollegene var fleksible, med stor forståelse for hva enkeltpersoner hadde behov for. En informant beskrev det som at *«det kunne være noen sånne utfordringer, eh, men absolutt ikke mange utfordringer i forhold til hvor, eh, hvor bra vi hadde det sammen, og hvor bra det funket og hvor*

fleksible folk er». Flere fortalte også at de har fått gode venner i organisasjonen, og at støtte fra kolleger var en viktig årsak til å fortsette som frivillig. En av informantene beskrev forholdet slik:

«Det er noe av grunnen til at jeg drar tilbake igjen også, det er liksom det med barna og så er det muligheten til å bli så godt kjent med nye folk, som også har valgt å spre glede, som derfor er veldig mange interessante, spennende folk, eh, nydelige, og på en helt annen måte bli kjent enn det man gjør som voksen i samfunnet ellers, da. [...] Man blir jo en familie etter et par uker».

Av utfordringene som ble nevnt var at bo-ordningene ofte vanskeliggjør det å få alenetid, som kan være slitsomt innimellom:

«Det er ganske intenst, eh, vi bor jo, altså vi prøver jo alltid å holde kostnadene våre nede, så vi bor jo ofte i, på så liksom små kår som mulig, [...] og så sann på noen måter er det veldig slitsomt, eh, at man ikke får noe alenetid, da».

En av de frivillige reflekterte over at arbeidet til TFS krever at man er over gjennomsnittlig glad i å være rundt mennesker: *«Jeg tror jo på en måte du må være, ehm, ganske ekstrovert for å kunne drive med det lenge, for du, det er så intenst med folk hele tiden».*

Når det gjelder støtte fra ledelsen og på organisatorisk nivå, fortalte flere av informantene om en vesentlig endring fra tidligere år, enten slik de hadde opplevd det selv, eller hørt fra andre. Arbeidet for noen år tilbake ble beskrevet som svært intens og nærmest uten fridager, samt at ingen ble tilbudt støttesamtaler verken under eller etter oppdragene. I tillegg ble det nevnt at det ofte var én eller få personer som var teamledere på prosjekt og som dermed hadde alt ansvaret for organiseringen, noe som flere beskrev som et lite sunt hierarki. En av de frivillige formidlet at: *«Ja, det har vært dager med sann ti, tolv arbeidstimer og steder man ikke har fått helg og sann, men jeg har jo lært av det på en måte».* En annen sa at: *«ting har blitt bedre. I begynnelsen tror jeg ikke at jeg fikk noe emosjonell støtte».* I forhold til lite rollefordeling og følelsen av manglende autonomi på oppdragene beskrev en av informantene at: *«det er en organisasjon med underholdere, og liksom, underholdere har egoer, og det spiller også inn».* Alle informantene beskrev at de har en opplevelse av at det er mye større fokus på de frivilliges velvære i dag. TFS

har nå fått på plass to fridager i uken på oppdrag og tilbud om oppfølgingssamtale etter prosjekt, enten med en psykolog eller med en av de erfarne medlemmene i organisasjonen. Noen av informantene fortalte også at de har fått tilbud om gruppesamtale med en psykolog under oppdragene. Flere var fornøyde med at det har blitt en jevnere fordeling av arbeidsoppgaver, hvor alle gruppemedlemmene bidrar:

«[...] nå har vi delt opp arbeidsoppgavene mye mer sånn at alle som er på et oppdrag skal bidra mye mer og fordele det, og det gjør bare at folk føler seg mer, eh, verdifull, og at den ene ikke, eh, jobber 350 prosent på en måte».

Alle informantene beskrev også en generell tilfredshet med opplæringsuken til TFS for nye frivillige: *«Synes den er veldig god. Synes de er flinke til å følge oss opp, og på bare sånn, eh, alle på teamet også er så opptatt av, eh, å bearbeide ting sammen, og sørge for at alle har det bra».* Samtlige informanter mente at organisasjonen er i vekst, og at det kontinuerlig jobbes for å implementere nye tiltak. En av de frivillige poengterte at:

«Det er en ung organisasjon, og det er noen i organisasjonen som hele tiden har jobbet for å bli bedre, og det er selvfølgelig ting som kan bli bedre, men det tror jeg alle er klar over, på en måte, og alt er ikke perfekt fordi det er umulig».

Flere av medlemmene beskrev at de føler at de blir lyttet til, og at det å gi ledelsen feedback fungerer, eksempelvis:

«En av de tingene som gjør bra er at de er villige til å vokse og de er villige til å se sine feil og de er villige til å endre seg som en organisasjon for å gjøre ting bedre. Det hjelper meg, fordi at det betyr at jeg faktisk kan si noe og vite at de vil lære og vokse fra det».

Mange av de frivillige reflekterte over mulige forbedringer. Et mye repetert forslag var ønsket om å bli kontaktet av en psykolog etter å ha kommet hjem fra oppdrag, fremfor å selv måtte ta kontakt dersom man ville benytte seg av tilbudet for å snakke med noen. En informant begrunnet at: *«Ja, jeg tror det er litt sånn, eh, terskelen for å si ja, det trenger jeg, da skal du være ganske, da tror*

jeg det allerede har gått for langt». Det ble også uttrykt at det var ønskelig at denne kontaktpersonen ikke hadde tilknytning til TFS, men var utenforstående helsepersonell. Andre forslag til forbedringer som ble nevnt var det å ha en videosamtale med andre frivillige før oppdrag slik at man kan bli introdusert for de man skal bo sammen med på forhånd, innsjekk og utsjekk underveis på oppdragene, og organiserte gruppesamtaler med andre frivillige med fokus på erfaringsutveksling. En informant uttrykte at:

«Dette er en gruppe med i overkant snille mennesker, og alle ønsker at man skal føle seg trygg, verdsatt og kunne ta opp ting. Men når man er veldig opptatt, liksom «omg, hvor skal vi dra nå, hvor er bilen, hva skjer», liksom, da kan man glemme at man er i et virkelig trygt miljø med mindre man får muligheten til å sette ord på det».

Noen nevnte også at den organisatoriske strukturen kunne vært bedre, eksempelvis at de tre grenene til TFS i økt grad samkjører seg slik at alle er oppdatert på hverandres prosjekter. Mange formidlet at de har sterk tro på at organisasjonen vil fortsette å vokse og bli bedre på å ivareta de frivillige: *«Jeg tror at «seagullene», du vet, det kan være en ting som kan fortsette i lang tid, dersom det er en sunn måte å jobbe på og sånt, så ja»* og *«jeg tror at det bare vil fortsette å bli bedre».*

Diskusjon

Formålet med studien var å utforske hvilken psykologisk påvirkning utenlandsoppdrag har hatt på de frivillige klovnene i *TFS*, samt årsakene til at de fortsetter i organisasjonen. Det foreligger begrenset litteratur på effekten av flyktningarbeid på frivillige i underholdnings- og klovnebransjen, til tross for at betydningen av lek i humanitært arbeid er bredt dokumentert. Denne oppgaven søkte derfor å bidra til økt kunnskap om temaet. Et mål var også å supplere ledelsen i *TFS* med forståelse for medlemmenes perspektiver og for hvordan de kan bedre ivareta sine frivillige. Med utgangspunkt i tidligere forskning ble det fremsatt en hypotese om at klovnene, som følge av manglende helsefaglig kompetanse og autoritet, føler på moralsk stress i møte med flyktningbarna. Det ble også ansett som sannsynlig at opplevd meningsfullhet i arbeidet kan kompensere for eventuelle negative påvirkninger, og er en vesentlig årsak til opprettholdt deltakelse blant de frivillige. Fire tema ble avdekket gjennom prosessen: betydningen av mestringsstrategier for å takle moralsk stress, opplevelse av meningsfullhet, fremmedgjøring og endret verdisyn, og organisatorisk- og kollegial støtte.

Viktigheten av å se påvirkningen av arbeidet på barna

Resultatene viste at for nærmest samtlige av de frivillige er det å se påvirkningen arbeidet har på barna, den avgjørende årsaken til at de fortsetter i organisasjonen. Dette ble begrunnet med at endringer i barnas væremåte er et målbart resultat. Observasjonene oppleves dermed som oppløftende og bidrar til en sterk følelse av meningsfullhet. Det ble formidlet at det oppleves som at man oppnår større endringer, dersom de frivillige forblir på ett sted over lengre tid. Dette medfører også at det er enklere å observere påvirkningene arbeidet har på barna. På den andre siden oppleves det som utfordrende i større grad å forlate barna etter lengre opphold, som følge av at man da har rukket å bli kjent med dem. De frivillige beskrev også at det er vanskelig å forlate barna i de belastende forholdene de lever under. Det å ikke være i stand til å gjøre mer med situasjonen deres kan gi opphav til følelser av maktesløshet og moralsk stress. *TFS* har retningslinjer vedrørende å knytte for tette bånd med flyktningene, for å beskytte både flyktningene og de frivillige. Disse inkluderer blant annet å begrense den fysiske nærheten til barna. Til tross for dette fremkom det av intervjuene at fysisk nærhet er vanskelig å unngå, og at man likevel som oftest ender opp med å etablere en spesiell relasjon til et eller flere barn. På spørsmålet om det var ett spesifikt øyeblikk fra oppdragene som hadde hatt spesielt stor innvirkning på de frivillige,

fokuserte alle historiene på nettopp et individ som de hadde fått en unik forbindelse til. Det moralske stresset som de frivillige opplever er altså i stor grad knyttet til å bli kjent med barnet og dets historie, samt å måtte forlate det i belastende kår.

Klovnekarakteren og betydningen av mestringsstrategier for å takle moralsk stress

Klovnekarakteren de frivillige spiller medfører spesifikke utfordringer. Det å måtte skjule følelsene sine under oppdragene over lengre tid kan være vanskelig, og flere beskrev at det er lite tid til å bearbeide de emosjonelle inntrykkene i løpet av arbeidsdagen. Arbeidet forutsetter videre at de frivillige evner å forholde seg smilende og energiske, og bevarer illusjonen av seg selv som magiske vesener, selv i møte med ubehagelige inntrykk. Dette er i tråd med resultatene fra studien til Lalantika & Yuvaraj, hvor sykehusklovnene opplevde det som utfordrende å måtte kontinuerlig skjule sine negative følelser (2020). Informantene beskrev videre at det kan oppstå situasjoner hvor de sterkt ønsker å gripe inn, eksempelvis dersom de er uenige i måten de ansatte ved barnehjemmene eller flyktingleirene behandler barna på. Imidlertid faller dette utenfor deres mandat, ettersom de er til stede primært som underholdere og ikke har den formelle autoriteten til å ta stilling til disse forholdene. Slikt sett kan dette bekrefte hypotesen om at de frivillige, som en direkte følge av klovnerollen, kjenner på følelser av moralsk stress, da det å avstå fra å intervensere går imot deres personlige etiske overbevisninger. Det er relevant å sammenligne dette med Lenette & Procopis sin forskning på frivillige musikere, hvor deltakerne i likhet med klovnene, følte på moralsk stress, som følge av at de ikke kunne endre asylsøkernes fremtidsutsikter og livsvilkår (2017).

På den andre siden fortalte også de fleste at de har sterk tro på arbeidsmetoden, og for mange var klovnerollen en vesentlig bidragsyter i forhold til å velge nettopp *TFS* som organisasjon. Særlig ble det unike fokuset på lek og gledesskapning beskrevet som tiltrekkende, samt følelsen av at klovnene medvirker i å gi barna en del av barndommen tilbake. Mange av informantene uttalte at de anser det som sin kjernesak at folk forstår og verdsetter effekten underholdning har i tilknytning til å utgjøre en forskjell innenfor humanitære kontekster, og at de anser dette som et like viktig bidrag for flyktningbarna som nødhjelp, mat og så videre. Tidligere litteratur har som nevnt funnet at lek kan bidra til opphav av følelser av mestring og normalitet, selv under belastende forhold (Koopmans & Doidge, 2021). Det å være til stede med det formål å bidra med humor og glede, og gi flyktingene en pause fra det de står i, oppleves altså som svært positivt, til tross for at rollen

også har sine begrensninger. En mulig forklaring på dette kan være at de frivillige er gode til å ha fokus på det de gjør, fremfor det de ikke kan gjøre, noe som også blir trukket frem som en mestringsstrategi av flere av informantene. Dette er i samsvar med tidligere forskning, som har funnet at det å reflektere rundt arbeidet og å fokusere på og anerkjenne eget bidrag, kan hjelpe mot følelser av moralsk stress (Gabrielsson et al., 2021). Alle informantene nevnte videre at de opplever at det er flere positive konsekvenser av det frivillige arbeidet enn negative. Samtidig ble det understreket at det er nødvendig å utvikle egenomsorgsstrategier, for å klare å motvirke de negative emosjonelle virkningene, slik som å trene, prioritere alenetid, sette grenser for seg selv og prate ut om opplevelsene sine. I likhet med dette fant studien til Diotaiuti og kolleger at hensiktsmessige mestringsstrategier kan fungere beskyttende mot emosjonelle vansker (2022).

«Seagull-metoden» bidrar til å bryte maktbarrierer

Et annet aspekt ved arbeidet som ble fremhevet som positivt av flere frivillige var at «seagull-metoden» bidrar til å bryte maktbarrierer. Gjennom at klovnene tar innspill fra barna og tilpasser aktivitetene ut ifra deres ønsker, blir interaksjonene i større grad gjensidige istedenfor hierarkiske. Som klovn er man heller ikke avhengig av å kunne kommunisere via verbalt språk, noe som støtter etableringen av fellesskap på tvers av kulturforskjellene de frivillige konfronteres med. I tillegg tilføres barna autonomi ved at de blir sittende igjen med både mestringsfølelse og kunnskap om leker som de kan gjenoppta, også etter at *TFS* har dratt videre. Dette er fordelaktig ifølge postkolonial teori, som understreker viktigheten av at hjelpearbeidere er forsiktige med narrativer om at flyktninger skal «reddes» av «givere» fra vesten, og at man ikke forsterker dynamikker som kan undertrykke eller begrense deres selvstendighet (Knott, 2017). Svarene fra studien gir videre inntrykk av at *TFS* som organisasjon er opptatt av å bevisstgjøre sine medlemmer på konteksten flyktningarbeid finner sted i og oppmuntrer til kritisk refleksjon rundt uheldige hierarkiske forståelser, noe som tidligere er funnet å virke fremmede på humanitært arbeid (Welty & Bolton, 2017). Det er videre sannsynlig å anta at det at klovnene er tilknyttet sirkuset, bidrar til å motvirke forestillinger av flyktningene som fundamentalt annerledes, og heller fører til at de blir ansett som likeverdige individer. Sirkuset er av natur et omreisende fenomen som på et tidspunkt skal pakke sammen og dra videre, uavhengig av hvor i verden det befinner seg og hvem som er publikum. Fra et slikt perspektiv kan dette skape normalitet i en ellers ekstraordinær setting, og muligens gjøre det enklere for de frivillige i *TFS* å behandle flyktningbarnet på samme måte som man hadde behandlet et hvilket som helst annet barn, på en hvilken som helst annen plass i verden. I samsvar

med dette forteller flere av informantene at de aktivt forsøker å tenke på barna de møter som vanlige barn, og at dette i tillegg er en strategi som benyttes for å beskytte seg selv fra å bli overveldet av negative følelser rundt å ikke kunne kontrollere skjebnene til flyktningene.

Opplevelsen av meningsfullhet og erkjennelsen av eksisterende maktstrukturer

Mange av informantene uttalte at det å jobbe som «*seagull*» har blitt en stor del av deres identitet, og er det mest meningsfulle de gjør. Flere fortalte at de ikke hadde noe mål i livet før de oppdaget organisasjonen. Igjen bekrefter dette tidligere forskning om at frivillig arbeid kan bidra til identitetsbygging (Yim & Fock, 2013). Bernard & Furtak fant at meningsfullhet kan bidra til resiliens, som igjen kan forklare at de frivillige blir i organisasjonen til tross for negative psykologiske påvirkninger (2020). Det er et interessant funn at den personlige kontaktetableringen med enkelte barn oppleves som det mest meningsfulle i arbeidet, simultant som at organisasjonen av forståelige grunner ønsker å begrense den. Også tidligere forskning på sykehusklovner har illustrert at det kan oppleves som en personlig gevinst å kjenne på nærhet til og motta kjærlighet fra barna man møter (Lalantika & Yuvaraj, 2020). Dette trenger ikke nødvendigvis å være negativt, så lenge gevinstene ikke overgår motivasjonen av å hjelpe og bidra på en empatisk måte. Ut ifra et postkolonialt perspektiv kan det argumenteres for at retningslinjene til *TFS* bidrar til å skape en distanse som er etisk riktig. Dette er fordi flyktningene til syvende og sist er den svake part i forholdet mellom de frivillige og barna, og dermed i større grad er sårbare for relasjonsbrudd. Til tross for at flere av de frivillige skulle ønske at de kunne være med barna over lenger tid og bli bedre kjent med dem, kan dette være positivt for å beskytte begge parter mot uønskede ettervirkninger. Disse inkluderer relasjonsbrudd for barna, og at det blir vanskeligere å forlate dem for de frivillige. Altså må den frivilliges behov for mening her settes opp mot nødvendigheten av å beskytte de involverte.

Legger man en slik postkolonial forståelse til grunn, kan det også tenkes at det i noen av de overnevnte tilfellene, hvor de frivillige beskrev følelser av moralsk stress som følge av at de som klovner ikke kunne gripe inn der de var uenige i situasjonshåndteringen, likevel kan anses som etisk riktig. Litteraturen understreker betydningen av å ha innsikt i at man som hjelpearbeider er til stede i en avgrenset tidsperiode, og ikke nødvendigvis besitter ekspertisen eller berettigelsen til å skape vidstrakte endringer. Igjen handler det om å erkjenne maktubalansen som ligger i bunn preget av historisk vestlig privilegium og kontekst, slik at man ikke aktualiserer «White-Savior

Industrial Complex» (Welty & Bolton, 2017). Ut ifra dette perspektivet kan det være at klovnekarakteren tvert imot bidrar til en sunn begrensning av de frivilliges autoritet, og hindrer dem i å gripe inn og uttale seg i situasjoner der de egentlig ikke har tilstrekkelig kompetanse og forståelse til å bedømme omstendighetene, og står i fare for å umyndiggjøre andre aktører. Samtidig kan det være at det også er situasjoner hvor det absolutt vil være riktig å ytre sin mening, og de frivilliges følelser av moralsk stress bør ikke ignoreres. Uansett, er det vesentlig at de frivillige har fokus på balanserte interaksjoner under oppdragene og en respekt for kulturforskjellene som kan foreligge, noe det i stor grad virker som om de har. Det må understrekes at flere aspekter ved arbeidet oppleves som meningsfullt for de frivillige, ikke kun relasjonene til flyktingene. Flere uttalte at arbeidet generelt gir dem glede, energi og stolthet. I tråd med dette er følelsen av å kjenne på stolthet og det å anse det frivillige arbeidet som et mål med livet, også funnet å være forbundet med meningsfullhet (Yim & Fock, 2013). Fellesskapet med andre frivillige og det å ha funnet en gruppe med likesinnede individer ble også beskrevet som å bidra til opplevelsen av meningsfullhet. De fleste erkjente i tillegg at de var klare over at arbeidet de gjør har en betydning uansett, uavhengig av hvor synlig påvirkningen er på barna. Det ble også formidlet at de frivillige har forståelse for retningslinjene til organisasjonen vedrørende å begrense kontaktetableringen med barna, på tross av at det å følge dem kan være utfordrende i praksis.

Fremmedgjøring og endret verdisyn

Flere av de frivillige beskrev skyldfølelse av å forlate barna i belastende kår og selv kunne komme hjem til trygge omgivelser. Den økende bevisstheten over urettferdigheten i verden har for majoriteten av informantene medført livsstils- og verdiendringer, som oppleves som en positiv påvirkning ved arbeidet. Flere nevnte at de vektlegger materialistiske goder i mindre grad enn tidligere, samt at de føler at arbeidet har bidratt til at de har blitt bedre mennesker og setter større pris på det de har. På den andre siden var det også et utbredt funn at informantene som følge av arbeidet har redusert kapasitet og tålmodighet til å samtale med folk som ikke evner å forstå situasjonen. De unike erfaringene kan skape en distanse til venner og familie, og det ble beskrevet at det kan være utfordrende å dele historier fra oppdragene, ettersom de frivillige ofte ikke føler at menneskene i livene deres har rom for de negative aspektene ved temaet. I tillegg til skyldfølelse, var sinne og frustrasjon følelser som gikk igjen, knyttet til andres uvitenhet og oppfattelsen av at flyktingkrisen blir neglisjert. Dette stemmer overens med tidligere forskning, om at det etter hvert kan oppstå et merkbart skille mellom den frivillige og andre, samt at man kan begynne å foreta

livsstilsendringer i hverdagen som en slags implisitt motstandskamp mot holdninger om restriktiv migrasjon (Monforte & Maestri, 2022). I motsetning til eksisterende litteratur, er det imidlertid uvisst om de frivillige har lagt om vanene sine av politiske årsaker, da det har vært lite fokus på politiske synspunkter i denne studien. Tidligere forskning har også funnet at dersom frivillige ikke opplever at samfunnet rundt dem anser arbeidet som like meningsfylt som dem selv, kan det resultere i overkompensering med blant annet overarbeid og stress (Florian et al., 2015). Flere av informantene beskrev et ønske om å reise raskt tilbake på oppdrag. Dette kan blant annet tolkes som et ønske om å jobbe enda hardere når venner og familie ikke forstår hvor viktig arbeidet de gjør er, og kan i så fall på lang sikt føre til utbrenthet. Det er imidlertid også mulig at årsaken til dette er følelsen av tilhørighet og at deltakere ønsker å benytte mest mulig av tiden sin på arbeidet som følge av at de anser det som meningsfullt. En tredje mulighet er at det skyldes en kombinasjon av de to, nemlig at de frivillige ønsker å være så mye som mulig på oppdrag; både for å slippe unna livet i hjemlandet, der de ikke føler seg forstått, og fordi at de opplever arbeidet som meningsfullt.

Betydningen av organisatorisk og kollegial støtte

Funnene om at de frivillige ikke alltid føler seg forstått av sin omgangskrets, kan benyttes som et argument for å øke støtten fra organisatorisk hold. Dersom de ikke blir møtt på sine behov fra venner og familie, er det desto viktigere at de blir validert på opplevelsene sine av ledelsen og opplever at de har noen å henvende seg til om det de har blitt eksponert for. I tillegg kan det tenkes at det er et viktig tiltak at det legges til rette for erfaringsutvekslinger mellom de frivillige. Det ble gjentatte ganger nevnt at det hjelper å prate med andre «*seagulls*», ettersom man har gjennomgått det samme og føler seg forstått. I forlengelse av dette uttrykte flere at det ikke kun var tungt å komme hjem på grunn av at returen kan erfares som nærmest en annen virkelighet, men også som følge av at det er utfordrende å dra fra de andre frivillige som de hadde tilbrakt såpass mye tid med på prosjektene. De frivillige bor tett sammen under oppdragene, noe som på den positive siden er funnet å ha en beskyttende effekt mot negative virkninger (Josam et al., 2022). I tillegg opplever informantene i likhet med tidligere studier at støtte fra kolleger bidrar til deres opplevelse av meningsfullhet (Brooks et al., 2015; Jachens et al., 2018). Samtidig kom det også frem at boordningene vanskeliggjør alenetid, og det kan i perioder være slitsomt å konstant ha mennesker rundt seg. Det frivillige arbeidet virker til å være av relativ høy sosial intensitet. På grunnlag av dette er det nærliggende å anta at *TFS* som organisasjon i større grad er attraktiv for individer med

utadvendte personligheter, sammenlignet med de mer tilbaketrukne; en hypotese som støttes av at majoriteten av informantene våre omtalte seg selv som ekstroverte.

En annen årsak til at de frivillige fortsetter i organisasjonen, er at de føler at de blir lyttet til av ledelsen. *TFS* ble beskrevet som en organisasjon i kontinuerlig vekst, som aktivt jobber for å iverksette forbedringer basert på tilbakemeldinger fra medlemmene. Positive initiativer som ble repetert var innføringen av redusert hierarkisk ledelse, og i større grad en fordeling av arbeidsoppgaver slik at alle de frivillige føler at de får bidratt på oppdragene, og kjenner på autonomi og mestring. I tillegg ble det nevnt at organisasjonen har blitt bedre til å gi de frivillige gode tilbakemeldinger og rose dem for deres innsats. Dette er aspekter ved arbeidet som i JD-R-modellen blir ansett som jobbressurser, som igjen er funnet til å fungere beskyttende mot belastninger og jobbkrav (Bakker & Demerouti, 2007). I tråd med modellen virker det som at de frivillige opplever at støtten fra ledelsen og opplevelsen av en tilstrekkelig tilgang på ressurser, påvirker deres engasjement for arbeidet, som igjen bidrar til at de forblir i organisasjonen. Funnene er også i samsvar med organizational support theory, som sier at oppfattet organisatorisk støtte og opplevelsen av at ledelsen bryr seg om medlemmenes velvære, vil påvirke innsatsen de legger inn (Aldamman et al., 2019). Det kan se ut som at de positive organisatoriske aspektene til noen grad fungerer kompenserende og er en årsak til at de frivillige evner å opprettholde en robust psyke, på tross av et til tider utfordrende arbeidsmiljø. God organisatorisk støtte har som nevnt også blitt funnet å beskytte mot moralsk stress (Feinstein et al., 2018). Videre roste samtlige av de frivillige opplæringsuken til *TFS*, noe som tilsier at organisasjonen er god på å forberede de frivillige på oppdragene, spesielt ettersom det ikke stilles noen krav til kompetanse på barn for deltakelse. God opplæring er som nevnt funnet å være en beskyttende faktor under stressende situasjoner (Brooks et al., 2015).

Kan hypotesene besvares?

For å igjen adressere hypotesene som ble fremsatt innledningsvis, virker det plausibelt å konkludere med at opplevelsen av meningsfullhet i stor grad kan fungere kompenserende for belastningene som erfares, i tråd med tidligere forskning (Bernard & Furtak, 2020). De fleste uttalte at de opplevde at det var flere positive konsekvenser av arbeidet enn negative, og samtlige sa at de ikke hadde tenkt på å slutte i organisasjonen som følge av de negative virkningene av arbeidet, eksempelvis opplevelsene av moralsk stress. Dermed tyder resultatene våre på at det er

en større positiv psykologisk påvirkning av arbeidet enn motsatt. Flere beskrev at arbeidet er mer meningsfullt enn annet frivillig arbeid de har bedrevet, som følge av fokuset på lek og «*seagull-metoden*». På tross av dette ble det understreket at utviklingen av egne mestringsstrategier, eksempelvis alenetid og å prate ut om erfaringer, er vesentlige for å takle de negative utfordringene. Når det gjelder hypotesen om at klovnene, som følge av manglende helsefaglig kompetanse og autoritet, føler på moralsk stress i møte med flyktningbarna, gir resultatene fra studien et for lite grunnlag til å si noe om opplevelsen er direkte knyttet til fraværet av å kunne tilby helsehjelp eller behandling. I og med at arbeidet ikke alltid oppleves som tilstrekkelig, kan det tenkes at det er vanskeligere for de frivillige klovnene å se en direkte effekt av det de gjør, sammenlignet med humanitære helsearbeidere. Her er det imidlertid nødvendig med mer forskning for å kunne trekke konklusjoner. Når det er sagt, virker det i stor grad å stemme at klovnerollen kan medføre opplevelsen av manglende autoritet og at de frivillige må frastå fra å intervensere i situasjoner som står i strid med egne moralske verdier, noe som kan gi opphav til moralsk stress.

Forslag til tiltak basert på resultatene

Konkrete forbedringer som organisasjonen kan foreta basert på resultatene fra studien er blant annet å fremme betydningen av mestringsstrategier samt oppfordre til anvendelsen av disse under oppdragene, ettersom dette er funnet å bidra til resiliens (Ghodsi et al., 2020; Roberts et al., 2018). Strategier som ble hyppig nevnt var blant annet fysisk aktivitet, alenetid, riktig mentalt fokus og grensesetting. Spesielt over lengre oppdragsperioder kan det være vesentlig for velværen at man har tatt seg tiden til egenomsorg. I tillegg tyder tilbakemeldingene på at støtte fra kolleger har stor verdi, og at det er et godt fellesskap i organisasjonen. Dette kan med fordel utnyttes, og det bør legges til rette for at de frivillige har tid og rom til å dele erfaringer og støtte seg på hverandre, eksempelvis få snakket ut om situasjoner der de har kjent på moralsk stress. Det har fremkommet at det kan være svært hektisk på prosjektene, og det kan være lett å glemme at man er i godt selskap og ikke alene om å kjenne på vanskelige følelser. Det kan være hensiktsmessig å minne dem på at de er omringet av likesinnede, empatiske individer og at det er trygt å be om hjelp og uttrykke sine behov. Et annet hjelpsomt tiltak kan være innsjekk og utsjekk på arbeidsdagene, slik at man starter og runder av dagen på en god måte og føler seg ivaretatt. Så langt det er mulig bør det også være flere erfarne «*seagulls*» enn nye på prosjektene, da dette kan forsterke følelsen av trygghet. Det har vært et gjennomgående ønske blant de frivillige om at de blir kontaktet av en psykolog eller

utenforstående helsepersonell etter å ha kommet hjem igjen fra prosjekt, uten at de selv er nødt til å ta kontakt med denne personen for å benytte seg av tilbudet.

Ikke minst har omstillingen tilbake til normalhverdagen etter å ha kommet hjem fra oppdragene blitt omtalt som noe av det mest utfordrende med arbeidet. Det gir god grunn til å sette inn tiltak på dette nivået. I studien på hjelpearbeiderne i Calais ble det funnet at det var et nyttig tiltak å forberede de frivillige på hjemkomsten allerede mens de var ute i felt, noe som inkluderte å reflektere rundt endringene sammen med de andre, samt planlegge hvordan overgangen skulle gå (Hughes et al., 2020). Det kan være at det er profitabelt og mulig å implementere dette, også for klovnene i *TFS*. I tillegg tyder resultatene på at det kan være nødvendig med mer avklarte retningslinjer i forhold til relasjonsetablering til barna, og i hvilken grad det er meningen at de frivillige skal intervensere i utfordrende situasjoner som kan oppstå. Flere av informantene beskrev at ledelsen var gode på å gripe inn dersom de observerte at det holdt på å bli etablert en sterk relasjon mellom et barn og en frivillig. En tydeligere rolleavklaring angående klovnenes ansvarsområder kan forhåpentligvis bidra til å redusere følelsene av moralsk stress og hjelpe de frivillige med å ha fokus på sitt bidrag. Det å fortsette med ansvarliggjøring rundt maktubalansen som eksisterer kan også ha positive ringvirkninger. Samtidig er det viktig at ledelsen har realistiske forventninger til de frivillige, og erkjenner at det sannsynligvis til en viss grad vil være vanskelig å unngå relasjonsetableringer utover det som er ønskelig i denne typen arbeid. Ettersom observasjonen av arbeidets påvirkning på barna tross alt ble angitt som den viktigste motivasjonen for fortsatt deltakelse, bør ikke dette funnet heller undervurderes. Det kan tenkes at det er mulig for organisasjonen å fremheve denne påvirkningen på andre, sunnere måter. Til sist er det også et ønske om at organisasjonen opprettholder trivselstiltakene de har innført de siste årene. Basert på intervjuene virker det som at de fleste har troen på at *TFS* har stort potensiale til å vokse seg større som organisasjonen og kan vedvare i lang tid.

Begrensninger ved studien

TFS er en internasjonal organisasjon med deltakere fra hele verden. Det er derfor naturlig at språk er en begrensning ved studien. Blant deltakerne snakket alle enten norsk eller engelsk, mens begge studentene hadde norsk som førstespråk. Til tross for at begge studentene var til stede under alle intervjuene og deltok i kodingen, kan det likevel tenkes at noe av informasjonen i de engelske intervjuene har blitt oversett eller misforstått. Alle intervjuene ble foretatt digitalt, noe som også kan ha medført noe tapt informasjon, eksempelvis observasjon av kroppsspråk. I tillegg er det noen begrensninger med utvalget. I utgangspunktet var det et ønske om å intervju frivillige som hadde sluttet i organisasjonen, for å utforske årsakene til at de hadde forlatt *TFS*. Det viste seg imidlertid å være svært vanskelig å komme i kontakt med tidligere frivillige. Dermed ble inklusjonskriteriene utvidet til å også gjelde fortsatt frivillige. Det endte med at vi kun fikk deltakere som fremdeles var aktive i organisasjonen, og fokuset ble endret til årsaker til fortsatt deltakelse. I tillegg hadde alle deltakerne noe erfaring med barn før de ble medlem i *TFS*, som kan ha påvirket resultatene i forhold til hvor belastende de har opplevd arbeidet. Det faktum at leder bistod i rekrutteringsarbeidet, medfører også risikoen for selektiv utvelgelse, og at de informantene som meldte seg er mer tilbøyelige til å opplyse om de positive virkningene ved arbeidet enn de negative. Dette kan også ha vært en svakhet ved snøballmetoden. Basert på resultatene som har fremkommet, virker det imidlertid som at alle informantene har vært åpne om både positive og belastende aspekter ved arbeidet og organisasjonen. Det at begge studentene har vært involvert i alle deler av datainnsamlings- og analyseringsprosessen, er også en styrke som kan ha redusert sjansene for å ha oversett eller misforstått noe i de engelske intervjuene.

Implikasjoner

En klar implikasjon av studien er at et fokus på frivilliges velvære innenfor humanitært arbeid er nødvendig, også når det gjelder klovner i møte med flykninger. Studien bidrar til informasjon om frivilliges opplevelser innenfor et felt hvor det foreligger lite eksisterende forskning. Ettersom leder i *TFS Norge*, Bendik Nordgaard, har forespurt tilbakemeldinger om hvordan organisasjonen kan bli bedre på å ivareta sine medlemmer, vil funnene bli videreformidlet til styret. Dermed kan denne studien forhåpentligvis bidra til en positiv innvirkning på utviklingen av organisasjonens rutiner før, under og etter oppdrag. Resultatene kan potensielt gi verdifull kunnskap om gode helsefremmende organisatoriske tiltak, samt forståelse for hva som kan resultere i både økt engasjement og motsatt, negativ psykologisk påvirkning, blant de frivillige klovnene. Dette kan

igjen føre til at flere frivillige fortsetter med arbeidet. For ledelsen kan dette medføre reduserte kostnader, ved at ressursene benyttes på tiltak som medlemmene etterlyser og opplever som hensiktsmessige. Det er også mulig at noe av kunnskapen om hvilke utfordringer frivillige står i, samt motivasjonen for å fortsette, vil være anvendelig for andre frivillige organisasjoner. Det foreligger ingen tvil om at behovet for frivillige innenfor flyktningfeltet er viktigere enn noen gang. Betydningen av lek for barn i krisesituasjoner er blitt gjort rede for; dermed er det å finne måter å ivareta de frivillige på vesentlig, slik at denne typen arbeid kan være bærekraftig over lengre tid. Denne studiens resultater understøtter at dette er et forskningsområde som bør prioriteres i fremtiden.

Konklusjon

De frivillige i *TFS* opplever at utenlandsoppdragene har både positive og negative psykologiske virkninger. Arbeidet oppfattes ikke alltid som å være tilstrekkelig, og de skulle ønske at de kunne hjelpe barna ytterligere. Klovnerollen har flere styrker innenfor humanitært arbeid, men kan samtidig resultere i begrenset autoritet, noe som kan generere følelser av moralsk stress. Å være frivillig i organisasjonen har for de fleste ført til noe grad av fremmedgjøring og distanse til menneskene i deres omgangskrets, ettersom arbeidet har endret deres verdisyn. Samtidig kjenner de fleste på en sterk følelse av meningsfullhet, og anser medlemskapet i *TFS* som en vesentlig del av sin identitet. Av årsakene til at de frivillige fortsetter i organisasjonen, er kontaktetableringen og det å se påvirkningen innsatsen deres har på barna, den viktigste, og dette gir også sterkest følelse av meningsfullhet. Opplevelsen av meningsfullhet ser i stor grad ut til å kunne kompensere for negative belastninger. Samtidig har det også blitt belyst hvordan en distansert tilnærming til barna kan være etisk riktig ut ifra postkoloniale perspektiver, og at kritisk refleksjon rundt hjelperrollen er viktig. Andre vesentlige årsaker til opprettholdt deltakelse er fellesskapet med de andre frivillige, en sterk tro på arbeidsmetoden og betydningen av lek, og den oppfattede organisatoriske støtten. Det er en stor konsensus blant informantene at organisasjonen er god på å lytte til tilbakemeldingene deres, og opptatt av å ivareta de frivilliges behov. Resultatene tyder på at den positive psykologiske påvirkningen av arbeidet er større enn den negative.

Referanseliste

- Aldamman, K., Tamrakar, T., Dinesen, C., Wiedemann, N., Murphy, J., Hansen, M., Elsiddig Badr, E., Reid, T., & Vallières, F. (2019). Caring for the mental health of humanitarian volunteers in traumatic contexts: The importance of organisational support. *European Journal of Psychotraumatology*, *10*(1). <https://doi.org/10.1080/20008198.2019.1694811>
- Anderson, C. (2010). Presenting and evaluating qualitative research. *American Journal of Pharmaceutical Education*, *74*(8), 141. <https://doi.org/10.5688/aj7408141>
- Bakker, A. B., & Demerouti, E. (2007). The Job Demands-Resources model: State of the art. *Journal of Managerial Psychology*, *22*(3), 309–328. <https://doi.org/10.1108/02683940710733115>
- Barnard, A., & Furtak, A. (2020). Psychological resilience of volunteers in a South African health care context: A salutogenic approach and hermeneutic phenomenological inquiry. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, *17*(8). <https://doi.org/10.3390/ijerph17082922>
- Brooks, S. K., Dunn, R., Sage, C. A. M., Amlôt, R., Greenberg, N., & Rubin, G. J. (2015). Risk and resilience factors affecting the psychological wellbeing of individuals deployed in humanitarian relief roles after a disaster. *Journal of Mental Health*, *24*(6), 385–413. <https://doi.org/10.3109/09638237.2015.1057334>
- Diotaiuti, P., Mancone, S., & Corrado, S. (2022). Motivations and personal traits can predict self-efficacy of the clown therapist: A descriptive study. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, *19*(12). <https://doi.org/10.3390/ijerph19127058>
- Ebren, G., Demircioğlu, M., & Çırakoğlu, O. C. (2022). A neglected aspect of refugee relief works: Secondary and vicarious traumatic stress. *Journal of Traumatic Stress*, *35*(3), 891–900. <https://doi.org/10.1002/jts.22796>
- Eriksson, C. B., Bjorck, J. P., Larson, L. C., Walling, S. M., Trice, G. A., Fawcett, J., Abernethy, A. D., & Foy, D. W. (2009). Social support, organisational support, and religious support in relation to burnout in expatriate humanitarian aid workers. *Mental Health, Religion & Culture*, *12*(7), 671–686. <https://doi.org/10.1080/13674670903029146>

- Feinstein, A., Pavisian, B., & Storm, H. (2018). Journalists covering the refugee and migration crisis are affected by moral injury not PTSD. *JRSM Open*, 9(3), 1-7.
<https://doi.org/10.1177/2054270418759010>
- Florian, M., Costas, J., & Kärreman, D. (2018). Struggling with Meaningfulness when Context Shifts: Volunteer Work in a German Refugee Shelter. *Journal of Management Studies*, 56(3), 589–616. <https://doi.org/10.1111/joms.12410>
- FN-sambandet (2023a). *Barnekonvensjonen*. Hentet 10. oktober 2023 fra <https://www.fn.no/om-fn/avtaler/menneskerettigheter/barnekonvensjonen>
- FN-sambandet (2023b). *Mennesker på flukt*. Hentet 10. oktober 2023 fra <https://www.fn.no/tema/flyktninger/mennesker-paa-flukt>
- Gabrielsson, S., Karim, H., & Looi, G. E. (2021). Learning your limits: Nurses' experiences of caring for young unaccompanied refugees in acute psychiatric care. *International Journal of Mental Health Nursing*, 31(2), 369–378. <https://doi.org/10.1111/inm.12965>
- Ghodsi, H., Sohrabizadeh, S., Khani Jazani, R., & Kavousi, A. (2020). Factors affecting resiliency among volunteers in disasters: A systematic literature review. *Disaster Medicine and Public Health Preparedness*, 16(1), 398–404.
<https://doi.org/10.1017/dmp.2020.283>
- Hughes, G., Burck, C., & Roncin, L. (2020). Therapeutic activism: Supporting emotional resilience of volunteers working in a refugee camp. *Psychotherapy and Politics International*, 18(1). <https://doi.org/10.1002/ppi.1517>
- Jachens, L., Houdmont, J., & Thomas, R. (2018). Work-related stress in a humanitarian context: A qualitative investigation. *Disasters*, 42(4), 619–634. <https://doi.org/10.1111/disa.12278>
- Josam, I., Grothe, S., Lüdecke, D., Vonneilich, N., & von dem Knesebeck, O. (2022). Burdening and protective organisational factors among international volunteers in Greek refugee camps—a qualitative study. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(14). <https://doi.org/10.3390/ijerph19148599>
- Knott, A. (2017). Guests on the Aegean: Interactions between migrants and volunteers at Europe's southern border. *Mobilities*, 13(3), 349–366.
<https://doi.org/10.1080/17450101.2017.1368896>

- Koopmans, B., & Doidge, M. (2021). “They play together, they laugh together’: Sport, play and fun in refugee sport projects. *Sport in Society*, 25(3), 537–550.
<https://doi.org/10.1080/17430437.2022.2017816>
- Lalantika, V., & Yuvaraj, S. (2020). Being a therapeutic clown- an exploration of their lived experiences and well-being. *Current Psychology*, 41(3), 1131–1138.
<https://doi.org/10.1007/s12144-020-00611-9>
- Lenette, C., & Procopis, B. (2017). “They Change Us’’: The social and emotional impacts on music facilitators of engaging in music and singing with asylum seekers. *Music and Arts in Action*, 5(2).
- McCusker, S. (2023a). International Clowns and Clown Societies—The Role of the Clown Across Time and Space. I S. McCusker, *Pedagogy of the Clown: Clowning Principles in Education* (s. 13-35). Springer Nature. https://link.springer.com/chapter/10.1007/978-3-031-39221-4_2
- McCusker, S. (2023b). The Clown in Society. I S. McCusker, *Pedagogy of the Clown: Clowning Principles in Education* (s. 37-53). Springer Nature.
https://link.springer.com/chapter/10.1007/978-3-031-39221-4_3
- Monforte, P., & Maestri, G. (2022). Between charity and protest. The politicisation of refugee support volunteers. *International Journal of Politics, Culture, and Society*, 36(1), 119–137. <https://doi.org/10.1007/s10767-022-09419-w>
- Nordgaard, B. (2023). I samtale med Å. Hella & S. Y. Khan. Transkribert av Å. Hella
- Roberts, R. M., Ong, N. W.-Y., & Raftery, J. (2018). Factors that inhibit and facilitate wellbeing and effectiveness in counsellors working with refugees and asylum seekers in Australia. *Journal of Pacific Rim Psychology*, 12, 1-10. <https://doi.org/10.1017/prp.2018.21>
- Schaufeli, W. B., & Bakker, A. B. (2004). Job demands, job resources, and their relationship with burnout and engagement: A multi-sample study. *Journal of Organizational Behavior*, 25(3), 293–315. <https://doi.org/10.1002/job.248>
- Schaufeli, W. B., Bakker, A. B., & Van Rhenen, W. (2009). How changes in job demands and resources predict burnout, work engagement, and sickness absenteeism. *Journal of Organizational Behavior*, 30(7), 893–917. <https://doi.org/10.1002/job.595>

- Schnell, T., & Hoof, M. (2012). Meaningful commitment: Finding meaning in volunteer work. *Journal of Beliefs & Values*, 33(1), 35–53.
<https://doi.org/10.1080/13617672.2012.650029>
- Smith, J. A. (2015). *Qualitative psychology: A practical guide to research methods* (3. utg.). SAGE.
- The Flying Seagull Project. (u.å.). Hentet 10. oktober 2023 fra
<https://www.theflyingseagullproject.com>
- Travers, Á., Abujaber, N., McBride, K. A., Tingsted Blum, P., Wiedemann, N., & Vallières, F. (2022). Identifying best practice for the supervision of mental health and psychosocial support in humanitarian emergencies: A Delphi study. *International Journal of Mental Health Systems*, 16(1). <https://doi.org/10.1186/s13033-022-00515-0>
- Truman, J., & Berdondini, L. (2023). Potentially Morally Injurious Experiences (PMIEs) in the Humanitarian Sector: The Role of Moral Expectations. *A Journal of Migration, Archives and Cultural Heritage*, 3(1), 13–37.
- Vaghri, Z., Tessier, Z., & Whalen, C. (2019). Refugee and asylum-seeking children: Interrupted child development and unfulfilled child rights. *Children*, 6(11).
<https://doi.org/10.3390/children6110120>
- van de Wiel, W., Castillo-Laborde, C., Francisco Urzúa, I., Fish, M., & Scholte, W. F. (2021). Mental health consequences of long-term stays in refugee camps: Preliminary evidence from Moria. *BMC Public Health*, 21(1). <https://doi.org/10.1186/s12889-021-11301-x>
- Weller, S.-L., Brown, A. D., & Clarke, C. A. (2023). Questing for meaningfulness through narrative identity work: The helpers, the heroes and the hurt. *Human Relations*, 76(4), 551–576. <https://doi.org/10.1177/00187267211043072>
- Welty, E., & Bolton, M. (2017). The role of short term volunteers in responding to humanitarian crises: Lessons from the 2010 haiti earthquake. I M. Holenweger, M. K. Jager & F. Kernic, *Leadership in Extreme Situations* (s. 115–130). Springer International Publishing.
http://dx.doi.org/10.1007/978-3-319-55059-6_7
- Woolley, H. (2021). Beyond the Fence: Constructed and Found spaces for children’s outdoor play in natural and human-induced disaster contexts – Lessons from north-east Japan, and Za’atari refugee camp in Jordan. *International Journal of Disaster Risk Reduction*, 56.
<https://doi.org/10.1016/j.ijdr.2021.102155>

Yim, F., & Fock, H. (2013). Social responsibility climate as a double-edged sword: How employee-perceived social responsibility climate shapes the meaning of their voluntary work? *Journal of Business Ethics*, *114*(4), 665–674. <https://doi.org/10.1007/s10551-013-1712-4>

Youdell, D. (2015). *Flying Seagull Project: Joining the Laugh-olution*. <https://www.theflyingseagullproject.com/wp-content/uploads/2021/09/Flying-Seagull-Project-Joining-the-Laugh-olution.pdf>

Appendiks

Appendiks A: Informasjonsskriv og samtykkeskjema

Are you interested in taking part in the research project

“What are the impacts of overseas missions on the mental health of volunteers/former volunteers in The Flying Seagulls?”

Purpose of the project

You are invited to participate in a research project where the main purpose is to find out how voluntary work abroad has affected the mental health of volunteers/former volunteers in The Flying Seagulls, and why the volunteers still participate/no longer participate in overseas missions.

This project is a part of the psychology study at Norges tekniske- og naturvitenskapelige universitet (NTNU). We are two students in our fifth year who want to find out how voluntary work with children in deprived conditions affects the mental health of the volunteers. To research this, we would like to interview volunteers/former volunteers in The Flying Seagulls to learn about their views on voluntary work abroad - how has it affected them and what are the reasons for them still/no longer participating in overseas missions?

We are interested in all former volunteers to participate, independent of whether they have felt an impact on their mental health after the voluntary work or not.

Which institution is responsible for the research project?

The Department of Psychology at Norges tekniske- og naturvitenskapelige universitet (NTNU) is responsible for the project (data controller).

Why are you being asked to participate?

You have been asked to participate because you are a volunteer/former volunteer in The Flying Seagulls and have participated in voluntary work abroad.

What does participation involve for you?

The participation involves a 45-60 minute long interview where we will talk about your experience with the voluntary work, how it possibly may have affected your mental health, and the reasons for why you still/no longer work in The Flying Seagulls. Your answers will be sound recorded.

Participation is voluntary

Participation in the project is voluntary. If you chose to participate, you can withdraw your consent at any time without giving a reason. All information about you will then be made anonymous. There will be no negative consequences for you if you choose not to participate or later decide to withdraw.

Your personal privacy – how we will store and use your personal data

We will only use your personal data for the purpose(s) specified here and we will process your personal data in accordance with data protection legislation (the GDPR).

During the project we (the two students) and our two supervisors, Sven Hroar Klempe and Katrin Glatz Brubakk, will have access to the personal data. The sound records will be stored at an encrypted memory pen and, together with the consent forms, will this be locked in - unavailable for anyone else.

What will happen to your personal data at the end of the research project?

The planned end date of the project is 20th of December 2023. At the end of the project, all personal data will be deleted.



Your rights

So long as you can be identified in the collected data, you have the right to:

- access the personal data that is being processed about you
- request that your personal data is deleted
- request that incorrect personal data about you is corrected/rectified
- receive a copy of your personal data (data portability), and
- send a complaint to the Norwegian Data Protection Authority regarding the processing of your personal data

What gives us the right to process your personal data?

We will process your personal data based on your consent.

Based on an agreement with The Department of Psychology at NTNU, Data Protection Services has assessed that the processing of personal data in this project meets requirements in data protection legislation.

Where can I find out more?

If you have questions about the project, or want to exercise your rights, contact:

The Department of Psychology at NTNU via Sven Hroar Klempe, phone number 91897523, or one of the students: Åsne Hella, phone number 90471890, or Sara Yasmin Khan, phone number 94780981.

Our Data Protection Officer: Sven Hroar Klempe, 91897523.

Yours sincerely,

Project Leader
(Researcher/supervisor)

Student

Consent form

I have received and understood information about the project “What are the impacts of overseas missions on the mental health of volunteers/former volunteers in The Flying Seagulls?” and have been given the opportunity to ask questions. I give consent:

to participate in an interview

I give consent for my personal data to be processed until the end of the project.

(Signed by participant, date)

Appendiks B: Informasjonsskriv nr. 2

Dear Seagulls,

We are two Norwegian psychology students who are interested in your work with children. We think that your work is very important for the children you meet, but would like to know more about how it has affected you. Because you are the best people to tell us that, we hope you will have a little chat with us.

We believe that our research is important for your organization because it may reveal something that the board can do to make it easier or better for you to travel abroad. You might feel that the work is amazing, giving, exhausting, emotionally difficult or something else, and only you know what you need to make your experience better.

If you are interested in helping us with our research, we would like to talk with you whenever you have time for about 45-60 minutes.

Please contact us here for more information:

Åsne Hella: +47 904 71 890, aasne.hella@gmail.com

Sara Yasmin Khan: +47 947 80 981, sarayasmin@hotmail.no

Best regards,

Sara and Åsne

Appendiks C: Intervjuguide på norsk

Bakgrunnsinfo:

- Kan du fortelle litt om deg selv?
- Hvor lenge har du dratt ut på oppdrag? Er du fortsatt aktiv?
- Hvor mange oppdrag har du vært på? Hvilke områder?
- (Har du noe utdanning fra før?)
- Hva var grunnen til du ble med i The Flying Seagulls? Motivasjon?
- Før du reiste ut på oppdrag/ble frivillig i organisasjonen - hadde du noen annen erfaringer med frivillig arbeid/å jobbe med barn i belastende situasjoner?

Erfaringer:

- Hvordan er/var det å være ute på oppdrag/jobbe med barn som lever i belastende miljøer? (Moral distress?)
- Hvordan er det å være med barna så kort (uten at man nødvendigvis får se noen endring)?
- Hvordan har det påvirket deg?
- Hvordan oppleves det å spre latter og glede til barn i belastende miljøer?
- Hva slags betydning har det å være klovn/lek for barna og for deg?
- Hvilke erfaringer sitter du igjen med etter å ha reist ut på oppdrag? Er det ett spesifikt minne som du husker spesielt godt som har hatt spesielt sterk innvirkning på deg?

Konsekvenser:

- Hvordan påvirker/har det påvirket deg psykisk? - både under og i ettertid (Sekundærtraumatisering, utbrenthet, moral distress og andre psykologiske konsekvenser. Positive og negative konsekvenser.)
- (Hvis ikke reiser ut -) Hva er grunnen til at du ikke lenger reiser ut på oppdrag?
- Hva hadde trengt å være annerledes for at du fortsatt skulle ha reist ut?
- (Hvis de reiser ut-) Hva er grunnen til at du fortsatt gjør det og ikke har sluttet? Har du noen gang vurdert å slutte?

- Hvor sterk er den positive virkningen i forhold til den negative? Har opplevd meningsfullhet en innvirkning? (Kan opplevd meningsfullhet kompensere for negative effekter?)
- Gjør du/har du gjort noe personlig for å ivareta din psykiske helse i forhold til oppdragene? Strategier?

Om organisasjonen:

- Hva synes du om rutinene/samt opplæringen innad i organisasjonen for å følge opp i forkant, underveis og i etterkant av oppdrag?
- Er det noe du skulle ønske var annerledes med organiseringen rundt det å reise ut, informasjon, opplæring? (Gruppedynamikk, støtte fra ledere osv.)

Har du noe mer du vil legge til før vi avslutter?

Appendiks D: Intervjuguide på engelsk

Background information:

- Could you tell us a little bit about yourself?
- How long have you been doing voluntary work abroad? Are you still active?
- How many times have you been doing voluntary work abroad? Where have you worked?
- Do you have any education?
- What is the reason you joined The Flying Seagulls? Motivation?
- Before you joined The Flying Seagulls - did you have any experience with voluntary work/work with children in stressful environments?

Experiences:

- How is it/was it to work abroad/work with children in stressful environments? (Moral distress?)
- How is the experience of being with the children for such a short time (without necessarily being able to see any changes)?
- How has the work affected you?
- How does it feel to spread laughter and joy to children in stressful environments?
- What does your clown work mean to you and to the children?
- What experiences are you left with after voluntary work abroad? Is there one specific memory you remember especially well, that has had a strong impact on you?

Consequences:

- How does it affect/has it affected you mentally? Both during and after the work. Both positive and negative consequences. (Secondary traumatizing, burn out, moral distress and other mental consequences.)
- (If you no longer work abroad -) What is the reason you no longer volunteer abroad?
- What should have been different for you to still work abroad?
- (If you still work abroad -) What is the reason you still volunteer abroad? Have you ever considered quitting?

- How strong is the positive impact of the work compared to the negative impact? Do meaningfulness affect in any way? (Can the experience of meaningfulness compensate for negative effects?)
- Do you/have you done anything personally to take care of your mental health during or after the voluntary work? Strategies?

About the organization:

- What do you think about the routines within the organization, in regards to follow-up before, during and after your work abroad? This includes the training you get.
- Is there something you wish the organization did differently, when it comes to the information you get, training and in general everything that has to do with your work abroad? (Group dynamic, support from leaders etc.)

Do you have anything else you would like to add, before we are finished?

