

Amanda Birgitte Brunvær Steffensen

Traumebevisst tilnærming i arbeid med enslige mindreårige flyktninger

Trauma-informed approach in working with unaccompanied minor refugees

Bacheloroppgave i Barnevern

Veileder: Veronika Paulsen

Mai 2024



NTNU

Kunnskap for en bedre verden

Amanda Birgitte Brunvær Steffensen

Traumebevisst tilnærming i arbeid med enslige mindreårige flyktninger

Trauma-informed approach in working with unaccompanied minor refugees

Bacheloroppgave i Barnevern
Veileder: Veronika Paulsen
Mai 2024

Norges teknisk-naturvitenskapelige universitet

Forord

I denne bacheloroppgaven har jeg fått lov til å skrive om et tema jeg har stor interesse innenfor. Dette er den siste oppgaven som leveres på min 3-årige bachelor i barnevern. Det har vært tre veldig lærerike år og jeg tar med all erfaring videre i årene som kommer etter. Jeg har lyst til å rette en stor takk til min familie og kjæreste som har støttet meg gjennom alle tre årene på utdanningen, og ikke minst under selve bachelorskrivingen. Det har vært både en fin og utfordrende tid, men jeg er veldig glad for at jeg nå har kommet meg i mål. Jeg vil si takk til spesielt en lærer som tok seg tid til å hjelpe med da jeg sto fast. Støtten jeg har fått fra dem rundt meg har jeg vært veldig takknemlig for. Jeg vil også si takk til mine klassekamerater som har vært med min side i gode og dårlige dager. Disse tre årene sammen med dere har vært en fryd og jeg gleder meg til vi ses igjen. All kunnskap og vennskap jeg har fått under utdanningen vil jeg ta med meg videre.

Tusen takk!

Trondheim, mai 2024.

Sammendrag

Hvert år drives mange mennesker på flukt. Flyktningestrømmen i verden er stor, og i Norge har det vært en økning i antall flyktninger som har ankommet landet. Norge bosetter mange flyktninger hvert år, og mange av dem er barn under 18 år. Den økte flyktningstrømmen gjør at Norge har et større behov for mennesker med kunnskap om denne gruppen. Temaet jeg har valgt å gå dypere inn på i min bacheloroppgave er arbeidet med enslige mindreårige flyktninger. Enslige mindreårige er en svært sårbar gruppe og mange av dem har opplevd traumatiserende hendelser i livet. Formålet med oppgaven er å finne ut hvordan ansatte kan ha et traumebevisst fokus i sitt arbeid med denne gruppen. Oppgavens problemstilling er derfor formulert slik:

«Hvordan kan ansatte arbeide traumebevisst for å ivareta og legge til rette for utvikling av enslige mindreårige flyktninger?».

I oppgaven er det benyttet eksisterende teori og litteratur for å belyse problemstillingen. Metoden som er brukt i oppgaven er derfor litteraturstudie. Teorien som er valgt er rettet mot traumebevisst omsorg. Ved hjelp av litteratur knyttet mot en traumebevisst tilnærming er det gjort funn av utviklingsfremmende metoder som kan brukes i arbeidet med enslige mindreårige flyktninger. Utvikling og ivaretagelse kan fremmes ved trygge rammer, mulighet for å skape relasjoner, hjelp til å forstå og regulere deres emosjoner. I drøftingsdelen blir fokuset rettet mot funnene i litteraturen og presentert teorien, og hvordan ansatte kan benytte dette i sitt arbeid med enslige mindreårige flyktninger.

Abstract

Every year, many people are forced to flee. The flow of refugees in the world is large, and in Norway there has been an increase in the number of refugees arriving in the country. Norway resettles many refugees each year, and many are under the age of 18. The increased flow of refugees means that Norway has a greater need for people with knowledge of this group. The topic I have chosen to go into more deeply in my bachelor's thesis is the work with unaccompanied minor refugees and asylum seekers. Unaccompanied minors are a very vulnerable group and many of them have experienced traumatizing events in their lives. The purpose of the thesis is to find out how employees can have a trauma-aware focus in their work with this group. The task's problem is therefore formulated as follows:

"How can employees work trauma-aware to look after and facilitate the development of unaccompanied minor refugees and asylum seekers?".

In the thesis, existing theory and literature have been used to shed light on the problem. The method used in the thesis is therefore a literature study. The theory chosen is aimed at trauma-informed care. With the help of literature related to a trauma-aware approach, discoveries have been made of development-promoting methods that can be used in work with unaccompanied minor refugees. Development and care can be promoted by a safe framework, the opportunity to create relationships, help to understand and regulate their emotions. In the discussion section, the focus is on the findings in the literature and the theory is presented, and how employees can use this in their work with unaccompanied minor refugees.

Innhold

Forord	1
Sammendrag	2
Abstract	3
1. Innledning	6
1.1 Tema og problemstilling	6
1.2 Bakgrunn for tema	7
1.2.1 Relevans for barnevernspedagogen	8
1.3 Oppgavens oppbygning	8
1.4 Avgrensning	9
2. Metode	9
2.1 Litteraturstudie	10
2.2 Kildekritik	12
3. Presentasjon av teori	12
3.1 Hvem er de enslige mindreårige (EM)?	12
3.2 Tilknytningsteori	13
3.2.1 Tilknytningstypene	14
3.3 Tillitt	15
3.4 Traume	16
3.5 Traumebevist tilnærming	17
3.5.1 Trygghet	17
3.5.2 Relasjon	18
3.5.3 Emosjonsregulering	18
3.6 Tolleransevinduet	19
3.7 Kommunikasjon	19
4. Presentasjon av funn	20
Kilde 1: The three pillars of traumawise care: healing in the other 23 hours	20

Kilde 2: Det tar en landsby å oppdra et barn – oppvekstmiljøets betydning for enslige mindreårige flyktningers navigering mot opplevelsen av psykisk helse og resiliens.	21
Kilde 3: Vær så snill! – Råd fra enslige mindreårige asylsøkere og flyktninger til voksne omsorgsgivere.....	21
5. Drøfting _____	22
5.1 Forutsigbarhet.....	22
5.2 Språkets utfordringer	23
5.3 Tilknytningens betydning	25
5.4 Relasjon	26
5.5 Emosjonsregulering	27
6. Avslutning _____	29
7. Litteraturliste _____	30

1. Innledning

1.1 Tema og problemstilling

I starten av 2023 var over 100 millioner mennesker i verden drevet på flukt fra sine hjem. Årsakene til flukt kan være på grunn av krig og konflikter, vold eller forfølgelse (FN-sambandet, 2023b). Hvert år bosettes det flere titusen flyktninger i Norge. De siste par årene har vært rekordår for Norge i bosetting av flyktninger, og norske kommuner har vist et stort engasjement (Arbeids og inkluderingsdepartementet, 2024). Av alle menneskene som er på flukt er en stor andel av dem enslige mindreårige flyktninger. I 2007-2018 ankom det til sammen rundt 14.000 enslige mindreårige til Norge. Denne gruppen, med barn og unge er spesielt utsatt fordi de reiser uten sine foreldre og har liten, eller ingen tilknytning til det samfunnet de kommer til (Eide, 2020).

For å få rask bosetting og oppstart av integreringsprosessen i en kommune er det viktig å ha tilstrekkelig med bosettingsplasser. Når enslige mindreårige kommer til Norge vil de den første tiden oppholde seg på asylmottak, før eventuell bosettelse i en kommune. Enslige mindreårige er en prioritert gruppe i bosettingsarbeidet spesielt på grunn av deres behov for trygge og gode oppvekstvilkår. For enslige mindreårige som blir bosatt med offentlig hjelp kan de aktuelle boløsningene i kommunen være, fosterhjem, bofelleskap, hybel (med eller uten oppfølging) og institusjon. Bufetat har ansvaret for bosetting av enslige mindreårige under 15 år, mens IMDi har ansvaret for barn og unge over 15. Det er kommunene selv som bestemmer hvilket botiltak som er best egnet for den enkelte. Disse kommunene bør ha kompetanse i å ivareta barn og unge som har opplevd traumatiske og vanskelige hendelser, og som fortsatt står i vanskelige situasjoner (IMDi, 2024).

Barn og unge har ulike utfordringer de står ovenfor. Enslige mindreårige er som fortalt en svært sårbar gruppe. De har ofte vært utsatt for traumatiserende hendelser og vil ha behov for oppfølging og hjelp over flere år. På bakgrunn av dette har jeg lyst til å undersøke hvordan man som ansatt kan møte barn og unge og legge til rette for deres utvikling på en best mulig måte. Derfor har jeg formulert problemstillingen slik «Hvordan kan ansatte arbeide traumebevisst for å ivareta og legge til rette for utvikling av enslige mindreårige flyktninger?».

1.2 Bakgrunn for tema

I 2022 brøt det ut krig i Ukraina som har medført en rekke konsekvenser. Krigen har ikke kun vært betydningsfull for innbyggerne i landet, men også for nabolandene og resten av Europa. Innbyggere i Ukraina har måtte flyktet fra sine nære og etterlatt seg eiendeler i hjemlandet. Mennene har vært i landet for å krige, mens barn og kvinner har prøvd å flykte over landegrensene. Flere barn har flyktet alene uten familien, mens andre har mistet dem på flukten. Selv kjenner jeg en familie fra Ukraina, som har gjort at krigen har føltes enda nærmere. I løpet av min levetid har jeg ikke opplevd krig i Europa, så nært hjemlandet mitt Norge. Etter krigen brøt ut i Ukraina har jeg sett hvordan den påvirker barn og familier som både har mistet og forlatt sine nære i hjemlandet. Fra tidligere har jeg ikke hatt mye kunnskap om flyktninger, men de siste årene har jeg ønsket å få mer kunnskap om dem og tematikken rundt.

I utdanningsforløpet har det vært emner med tematikk som psykisk helse og psykologi i et livsløpsperspektiv. Dette er temaer jeg har stor interesse for. Det har vært fokus på psykisk helse, men i liten grad den psykiske helsen til barn på flukt. I utdanningen har traumebevisst omsorg, tolleransevinduet og emosjonsregulering vært sentrale teorier. Jeg har derfor blant annet lyst å se hvordan disse teoriene kan ha betydning for arbeidet med enslige mindreårige flyktninger.

I høst hadde jeg praksisplass ved et bofelleskap for enslige mindreårige flyktninger. Før praksisperioden visste jeg lite om hva tiltaket bofelleskap var, hvem som bodde der og hva arbeidsoppgavene til de ansatte gikk ut på. Jeg har fått lov til å arbeide tett på ungdommer og sett hvordan blant annet flukt og krig har påvirket deres psykiske helse. Traumebevisst omsorg er en tilnærming som bofelleskapet har særlig fokus på i arbeidet med enslige mindreårige flyktninger. I regi av praksisplassen har jeg fått deltatt på kurs over flere dager med fokus i traumebevisst omsorg. Kurset har gjort meg mer nysgjerrig på ulike tilnærminger og metoder som brukes, og som er av betydning i møtet med ungdommene. Praksisperioden har åpnet øynene mine for tematikken rundt mindreårige flyktninger, deres utfordringer og muligheter. Tema i oppgaven er valgt med bakgrunn at jeg ønsker å få en bedre forståelse for teori og ulike tilnærminger. Jeg har lyst å se hvor stor betydning disse tilnærmingene har i møtet med enslige mindreårige flyktninger.

1.2.1 Relevans for barnevernspedagogen

Barnevernspedagogens oppgave er å hjelpe barn og familier som står ovenfor utfordringer i hverdagen. Av dem i Norge som får hjelp fra barnevernet er en stor andel minoritetsfamilier. Mange innvandrerfamilier har manglende tillitt og frykt ovenfor barnevernet, dette har ført til at flere barn plutselig har blitt hentet fra familien. Det er spesielt inngrep som akutte flyttinger og omsorgsovertakelser familiene er redde for når det gjelder barnevernet. Ipsos gjennomførte i 2018 en kartlegging hvor de fant ut at personer med innvandrerbakgrunn manglet kjennskap til barnevernet. Flere uttrykte at barnevernet manglet kulturell kompetanse og opplevde derfor en frykt for å bli misforstått i møtet med dem. Dette gjorde at familier ikke tok kontakt tidligere som medførte mer alvorlige hendelser og fratakelse av barn. (Berg & Paulsen, 2021). Det er viktig å være bevisst på minoritetsfamiliers kulturelle bakgrunn, språk og tradisjoner. Som barnevernspedagog er det spesielt viktig å ha forkunnskaper om minoritetsgrupper for å kunne legge til rette og hjelpe dem på en mest mulig respektfull og sensitiv måte. I barnevernsloven står det skrevet at hjelpen fra barnevernet skal være mest mulig skånsomt og minst mulig inngripende ovenfor dem det gjelder. Dette vil være enklere dersom man som barnevernspedagog lærer å kjenne dem.

1.3 Oppgavens oppbygning

Oppgaven er delt inn i seks kapitler. I oppgavens første kapittel presenteres det tema og problemstilling. Videre i første kapittel vil bakgrunn for valgt tema og barnevernspedagogens relevans for tema bli lagt frem. Første kapittel vil avsluttes med oppgavens avgrensning. I andre kapittel vil jeg redegjøre for oppgavens valgte metode som er litteraturstudie. Fremgangsmetoden som er brukt for å finne relevante kilder og hvordan jeg har holdt meg kritisk til dem vil bli forklart i samme kapittel. Ulike teoretiske perspektiver vil bli presentert i tredje kapittel. I dette kapitlet vil teorier som tilknytningsteorien, tillit og traumebevisst tilnærming bli gått nærmere inn på. Oppgavens funn vil bli lagt frem i kapittel fire. I kapittel fem vil det foregå drøfting av funnene som er gjort i kapittel fire opp mot valgt problemstilling. I dette kapitlet vil også forskning på området bli lagt frem. Oppgaven avsluttes med siste kapittel som skal gi en oppsummering av hovedfunnene i oppgaven.

1.4 Avgrensning

Tematikken rundt flyktninger er stort og omfangene. For å kunne gå mer i dybden på temaet har jeg derfor valgt å fokusere mer på enslige mindreårige flyktninger. I denne oppgaven kommer jeg ikke til å skille mellom enslig mindreårig flyktning og asylsøker. Årsaken til den samlede betydning er på bakgrunn av mange har vært utsatt for de samme belastende hendelsene, både i forkant, under og etter flukten til Norge. Videre i oppgaven kommer jeg til å anvende enslige mindreårige flyktninger som samlebetegnelse. Derfor har også oppgavens problemstilling kun anvendt flyktninger.

I denne oppgaven kommer jeg til å anvende ulike ord som har samme betydning. Jeg kommer til å benytte ulike ord når jeg snakker om enslige mindreårige flyktninger, deriblant «enslige mindreårige flyktning», «ungdom», «barn» og «enslige mindreårige». Jeg kommer også til å variere mellom å skrive «omsorgsgiver», «omsorgsperson» og «tilknytningsperson». De som arbeider med enslige mindreårige, vil i drøftingsdelen gå under benevnelsene «ansatte» og «voksne». Dette ønsker jeg å gjøre for å få et mer variert språk og for å unngå mye repetitivt språk i oppgaven.

I teoridelen kommer jeg til å skrive om emosjonsregulering. Her kommer jeg ikke til å gå nærmere inn på hva emosjoner er, annet enn at det omfatter følelsesmessige tilstander som er en reaksjon på tidligere eller nåværende hendelser (Tetzchner, 2023).

I drøftingsdelen kommer jeg ikke til å gå spesielt inn på ytre faktorer som har betydning for det traumebevisste arbeidet med enslige mindreårige som blant annet skole, venner og miljøet utenfor. I drøfting av emosjonsregulering vil betydningen av fritidsaktiviteter med venner bli nevnt. Utover det vil det i hovedsak bli drøftet indre følelser og metoder som ansatte kan benytte seg av på sin arbeidsplass i møtet med traumeutsatte barn.

2. Metode

En metode er fremgangsmåten som brukes for å undersøke et fenomen eller tema. Metoden forteller hvordan innhenting av kunnskap er gjennomført (Dalland, 2020). Kunnskap kan innhentes ved å samle funn fra tidligere forskning, og ved å gjennomføre ny forskning. Forskningsmetodene som kan anvendes i innhenting av ny kunnskap er kvalitativ, kvantitativ eller en kombinasjon av begge. Kvantitativ forskningsmetode samler inn målbare data i form

av tall og statistikk. Kvalitativ forskningsmetode samler data i form av menneskers meninger og opplevelser. Når en undersøkelse skal gjennomføres må en finne ut hvilken metode som egner seg best for å belyse og gi svar på problemstillingen (Dalland, 2020).

2.1 Litteraturstudie

I denne oppgaven har jeg benyttet litteraturstudie som metode for å belyse problemstillingen. I litteraturstudie innhentes den nødvendige dataen (litteraturen) som skal brukes i oppgaven fra tidligere forskning og eksisterende teori (Dalland, 2020). Målet med studier som er basert på kvalitativ og kvantitativ forskningsmetode er å oppdage nye funn i feltet. I litteraturstudie er derimot målet å samle eksisterende forskning på området og se problemstillingen i lys av funnene. På grunn av oppgavens begrensninger har jeg valgt å ta for meg tre artikler som jeg synes er relevante for problemstillingen. I forbindelse med innhenting av data har jeg prøvd å finne litteratur både på norsk og engelsk for å styrke funnene i oppgaven.

Søkemotorene som er anvendt for å finne data i oppgaven er google scholar, oria og idunn. For å finne relevant litteratur for problemstillingen har jeg systematisk brukt begrenset antall søkeord. Jeg har benyttet stjerne (*), som betyr at det søkes med åpen endelse. Stjerne brukes for å få et bredere søketreff. De mest sentrale søkeordene som er benyttet er: «enslige mindreårige flyktninger», «unaccompanied minor refugees», «enslige mindreårige AND psykisk helse». I tillegg til å bruke søkemotorene til å finne data har jeg også benyttet det Dallan kaller «snøballmetoden». Snøballmetoden går ut på at man bruker en kilde for å finne en annen kilde. I litteraturlisten til noen av de relevante artiklene (fra søkemotorene) fant jeg annen relevant litteratur (Dalland, 2020). Ved bruk av snøballmetoden fant jeg andre artikler, fagbøker, tidsskrifter etc. som har vært relevante for å forstå og belyse problemstillingen. Jeg har også tatt i bruk litteratur som har vært pensum under utdanningsforløpet. Det finnes mange ulike artikler innenfor fagområdet, men jeg har valgt å ta for meg disse:

Forfatter	Årstall	Tittel	Problemstilling	Metode	Hovedfunn
Bath, H.	2015	The three pillars of traumawise care: healing in the other 23 hours	Hva er det viktig å ha fokus på i traumebevisst omsorg?		De tre grunnpilarene trygghet, relasjon og emosjonsregulering er vesentlig i arbeidet med traumeutsatte barn. De tre pilarene har fokus på behandling av traumer utenfor terapeutiske omgivelser. Barnas omsorgspersoner er av stor betydning.
Skårdalmo, E & Harnischfeger, J.	2017	Vær snill! – Råd fra enslige mindreårige asylsøkere og flyktninger til voksne omsorgsgivere	Hvilke råd ville flyktningbarn gitt til voksne som arbeider med barn som dem?	Kvalitativ	Barna har behov for en tilknytningsperson som er personlig og profesjonelle. Voksne må kunne se barnets perspektiv, prøve å forstå og høre deres historier. Kunnskap er viktig for å forstå og tilnærme seg barna.
Førde, S.	2017	Det tar en landsby å oppdra et barn (...)	Hvordan påvirket oppvekst og opplevelser i asylmottak flyktningbarns psykiske helse?	Kvalitativ	Barna følte seg ikke respektert eller forstått, og opplevde manglende hjelp. Relasjoner til tillitsfulle voksne hadde stor betydning for barna. Støtte og anerkjennelse fra voksne hjalp på psyken.

Tabell 1.

Når jeg har gjort avanserte søk har jeg funnet ulike temaer på området om enslige mindreårige flyktninger. Jeg har valgt ut tekster som virker relevante og lagt dem inn i et skjema/tabell som gir oversikt over hvem som har skrevet teksten, årstall, tittel, hvilken problemstilling som er relevant, hvilken metode som er brukt og hvilke funn som er gjort i teksten. Noe av fellesfunnene fra litteraturen i «*tabell 1*» er viktigheten av trygge og stabile voksne i barnas nærvær etter traumatiserende hendelser. De tar opp barnets behov for trygghet, relasjon og emosjonell tilgjengelighet. I oppgaven har jeg valgt å begrense valgt forskning til de siste ti årene. Begrensningen er gjort på bakgrunn av ønsket om nyere forskning på fagområdet.

2.2 Kildekritik

Kildekritikk brukes for å finne ut om en kilde er pålitelig. Hensikten med kildekritikk er å finne ut om leseren kan forholde seg kritisk til litteraturen som anvendes. Leseren skal få en forståelse av litteraturens gyldighet og relevans (Dalland, 2020). I denne oppgaven er noe av data som er innhentet fra fagfelleverderte tekster. Når en vitenskapelig artikkel er fagfelleverdert betyr det at eksperter på fagfeltet har gjennomført en kvalitetssjekk før den publiseres (HINN, 2022).

Mennesker ser på ting gjennom forskjellige briller og kan tolke ting ulikt. I denne oppgaven er det mine briller som ser og tolker tekstene og litteraturen. Dette vil ha betydning for hvordan oppgaven er formet og oppgavens resultat. Jeg har prøvd å være bevisst på min forforståelse og har derfor prøvd å besvare oppgavens drøftingsdel uten at personlige synspunkter og forforståelse påvirker resultatet.

3. Presentasjon av teori

3.1 Hvem er de enslige mindreårige (EM)?

Enslige mindreårige flyktninger er barn og unge under 18 år som kommer til et land uten foreldre eller andre med foreldreansvar (IMDi, 2024). Det som ofte er felles for enslige mindreåriges livssituasjon er at de er uten foreldrenes omsorg og beskyttelse. Personer som flykter fra sitt hjemland av ulike årsaker, må søke asyl i landet dem kommer til. Når et barn får asylsøknaden sin innvilget går de fra å være asylsøker, til å få flyktningstatus. FNs høykommissær for flyktninger beskriver en flyktning som en person utenfor sitt hjemland som verken kan eller får beskyttelse, og som risikerer å bli utsatt for forfølgelse i strid med

menneskerettighetene (FN-sambandet, 2023a). Barn og unge ankommer et fremmed land med ukjent språk, kultur og tradisjoner. Flere enslige mindreårige kommer som flyktninger fra land/samfunn hvor det har vært væpnet konflikter eller annen organisert vold. Disse barna er i ulik grad traumatisert som følge av tap av nære omsorgspersoner, vold, overgrep m.m. (Eide, 2020).

3.2 Tilknytningsteori

Relasjonene vi har fra fødselen preger utviklingen vår i stor grad. Tidlig samspill har betydning for hjernens utvikling. De nære relasjonene barn har i tidlig alder gir kunnskap om sosiale relasjoner og danner ifølge tilknytningsteorien grunnlaget for hvordan barna møter andre mennesker og former relasjoner i senere tid. I boken «barne- og ungdomspsykologi» defineres tilknytningsatferd som «enhver atferd som fører til at en person oppnår eller opprettholder nærhet til en annen klart identifisert person som blir oppfattet som bedre i stand til å hankses med verden» (Tetzchner, 2023).

En svært sentral person innen tilknytningsteorien er psykologen John Bowlby. Han introduserte teorien om at mennesker har et medfødt atferdssystem for tilknytning. Atferdssystemet er ment for at barn skal kunne beskytte seg gjennom nærhet. Tilknytning kan forklares som et emosjonelt bånd mellom barnet og den voksne. Tilknytningen mellom mennesker blir til gjennom en langsom prosess. Tilknytningsrelasjoner mellom mennesker vil derfor også ta lang tid å endre (Tetzchner, 2023).

Tilknytningsteorien har en antakelse om at barn i relasjoner med seg selv og andre, danner seg det som kalles «arbeidsmodeller». Bowlby mente at barns tidligere erfaringer i samspill med den primære omsorgspersonen lagres som indre mentale representasjoner. Barnas mentale representasjoner vil omhandle forventninger til tilknytningspersonens respons. Dersom et barn gråter kan det ha en forventning at tilknytningspersonen vil gi trøst (Olkowska & Landmark, 2016). Barns tidligere samspillserfaringer med nære tilknytningspersoner vil påvirke senere sosial fungering. Dersom barnet har en tilgjengelig og responsiv tilknytningsperson til stedet, vil dette gi følelsen av trygghet. Et barn som opplever tilknytningspersonen som fraværende vil oppleve følelse av utrygghet. Behovet for trygghet er på lik linje som seksualatferd og næringsbehov, en uavhengig drift hos mennesket. Hvor mye barn tåler og håndterer store påkjenninger er individuelt. Tilknytningen barnet har hatt til

foreldre og andre omsorgspersoner vil være av betydning for hvordan barnet klarer å håndtere disse påkjenningene (Tetzchner, 2023).

Det er barnets tilstand, sammen med avstanden fra tilknytningspersonen som aktiverer tilknytningsatferd. Når barn utsettes for situasjoner som innebærer utrygghet og frykt trenger de hjelp fra tilknytningspersoner til å forstå og mestre situasjonene. Hvordan barnet reagerer når omsorgsgiver forlater og kommer tilbake til et rom kan fortelle mye om barnets tilknytningsmønster. Barn med trygg tilknytning er bedre å regulere seg enn barn med utrygg og usikker tilknytning (Tetzchner, 2023). Tilknytningsteorien skiller mellom 4 hovedformer for tilknytningsmønstre. De fire hovedformene er trygg, utrygg og ambivalent, utrygg og unngående og desorganisert.

3.2.1 Tilknytningstypene

Trygg tilknytning anses som en beskyttelsesfaktor, mens barn med utrygg eller desorganisert tilknytning har en høyere risiko for å utvikle psykiske lidelser (Olkowska & Landmark, 2016). Tilknytningstypene forteller noe om evnen og muligheten barn har til å knytte seg til andre mennesker. Trygg tilknytning utvikles gjennom følelsesmessig kommunikasjon med andre som gir forutsigbarhet, kjærlighet, omsorg og sensitivitet ovenfor barnets behov for beskyttelse. Barnet opplever å bli sett og møtt i dets behov, og får hjelp fra omsorgsgiver til å regulere følelsene sine. Ved separasjon fra omsorgsgiver vil barn med trygg tilknytning utforske omgivelsene. Barnet kan bli stresset, men søker øyekontakt og fysisk berøring når tilknytningspersonen kommer tilbake (Damm, 2021). Tilknytningsperson blir barnets trygge havn. Mennesker som opplever trygg tilknytning, vil i større grad være i stand til å vise åpenhet i forhold til betydningen av følelser. Denne tilknytningsprosessen gjør menneske i bedre stand til å regulere og tilpasse seg følelsene sine til egne og andres behov, samt ulike situasjoner (Klette, 2008).

Barn som vokser opp med ustabile og uforutsigbare omsorgspersoner utvikler en utrygg og ambivalent tilknytning. Barnet vet ikke når eller hvordan det kan få omsorg og oppmerksomhet fra omsorgspersonen. Dette vil skape usikkerhet hos barnet som kan føre til at barnet bruker kraftige reaksjoner for å få oppmerksomhet. Barn med ambivalent tilknytning har vanskeligheter med å finne en sikker og god måte å få utviklingsstøtte fra omsorgsgiver. Disse barna opplever å få skiftende og uforutsigbar utviklingsstøtte. Barn med utrygg og

unnavikende tilknytning har vokst opp med voksne som har behov for å trekke seg unna barnets følelser. Omsorgsgiver oppleves som likegyldig og avfeiende. Barnet reagerer med å trekke seg unna omsorgspersonen for å skape trygghet for seg selv (Bunkholdt, 2017).

Barn som oppholder seg på barnevernsinstitusjoner har ofte en utrygg eller desorganisert tilknytning (Olkowska & Landmark, 2016). Barn med desorganisert tilknytning har omsorgsgivere som følelsesmessig er uforutsigbar og utilgjengelig. Omsorgsgiver kan både være truet og truende. Kaoset som ligger hos omsorgsgiver, skaper tilsvarende kaos hos barnet som ikke klarer å finne strategi for å få omsorg (Bunkholdt, 2017). Barn som har utrygg og ambivalent eller utrygg og unnavikende tilknytning, har en økt sårbarhet dersom de skulle oppleve traumatiske hendelser enn barn med trygg tilknytning. Barn med desorganisert tilknytning har en enda høyere sårbarhet ovenfor traumatiske hendelser (Wennerberg, 2010).

3.3 Tillitt

I Norge har befolkningen et høyt nivå av sosial tillitt i forhold til andre land. Tillitt kan forstås som forventningene man har til at mennesker vil handle på en ærlig og forutsigbar måte. Tillitten skaper en forventning at en person handler med positive intensjoner. I personlige forhold og i samfunnsmessige strukturer kan tillitt skapes. Tillitt på individnivå handler om en forventning om at andres oppførsel er ærlig og positiv. Tillitt handler om å tro, for om en persons oppførsel er ærlig og positiv kan man selv ikke vite eller kontrollere. Tidligere erfaringer, hvordan verdier den andre har og moralske prinsipper kan ha betydning for tillitten en person har til andre. Tillitt deles inn i ulike typer og kan være både bevisst og ubevisst. Ovenfor venner og familie har mennesker det som kalles for partikulær tillitt. Partikulær tillitt er ofte ubevisst og er ofte noe mennesker tar som en selvfølge før den brytes. Generalisert tillitt er tillitten mennesker har til fremmede, i form av å følge regler og vise god oppførsel. Den siste typen er institusjonell tillitt. Bofellesskap i barnevernet kan flyktningbarn ha institusjonell tillitt til, ved å for eksempel dele informasjon om personlige forhold etc. (Haugseth & Conradsen, 2023).

Tillitt er når kunnskapen tas bort og man må velge å stole på andre. Dette kan være på bakgrunn av det man vet og ikke vet om de/dem. Niklas Luhmann var en tysk sosiolog som mente at tillitt «forenkler kompleksitet». Luhmann mente at tillitten en har til andre medfører at kompleksiteten blir mindre ved at mennesker slipper å bekymre seg for ting. Mennesker

slipper å bekymre seg for om piloten er skikket til å fly, om vingene fungerer, eller om det er fylt på drivstoff før adgang. Tilliten medfører at mennesker slipper å bekymre seg over dette, men har tro på piloten og arbeiderne. Enkelte personer kan ha vanskeligheter med å skape tillit til andre på grunn av tidligere relasjoner (Haugseth & Conradsen, 2023). Flukt fra hjemlandet og opplevelse av traumatiserende hendelser kan påvirke flyktningbarns tillit til mennesker og ulike samfunn de kommer til. Barna kan ha mistet tillit gjennom opplevelse av krig og vold, overgrep eller separasjon. De kan ha vanskeligheter med å få tillit i nye relasjoner som de kan få hjelp med av ansatte som arbeider med denne utsatte gruppen.

3.4 Traume

Når mennesker opplever overveldende hendelser, er det helt naturlig å få sterke reaksjoner. Den sterke reaksjonen går for de fleste over kort tid. For andre vil reaksjonen fra hendelsen sitte igjen lenge etter den inntraff. Flere opplever å ha plager i etterkant. Dette blir kalt for et traume, en skade eller et sår mennesket får i etterkant av en slik hendelse. Selv om det er lenge siden hendelsen inntraff preges man fortsatt av situasjonen. Det er et samspill mellom ulike faktorer før, under og etter hendelsen som påvirker om personen opplever det som et potensielt traume. Noen av faktorene som har betydning i forkant av en slik hendelse er, barnets tidligere tilknytningshistorie, livssituasjon, personlighet og oppvekstvilkår. Faktorer som har betydning under hendelsen er, grad og omfanget av faren, hvilke konsekvenser medførte hendelsen, hvor brått den inntraff, varigheten og i hvilken grad personen var forberedt på det som hendte. Opplevelsen av omsorg og støtte fra nære personer etter hendelsen har betydning for utviklingen av traumet. Traumatiserende hendelser påvirker menneskets følelser, som kan medføre vanskeligheter med å regulere dem, og relasjoner med andre (RVTS øst, u.å.).

Resiliens forteller noe om en persons evne til å håndtere stressende og vonde opplevelser. Voksne og barn som har opplevd belastende hendelser kan til tross klare seg godt i ettertid. Noen utvikler posttraumatisk stresslidelse, ofte kalt PTSD. Dette kjennetegnes ved at det preger en persons hverdag ved gjenopplevelse av hendelsen, i form av mareritt og at kroppen hele tiden er på vakt for fare (Helsenorge, 2023). Posttraumatisk stresslidelse er blant de mest overrepresenterte psykiske helseproblemene blant enslige mindreårige (Svendsen et al., 2018). Flukten er en stor belastning, og man er i større grad utsatt for overgrep og død. Traumer hos barn kan utvikles dersom de er vitne til andres liv og helse er i fare, eller trusler

mot eget liv. Traumatiserende hendelser kan blant annet være fra krig, flukt, katastrofer, vold og seksuelle overgrep. Mange av de enslige mindreårige har selv vært utsatt, og/eller vitne til andre som har vært utsatt for disse hendelsene. Flere av dem har også mistet nære, og vært vitne til tortur og drap. Opplevelser på flukten har for mange forårsaket traumatiserende hendelser (Varvin, 2018). Mange barn opplever sterke reaksjoner i etterkant. I enkelte tilfeller går traumereaksjonene over av seg selv, mens andre har behov for å snakke med foreldre eller venner. I noen tilfeller er ikke dette tilstrekkelig og barnet har behov for behandlingsmetode fra profesjonelle (NKVTS, u.å.).

3.5 Traumebevist tilnærming

Traumebevisst omsorg (TBO) handler om hvordan barns fungering og utvikling blir påvirket av traumer. Utviklingstraumer påvirker utviklingen til barn både emosjonelt, biologisk, kognitivt og sosialt. TBO er en forståelsesramme som gir konkrete redskaper til voksne som arbeider med barn som har vært utsatt for belastende hendelser. Dette åpner opp for en mer utviklende måte å møte barn og unge på. Tilnærmingen gjør at de voksne omsorgspersonene er bedre egnet til å møte barna med anerkjennelse og respekt på grunn av økende forståelse for deres adferd. Traumatiserende belastninger i tidlig alder har betydning for utviklingen av barnets hjerne på ulike områder. Dette omhandler spesielt emosjonssystemet, tilknytningssystemet, hukommelsen, krisehåndteringssystemet og evnen til refleksjon og selvforståelse. Barnets vanskeligheter med å styre og regulere egne følelser kan blant annet vises gjennom adferdsvansker, urolighet og bekymring, og vanskelighet knyttet til nære relasjoner. For ansatte som jobber med denne utsatte gruppen er det viktig å forstå det enkelte barnets forutsetning, og hvordan dette uttrykker seg i emosjon og væremåte (Jørgensen & Steinkopf, 2015). I traumebevisst tilnærming er det tre grunnpilarer som forteller hvilket fokus en bør ha i arbeidet med å fremme utvikling hos barn. Disse tre grunnpilarene skal jeg nå gå nærmere inn på.

3.5.1 Trygghet

Trygghet er den første grunnpilaren i en traumebevisst tilnærming. Flere utviklingsteoretikere mente at barns opplevelse av trygghet er et grunnleggende behov. Bowlby mente at barns viktigste funksjon i tilknytningsatferden er å søke trygghet. Uten trygghet kan ikke et barn overleve. De fleste barn som har vært utsatt for traumatiserende hendelser føler seg ofte utrygge. Flere barn utvikler mistillit til voksne de møter. Barna blir oppmerksomme på voksne

og flere utvikler strategier for å holde dem på avstand. I møtet med voksne omsorgspersoner kan barns utagerende atferd være utfordrende da det fort kan føre til en kontrollerende og straffende reaksjon fra den ansatte. Dette er med å fremheve et utrygt miljø til den traumatiserte. Barnas utfordrende atferd er ofte et uttrykk for indre lidelser. Traumeutsatte barn har behov for et trygt miljø. Dette kan skapes gjennom forutsigbarhet, åpen og ærlighet, tilgjengelighet, fysisk og emosjonell trygghet (Bath, u.å.).

3.5.2 Relasjon

Relasjon er den andre grunnpilar og henger tett sammen med trygghet. Mennesker utvikles hele livet, både av omgivelsene vi lever i, og menneskene rundt. Relasjonen mellom mennesker har betydning for utvikling (RVTS sør, u.å.). Positive relasjoner er helt nødvendig for tilfriskning og vekst. Mange av barna som har vært utsatt for traumatiserende hendelser lærer hjernen at voksne er forbundet med vanskelige følelser. Voksne som arbeider med traumeutsatte barn og andre voksne omsorgspersoners oppgave er å hjelpe barna med å endre en slik tankegang. Den positive relasjon er viktig for den menneskelige utviklingen (Bath, u.å.). Det kan være utfordrende å bygge sunne og trygge relasjoner, men dette er helt nødvendig. Barna har behov for å få hjelp fra trygge voksne som forstår hvilke påvirkninger traumene har på deres livssituasjon.

3.5.3 Emosjonsregulering

I arbeid med barn og unge er det viktig å ha kunnskap om hva emosjonsregulering er og hvordan det kan brukes i arbeid med de utsatte barna. Tetzchner forklarer emosjonsregulering som «å overvåke og kontrollere emosjonelle erfaringer og uttrykk hos en selv, og tilpasse dem til ens mål og sosiale og kulturelle forhold» (Tetzchner, 2023). Opplevelsen av situasjonen og emosjonsuttrykket vil være avhengig av hvor forberedt barnet er på det som skal skje. Hvor godt situasjonen gjenkjennes vil også ha betydning. Et emosjonelt uttrykk vil dermed i seg selv alltid bli et resultat av regulering. Nye og uventende hendelser vil som regel utløse sterkere emosjoner enn hendelser som er gjenkjennbare (Tetzchner, 2023).

Ved fødsel har barn behov for hjelp og beskyttelse hos voksne. Barn mangler nevrologiske og kognitive forutsetninger for å regulere sine medfødte emosjonsuttrykk. De har derfor tidlig i utviklingen sin behov for hjelp til å regulere følelser. Barn har også behov for å lære hvordan de selv roer seg ned uten medvirkning fra andre. Etter hvert med alderen skjer det en utvikling

hvor en i større grad søker hjelp hos jevnaldrende. Barn vil i større grad bli flinkere til å regulere egne følelser med tiden. Målet med emosjonsregulering er tilpasning. Av og til kan det føre til mistilpasning når barn danner gale koblinger mellom følelser, kognisjon og handling (Tetzchner, 2023).

Traumer medfører at mange barn ikke klarer å regulere impulser og følelser. I arbeidet med traumatiserte barn vil derfor det viktigste fokuset være å lære og støtte dem i nye måter å regulere dem på (Bath, u.å.).

3.6 Tolleransevinduet

Alle mennesker har et toleransevindu hvor følelsene reguleres etter ulik intensitet. For å forstå og jobbe med emosjonsregulering kan toleransevinduet brukes for å forklare barnets aktiveringssone. Tolleransevindu-modellen består av tre ulike soner. Den øverste sonen i modellen kalles den hyperaktiverte sonen (overaktivering). I denne sonen går kroppen over i en mobilisering hvor personen går til kamp eller flykter fra situasjonen. Nederst i modellen finnes den hypoaktiverte sonen (underaktivering). Når kroppen går i underaktivering, vil den kobles ut ved å kollapse eller fryse. I midten finner vi toleransevinduet. Det er i denne sonen hjernen og kroppen både kan tenke, føle og reflektere samtidig. Et barn som er i hyper- eller hypoaktiveringssonen har vanskeligheter med å tenke klart fordi kroppen reagerer med frys- eller kamp/flukt reaksjon. Det er først når barnet kommer tilbake til toleransevinduet det kan lære av situasjonen (RVTS øst, u.å.).

Barn som har opplevd traumatiserende hendelser har ofte det som kalles for smalt toleransevindu. Ved et smalt toleransevindu er det lite som skal til før personen kommer over i den hyperaktiverte- eller hypoaktiverte sonen. De er ofte mer sårbare for å reagere sterkt. Traumer og traumatiserende hendelser har lært kroppen at barnet må være på vakt mot fare og små trusler, som medfører at de lettere havner utenfor toleransevinduet (RVTS øst, u.å.).

3.7 Kommunikasjon

I arbeid med barn som har opplevd traumatiserende hendelser er kommunikasjon og språk en viktig faktor for å bli forstått og forstå de andre. Tidligere forskning og praksis viser en barriere i samhandlingen mellom minoritetsbefolkningen og systemet i velferdsstaten. Språk

og kommunikasjon kan være spesielt vanskelig i møtet med enslige mindreårige og andre minoritetsgrupper som har et annet morsmål enn majoritetsbefolkningen. Det er utfordringer knyttet til språkforskjeller, bruken av tolk og deres kvalifisering, dårlig informasjonsflyt og ulikheter i kroppsspråk (Berg & Paulsen, 2021).

Kommunikasjon handler om både språklige og ikke-språklige uttrykk. Hvordan ting uttrykkes er nært knyttet til vår etniske, kulturelle og sosiale bakgrunn. Språket og etnisk bakgrunn er viktig for identitet til et menneske. Språket forteller oss hvordan vi forstår verden. Samfunnet og kulturen mennesket er en del av, skaper mening og identitet gjennom språklige uttrykk og metaforer. Språket og ikke-språklige uttrykk har vi med oss fra barndommen av (Varvin, 2018). Det er noe som mennesket har levd i og med store deler av livet. Mennesker som bosettes i et nytt land må lære seg et nytt språk. Dette kan være spesielt vanskelig når det gjelder følelser og nære forhold. Mange ord og uttrykk er ulike fra kulturer og landegrensener. Mennesker som flykter til et nytt land må prøve å lære seg nye ord og uttrykk, og se dem i samsvar med opplevelsen av tid og sted. I mange land formidles mye av kunnskapen i sosiale sammenhenger med verbale fortellinger. Mennesker som kommer fra «verbale» land, kan derfor ha vanskeligheter med nære og emosjonelle opplevelsedimensjoner fordi de ofte er knyttet til personens morsmål. For enkelte kan opplevde voldshendelser, seksuelle overgrep etc. være knyttet til morsmålet, noe som kan medføre at det føles enklere å uttrykke seg på et nytt språk. I arbeid med barn som har opplevd traumatiserende hendelser vil mye av deres opplevelser være ubearbeidet, og kommunikasjon skjer ofte gjennom kroppsspråk og væremåte (Varvin, 2018).

4. Presentasjon av funn

Kilde 1: The three pillars of traumawise care: healing in the other 23 hours

Forfatter: Howard Bath

Utgivelsesår: 2015

Artikkelen handler om hvordan miljøer og relasjoner med andre kan hjelpe barn i bearbeiding av traumer. Mange opplever at støtten fra familie og venner, og andre omsorgspersoner hjelper mot å takle traumatiske hendelser. Forfatteren legger frem «the three pillars», som skal

fremme utviklingen til barn. Disse tre elementene er trygghet, relasjon og emosjonsregulering.

Kilde 2: Det tar en landsby å oppdra et barn – oppvekstmiljøets betydning for enslige mindreårige flyktnings navigering mot opplevelsen av psykisk helse og resiliens.

Forfatter: Siv Førde

Utgiver: Tidsskrift for psykisk helsearbeid 2017

Artikkelen gjennomfører en studie på enslige mindreårige flyktnings oppvekst og livssituasjonen i Norge. Forfatteren gjennomførte en studie i 2005 om flyktningbarn og resiliens. Hun gjennomførte intervjuer med ungdommer som fortalte om hvordan det var å være flyktningbarn, hvordan oppveksten og livet på asylmottak hadde betydning for deres psykiske helse og valg de sto ovenfor. Denne studien bruker forfatteren til å sammenligne enslige flyktningbarns situasjon i dag.

En tillitsfull voksen var noe av det barna mente var viktigst for dem. En voksen som både kunne se, tro og like dem. Undersøkelsen viste også at barna hadde behov for å etablere en relasjon til en voksen over tid. Relasjonen til en voksen var med å skape en opplevelse av sammenheng og forståelse, noe som gjorde at de hadde forutsetning for å kunne vise engasjement i positiv aktivitet. I artikkelen deler barna sine erfaringer og opplevelser om hva som er viktig for utvikling av psykisk helse og resiliens.

Kilde 3: Vær så snill! – Råd fra enslige mindreårige asylsøkere og flyktninger til voksne omsorgsgivere

Forfatter: Envor M. Bjørge Skårdalsmo og Jessica Harnischfeger

Utgiver: Tidsskriftet Norges Barnevern (2017)

Forfatterne har gjennomført intervju med sekstiseks enslige flyktningbarn hvor de svarer på hvilke råd de ville gitt til voksne som arbeider med enslige flyktningbarn. Flyktningbarna som var med i undersøkelsen kom til Norge uten voksne omsorgspersoner, før fylte 15 år. Mange av dem som deltok var preget av en oppvekst under konflikt og krig, mistet mennesker i sin nære relasjon, mistet kontakt med familien og noen av dem visste ikke noe om dem lengre. De fleste barna var preget av en dramatisk flukt preget av usikkerhet, vold og relasjonsbrudd.

I fortellingene til barna var det fire hovedtema som gikk igjen. Det handlet om ivaretagelse, forståelse, regler og få hjelp. Temaene ble gjort om til fire råd: «Vær snill!», «Prøv å innta mitt perspektiv», «Hjelp meg» og «Gi reglene mening». Barna ga uttrykk for at de hadde positive erfaringer fra en eller flere voksne omsorgspersoner. Støtte og emosjonell ivaretagelse var viktige for disse barna. Mange av barna satt pris på den profesjonelle siden til de voksne omsorgspersonene, sammen med deres personlighet og emosjonalitet.

5. Drøfting

I dette kapittelet vil jeg fokusere på valgt teori og funnene som er gjort, opp mot oppgavens valgte problemstilling «Hvordan kan ansatte arbeide traumebevisst for å ivareta og legge til rette for utvikling av enslige mindreårige flyktninger og asylsøkere?». For at ansatte skal kunne jobbe traumebevisst i møtet med enslige mindreårige flyktninger er det viktig å vite hvilke konsekvenser traumatiserende hendelser kan ha for et barn. Det er viktig å forstå hvordan traumene kan ha påvirkning på barnets atferd og vanskeligheter med å skape tillit og relasjoner med andre.

Jeg vil i dette kapittelet fokusere på de funnene som er gjort i litteraturene «The three pillars of traumawise care», «det tar en landsby å oppdra et barn» og «vær snill!». Jeg vil bruke disse tre tekstene sammen med teori for å drøfte styrker og svakheter med arbeidet.

5.1 Forutsigbarhet

Alle artiklene legger frem viktigheten av forutsigbarhet. De snakker om viktigheten av forutsigbarhet i både regler og andre områder som angår de enslige mindreårige. Mange av barna i intervjuene forteller at manglende forutsigbarhet var en av de verste følelsene. Dette er barn som har vært utsatt for mange uforutsette hendelser både før og under flukten til Norge. Mange har opplevd utrygghet i forhold til situasjoner hvor de er redde for eget eller andres liv, og menneskene rundt dem. Opplevelsen knyttet til en usikker fremtid før eventuelt asylsøknaden blir innvilget, er også med å prege barnas uvisshet. «Først når de opplevde forutsigbarhet, indre kontroll og trygghet, sov de bedre, lærte lettere, fikk bedre karakterer på skolen, bedre humør, og plagsomme symptomer avtok» (Førde, 2017).

Bath vektlegger i sin uttalelse at ansatte bør fokusere på forutsigbarhet for å skape trygghet (Bath, 2015). Forutsigbarhet kan skapes på ulike områder. Det kan være ved å etablere klare rutiner og strukturer som faste måltider og sengetid. I noen situasjoner kan ungdommene selv få være med å bestemme hva som skjer til ulike tidspunkter. Dette skaper forutsigbarhet og opplevelse av selvbestemmelse for ungdommene. Forutsigbarhet er derfor en viktig faktor for å skape en trygg ramme for traumatiserte barn (Bath, 2015).

Barn og unge som har vært på flukt uten sine foreldre har ofte måtte tatt stort ansvar for eget liv og fremtid. For noen kan det å komme til faste rutiner og regler være utfordrende. Noen kan ha problemer med å følge reglene siden de ikke vet hensikten bak dem. I «vær snill!» påpeker de viktigheten av at ansatte må gi reglene mening (Skårdalsmo & Harnischfeger, 2017). Regler er ofte kulturelt forankret og det er derfor viktig å huske på at alt ikke gir like mye mening for de enslige mindreårige flyktingene som barn som er oppvokst i Norge. Ved at ansatte er bevisst på dette kan de enklere forstå at barna synes regler kan være utfordrende. Noen av ungdommene påpeker også vanskeligheter med regler og strukturer som varierer etter hvem som er på jobb (Skårdalsmo & Harnischfeger, 2017). Det kan være med å skape uforutsigbarhet når barna ikke vet hvilke regler de skal forholde seg til fra en dag til en annen. Det er derfor viktig at alle ansatte utfører samme arbeid, overholder de rutine og reglene som er satt i like stor grad, så langt det lar seg gjøre.

5.2 Språkets utfordringer

I «vær snill» fortalte en av ungdommene som var intervjuet en episode med en ansatt som resulterte i utagering. Gutten hadde skadet den ene foten hans, som medførte at han måtte gå på krykker. Gutten forteller at han hadde spurt en ansatt om han kunne åpne ytterdøren. Den ansatte svarte nei på guttens spørsmål, som resulterte i at gutten ikke kom seg på skolen den dagen. Senere på dagen hadde en annen ansatt kommet på rommet til gutten og spurt hvorfor han ikke dro på skolen. Gutten forteller «han ikke åpnet døren» noe som resulterte at den ansatte fortalte gutten at ingen her var hans tjener. Dette gjorde at gutten ble veldig sint. Episoden førte til en krangel og gutten slo til den ansatte. I etterkant av hendelsen var gutten veldig lei seg, han gråt og angret mye (Førde, 2017). Gutten følte seg misforstått og dårlig behandlet. Når man jobber traumebevisst, er det viktig å forstå det enkelte barnet. Hvordan er det dette barnet uttrykker seg emosjonelt og i væremåte. Traumatiserende hendelser påvirker

barnets følelser og mange opplever vanskeligheter med å regulere dem. For noen kan dette vises gjennom adferdsvansker (Jørgensen & Steinkopf, 2015).

I episoden med gutten som følte seg misforstått oppsto det en krangel som førte til at han slo den ansatte. Gutten opplevde språket som et hinder i å få frem budskapet om at han hadde behov for hjelp til å åpne døren for å komme seg på skolen. Språk og kommunikasjon er viktig for å bli forstått og forstå andre. Dette kan være en utfordring for barn og unge slik vi fikk høre i eksemplet. En traumebevisst tilnærming gjør at ansatte er bedre egnet til å møte barna med anerkjennelse og respekt fordi de har en økende forståelse av deres atferd (Jørgensen & Steinkopf, 2015). Hva er det barna prøver å fortelle i deres væremåte. Ansatte bør ha en forståelse om vanskeligheten enslige mindreårige kan ha med å uttrykke seg muntlig, og legge til rette for dette. De enslige mindreårige har behov for tid og mulighet til å forklare seg, også med hjelp fra en voksen. Barn har ulike forutsetninger og lærer i ulik grad. Noen barn behersker språket godt, mens andre ikke. Det å finne de rette ordene på det som skal uttrykkes kan for mange mindreårige flyktninger være vanskelig da oppholdstiden deres i ankomstlandet har vært i en kort periode.

Gutten forteller om flere episoder der han følte seg misforstått og dårlig behandlet. Ansatte kan få en opplevelse av at denne gutten er et «problembarn». I arbeid med traumeutsatte barn er det viktig å huske på deres atferd er en reaksjon på vanskelige følelser som de ikke klarer å regulere (Jørgensen & Steinkopf, 2015). Ansatte kan heller prøve å forstå atferden i stedet for å sette den i «bur». Barna ønsket voksne som var snille, gode lyttere og en som kunne forstå situasjonen deres (Førde, 2017). Barna har behov for ansatte som forstår den krevende situasjonen de står ovenfor, men også deres individuelle behov.

Episoder som denne kan ha betydning for andre forhold mellom barnet og de ansatte. Når gutten opplever seg dårlig behandlet kan han oppleve at ansattes oppførsel ikke er ærlig og positiv. Dette kan resultere i økt mistillit. På bakgrunn av dette utvikler mange traumatiserte barn strategier for å holde voksne på avstand (Bath, u.å.). Opplevelse av krig og vold kan være med å svekke tilliten barna har til andre mennesker. Tillitten er viktig for at barn skal slippe bekymring i hverdagen og for å kunne skape relasjoner med andre. Barnas opplevelse av voksne som ikke tror på deres fortellinger vil kunne svekke barnet og den ansattes mulighet for å etablere en god relasjon. Det kan også føre til svekket tillit til den voksne.

5.3 Tilknytningens betydning

Som fortalt har det tidlige samspillet med nære omsorgspersoner betydning for hjernens utvikling. Tilknytningen i tidlig alder har betydning for hvordan barnet møter andre og former relasjoner i senere tid. Et barn som har utviklet utrygt eller desorganisert tilknytningsstil har andre forutsetning for å danne relasjoner på grunn av tidligere erfaring med utilgjengelig omsorgsperson(er). Disse barna er også mer sårbare for traumatiske hendelser (Wennerberg, 2010). Selv om barna er mer sårbare er de fortsatt forskjellige, og det som oppleves som traume for et barn trenger ikke å være traumatiserende for et annet. Barn som har utrygg eller desorganisert tilknytning reagerer ofte med å trekke seg unna omsorgspersonen for å skape trygghet for seg selv (Bunkholdt, 2017). Det kan være lettere å holde andre mennesker på avstand så de slipper opplevelsen å bli såret eller avvist. Det kan være skumlere å slippe mennesker inn på seg på grunn av tidligere opplevelse av omsorgspersoner som ikke har møtt dem på sine behov.

(...) at de voksne ikke må gi seg for fort når barna avviser et forsøk på kontakt. De må ikke slutte å spørre, men kom tilbake og prøv igjen og igjen. De voksne skal heller ikke uten videre tro på det når en ungdom sier at han eller hun har det bra. De må prøve å hjelpe ved å gi mange muligheter for å revidere dette muligens for å revidere dette muligens overfladiske utsagnet (Skårdalsmo & Harnischfeger, 2017, S. 11 og 12).

Opplevelsen av at en ansatt fortsetter å prøve selv om barnet har avvist kan skape en opplevelse om at den ansatte faktisk bryr seg og ønsker å hjelpe dem. For andre kan en slik oppførsel oppleves som påtrengende ettersom de flere ganger avviser den ansatte. Til tross for en følelse av påtrengning kan barna oppleve at de voksne faktisk bryr seg, selv om de kan være til bry. Mange barn har dessverre ikke en tilknytningsstil som er preget av et sunt og trygt forhold. Det er de ansattes jobb å hjelpe barna å skape relasjoner med barna som er positive og omsorgsfulle. Barna trenger hjelp til å endre deres «arbeidsmodeller» og koble dem opp mot positive, omsorgsfulle voksne og jevnaldrende (Bath, 2015). Ved å lære å kjenne barnet kan den ansatte finne ut hva som fungerer best for den enkelte.

Det kan være vanskelig for ansatte å nå inn til utsatte barn. Som fortalt reagerer ofte barn med utrygg og desorientert tilknytning å trekke seg unna, noe som kan skape vanskeligheter med å

nå inn til dem (Bunkholdt, 2017). Det tar tid å skape nye tilknytninger. Ved å ha ansatte som er til stedet, skaper trygghet og viser at de bryr seg gir barna mulighet for å gradvis åpne seg når de selv føler tiden er riktig. Når barn gradvis åpner seg opp, er det lettere for ansatte å nå inn til dem.

5.4 Relasjon

Relasjon henger tett med den første pilaren trygghet. Ansatte er avhengige av barna opplever trygghet for å kunne gå inn i nye relasjoner. I arbeid med traumeutsatte barn er det viktig å kunne skape positive relasjoner. Positive relasjonene har betydning for barnets tilfriskning og vekst (Bath, u.å.). Funn fra tekstene viser at barn fortalte om ansatte som var mer opptatt av å få betalt enn å faktisk gjøre den jobben som trengtes. Ungdommene følte at de ansatte brydde seg mer om jobben enn ungdommene (Skårdalsmo & Harnischfeger, 2017). Ansatte som ikke drar med en gang de er ferdige på jobb, men som venter noen minutter fordi en av ungdommene trenger trøst, kan for ungdommene skape en følelse av at ansatte bryr seg om dem. Følelsen av ansatte som slipper alt de har i hendene når vekten er ferdig kan øke følelsen til barna om at dette er de ansattes jobb.

Funnene viser at flere snakker om viktigheten av personlig relasjoner. En gutt forteller at han forstår at mye foregår på papir og at ting som skjer skeives ned. Han synes det er greit at ansatte leser, men påpeker at det er fint om de vil bli kjent med han (Skårdalsmo & Harnischfeger, 2017). Dersom ansatte ikke lærer å kjenne ungdommen selv vil det være vanskeligere å forstå hans reaksjoner og tanker. De ansatte danner sitt bilde av ungdommene gjennom erfaring og opplevelser. Selv om positive relasjoner er viktig, må ansatte huske at de ikke vil få en like sterk relasjon med alle ungdommene fordi alle mennesker er forskjellige. Noen ansatte vil oppleve å skape en dypere relasjon til noen barn, mens for noen andre barn er det vanskeligere å skape en like dyp relasjon. Selv om en ansatte ikke opplever den dype relasjonen med en ungdom, vil kanskje en av medarbeiderne oppnå dette. Dette er helt vanlig. Til tross for at ansatte skaper ulike relasjoner til barna, er det viktig at de uansett er hyggelig, imøtekommende og ivaretar barna og deres behov (Skårdalsmo & Harnischfeger, 2017).

Det er gjennom relasjoner med andre at de fleste mennesker opplever positive følelser som kjærlighet, lykke, glede og tilfredshet, og det er i vennlige omgivelser man lykkes

med å overvinne de fysiske og psykiske utfordringene som står i veien for opplevelsen av velvære og overlevelse (Førde, 2017, S.152).

Det er ikke kun relasjoner med ansatte som er nødvendige for de traumeutsatte barna. Igjennom aktiviteter skapes det mulighet for ungdommene å knytte nye relasjoner med jevnaldrende barn. Det er positive relasjoner som skaper endring (Bath, 2015). Ansatte kan ta med seg ungdommene på ulike aktiviteter. Dette kan skape mulighet for relasjonsbygging ved at den ansatte er med å skape trygghet for ungdommen.

5.5 Emosjonsregulering

Barn med traumer utvikler egne strategier for å håndtere følgene som kommer etter traumatiserende hendelser. Ansattes oppgave er å forstå barnas mestringsstrategier, og veilede dem mot sunne og trygge måter å håndtere disse følgene på. Traumene gjør ofte at barna har kamp med emosjonell selvregulering. Barna har behov for hjelp fra ansatte til å håndtere sterke følelser og impulser. Ansatte oppgave er å forstå forskjellen mellom problematisk adferd, og atferd som er resultat av følelsesmessig oversvømmelse (Bath, 2015). De må lære å tolke barnas rop om hjelp, selv om atferden er preget av urolighet og utfordrende samhandling (Førde, 2017). Samregulering kan brukes av ansatte for å hjelpe ungdommene å regulere følelsene. Ved at ansatte er beroligende, snakker rolig og er myk når et barn er opprørt vil det oppleve den ansattes ro gjennom tilstedeværelsen og støtte. Etterhvert vil barna lære å speile den ansattes svar. For å kunne regulere barnas emosjonsnivå er det viktig at den ansatte selv ikke blir preget av barnets utsagn eller atferd. Den ansatte er avhengig av å ha selvkontroll (Bath, 2015). Ved å ha selvkontroll krever det at den ansatte både er tålmodig og stabil. Dersom ungdommen skulle utagere er det viktig at den ansatte holder seg rolig og behersket. Målet er at ansatte skal regulere ungdommen, og hjelpe dem i å etter hvert regulere seg selv.

Barn som har opplevd hendelser som er traumatiserende har behov for å snakke om de vanskelige følelsene. De har behov for voksne som kan være sensitive for barnas behov og møte dem der de er. Disse barna trenger noen som kan være i samme sinnstemning som dem og ikke alltid avleder dem fra vanskelige følelser (Skårdalsmo & Harnischfeger, 2017). Fra tidlig alder lærer barn at det hjelper å snakke om følelser. Ved å sette ord på hva man føler kan det hjelpe oss å sortere dem og tankene. Når man deler følelser og tanker med andre kan man få gode råd og veiledning. Selv om det er fint å få snakke om følelsene kan behovet for å

få avstand til de vanskelige følelsene for mange opplevdes som befriende (Skårdalsmo & Harnischfeger, 2017). Det kan være gjennom ulike former for aktiviteter både med ansatte og venner. Aktiviteter kan være en arena hvor nye vennskap skapes og gir rom for mestring, som de utsatte barna har behov for. Kreative aktiviteter kan også brukes, som for eksempel maling eller tegning. Disse aktivitetene kan også brukes som hjelpemiddel for de ansatte i arbeid med barna, for å lettere uttrykke deres følelser. Gjennom praksisperiodene har jeg erfart at noen barn synes det er lettere å prate om vanskelige følelser ved å holde på med noe samtidig, eller ved å snakke «gjennom» tegningen. Selv om barna har ulike behov er det viktige at de vet de ansatte er der uansett, om de ønsker å snakke eller bare ha noen ved deres side.

Det er først når de ansatte blir kjent med hva som utløser ungdommenes reaksjoner at de kan hjelpe med å regulere følelsene. Ansatte kan ta i bruk tolleransevinduet som hjelpemiddel i arbeide med de enslige mindreårige. Ved hjelp av tolleransevinduet kan de ansatte sammen med barna lære å forstå hvor de er, utenfor eller innenfor sitt tolleransevinduet. Traumeutsatte barn kan ha vanskeligheter med å skille mellom farlige og ufarlige hendelser. De er hele tiden på vakt for eventuelle farer (RVTS øst, u.å.).

For at ansatte skal kunne hjelpe å regulere disse barna er det viktige at de er oppmerksomme på eventuelle triggere. Barn som har vært utsatt for traumatiske hendelser kan ubevisst ta med seg noe fra situasjonen som minner dem om det som hendte (Stendi, u.å.). Eksempel kan være en ungdom som la merke til en grå katt mens den traumatiske hendelsen inntraff. Dette medfører at ungdommen vil reagere kraftig i andre situasjoner hvor ungdommen ser en grå katt. Ved å vite hva som er triggerne vil det være lettere å hjelpe ungdommene med å kontrollere følelsene. Oppgaven til ansatte vil være å hjelpe ungdommen med å regulere tilbake til tolleransevinduet. Når den ansatte har hjulpet ungdommen tilbake i tolleransevinduet vil ungdommen tenke og reflektere klart. Sammen med ungdommen kan ansatte prate om det som hendte. De kan sammen finne ut hvordan ungdommen senere kan regulere seg selv i lignende situasjoner. I arbeid med traumeutsatte vil ikke den ansatte kunne fjerne barnets opplevelse av frykt. Ved at ansatte hjelper barn med å regulere seg selv vil de over tid klare å håndtere smerten, noe som medfører at den kan ta del i ungdommens fortid.

6. Avslutning

Denne oppgaven har undersøkt hvordan ansatte kan arbeide med å ivareta og legge til rette for utvikling av enslige mindreårige flyktninger, med fokus på traumebevisst tilnærming.

Problemstillingen ble formulert slik ««Hvordan kan ansatte arbeide traumebevisst for å ivareta og legge til rette for utvikling av enslige mindreårige flyktninger?»». For å besvare problemstillingen har både teori og funn fra valgt litteratur vært relevant. Oppgaven er belyst ved hjelp av ulike teorier som tillit, tilknytningsteorien, kommunikasjon og traumebevisst omsorg.

Gjennomgang av tidligere forskning viser at det er viktig å skape forutsigbarhet for å skape trygghet for de enslige mindreårige, og at dette kan gjøres ved å etablere faste rutiner og strukturer. Funn viser at barna kan ha vanskeligheter med å følge rutiner og strukturer da de ofte varierer etter hvem som er på jobb. Ansatte som jobber i samme retning og forklarer regler og hensikten bak dem, er viktige for barna. Språket kan bli et hinder for samarbeidet mellom ansatte og barna, og kommunikasjonen mellom dem. De ansattes kunnskap er et viktig redskap for møte barna med anerkjennelse og respekt. Mange traumeutsatte barn har vanskeligheter med å skape relasjoner på grunn av deres tilknytningsstil. Hovedfunnet i drøftingsdelen er at ansatte må bruke tid til å bli kjent med ungdommen og ikke gi seg selv om de blir avvist. Barna har behov for voksne som skaper trygghet for å inngå i nye relasjoner. Selv om barnet opplever trygghet og ansatte som prøver, kan det ta tid før barnet våger å åpne seg opp. Ansatte må ansatte vise at de alltid er tilgjengelig ovenfor barnet og dets behov, dersom barnet trenger den voksne.

Personlige relasjoner er svært viktige for enslige mindreårige flyktninger, og har betydning for deres utvikling. De utsatte barna trenger ansatte som ser dem for den de er og deres behov. Traumeutsatte barn har behov for ansatte som lærer barna sunne og gode metoder for å håndtere overveldende følelser på. Det kan for eksempel være gjennom samtaler og aktiviteter. Ansatte kan ta i bruk tolleransevinduet som et verktøy for å forstå barnets aktiveringssone. Barna har behov for rolige ansatte som lærer barna å regulere seg. Ved at barnet lærer å regulere seg selv har de ansatte lagt til rette for barnets utvikling.

7. Litteraturliste

Arbeids og inkluderingsdepartementet. (2024). *Fortsatt stor vilje i kommune-Norge til å bosette flyktninger*. Regjeringen.no. Hentet 29.03. Hentet fra:

<https://www.regjeringen.no/no/aktuelt/fortsatt-stor-vilje-i-kommune-norge-til-a-bosette-flyktninger/id3027021/>

Bath, H. (u.å.). *Traumebevisst omsorgs tre grunnpilarer*. Handlekraft. Hentet 27.04. Hentet fra: [https://www.traumebevisst.no/program/trygge-](https://www.traumebevisst.no/program/trygge-voksne/Traumebevisst_omsorgs_tre_grunnpilarer-2.pdf)

[voksne/Traumebevisst_omsorgs_tre_grunnpilarer-2.pdf](https://www.traumebevisst.no/program/trygge-voksne/Traumebevisst_omsorgs_tre_grunnpilarer-2.pdf)

Bath, H. (2015). *The Three Pillars of TraumaWise Care: Healing in the other 23 hours*.

Hentet 26.04. Hentet fra:

https://www.traumebevisst.no/kompetanseutvikling/filer/23_4_Bath3pillars.pdf

Berg, B., & Paulsen, V. (2021). *Møter mellom minoriteter og barnevernet*.

Universitetsforlaget.

Bunkholdt, V. (2017). *Fosterhjemsarbeid—Fra rekruttering til tilbakeføring*. Gyldendal.

Dalland, O. (2020). *Metode og oppgaveskriving*. (7. utg.). Gyldendal.

Damm, C. (2021). *Tilknytning*. Issuu. Hentet 16.04. Hentet fra:

https://issuu.com/cdundervisning/docs/psykologi_1_2021_blaibok/s/12703693

Eide, K. (2020). *Barn på flukt—Psykososialt arbeid med enslige mindreårige flyktninger* (2. utgave). Gyldendal.

FN-sambandet. (2023). *Mennesker på flukt*. Hentet 23.04. Hentet fra:

<https://fn.no/tema/flyktninger/mennesker-paa-flukt>

FN-sambandet. (2023). *Verdensdagen for flyktninger*. Hentet 29.03. Hentet fra:

<https://fn.no/om-fn/fn-dager-kalender/kalender/verdensdagen-for-flyktninger>

Førde, S. (2017). *Det tar en landsby å oppdra et barn—Oppvekstmiljøets betydning for enslige mindreårige flyktningers navigering mot opplevelsen av psykisk helse og resiliens*. Tidsskrift for psykisk helsearbeid. Hentet 24.04. Hentet fra: <https://doi.org/10.18261/issn.1504-3010-2017-02-06>

Haugseth, J. F., & Conradsen, S. (2023). *Tillit*. Store norske leksikon. Hentet 23.04. Hentet fra: <https://snl.no/tillit>

Helsenorge. (2023). *Posttraumatisk stresslidelse (PTSD)*. Hentet 28.04. Hentet fra: <https://www.helsenorge.no/sykdom/psykiske-lidelser/angst/posttraumatisk-stresslidelse/>

HINN. (2022). *Hva er en vitenskapelig artikkel?* Høgskolen i Innlandet. Hentet 22.04. Hentet fra: <https://www.inn.no/bibliotek/soeke/vitenskapelig-artikkel/index.html>

IMDi. (2024). *Bosetting av enslige mindreårige flyktninger*. Hentet 29.03. Hentet fra: <https://www.imdi.no/planlegging-og-bosetting/slik-bosettes-flyktninger/enslige-mindrearige-flyktninger/>

Jørgensen, T. W., & Steinkopf, H. (2015). *Traumebevisst omsorg—Teori og praksis*. Fosterhjemsforeningen. Hentet 29.04. Hentet fra: <https://www.fosterhjemsforening.no/wp-content/uploads/2015/06/Traumebevisst-omsorg.pdf>

Klette, T. (2008). *Omsorgssvikt og personlighetsforstyrrelser*. Tidsskrift for Den norske legeforening. Hentet 29.04. Hentet fra: <https://tidsskriftet.no/2008/06/kronikk/omsorgssvikt-og-personlighetsforstyrrelser>

NKVTS. (u.å.). *Barn og traumer*. Hentet 18.04. Hentet fra: <https://www.nkvts.no/trinnvissammen/barn-og-traumer/>

Olkowska, A., & Landmark, B. (2016). *Miljøterapi—Prinsipper, perspektiver og praksis*. Fagbokforlaget.

RVTS sør. (u.å.). *Relasjon og tilhørighet (Veien Videre)*. Hentet 24.04. Hentet fra: <https://rvtssor.no/veien-videre/relasjon-og-tilhorighet/>

RVTS øst. (u.å.). *Traumebehandling med voksne - Traumer*. Hentet 28.04. Hentet fra: <https://www.traumebehandling.no/forsta/traumer/>

RVTS øst. (u.å.). *Traumebehandling med voksne - Toleransevinduet*. Hentet 17.04. Hentet fra: <https://www.traumebehandling.no/behandle/psykoedukasjon/toleransevinduet/>

Skårdalsmo, E. M. B., & Harnischfeger, J. (2017). *Vær snill! - Råd fra enslige mindreårige asylsøkere og flyktninger til voksne omsorgsgivere*. Tidsskriftet Norges Barnevern. Hentet 25.04. Hentet fra: <https://doi.org/10.18261/issn.1891-1838-2017-01-02>

Stendi. (u.å.). *Traumebevisst omsorg (TBO)*. Hentet 06.05. Hentet fra: <https://stendi.no/barnevern/fosterhjem/bli-fosterhjem/vart-faggrunnlag/traumebevisst-omsorg-tbo/>

Svendsen, S., Berg, B., Paulsen, V., & Garvik, M. (2018). *Kunnskapsoppsummering om enslige mindreårige asylsøkere og flyktninger*. Hentet 22.03. Hentet fra: <https://samforsk.no/uploads/files/Kunnskapsoppsummering-om-enslige-midrearige-asylsokere-og-flyktninger-WEB.pdf>

Tetzchner, S. V. (2023). *Barne- og ungdomspsykologi—Typisk og atypisk utvikling* (1. utgave). Gyldendal.

Varvin, S. (2018). *Flyktningers psykiske helse*. Universitetsforlaget.

Wennerberg, Tor. 2011. *Vi er våre relasjoner, om tilknytning, traumer og dissosiasjon*. Oversatt av Tone Johanne Arneberg. Arneberg Forlag AS.

