

"DU GRINER LIGESOM FRA HELE KROPPEN"

En videns- og dokumentationsrapport fra en natursocial indsats
for traumatiserede flygtningefamilier i Danmark
2011-2014



Psykatrien i
Region Syddanmark



Red Barnet
Save the Children Denmark

Kolofon

© Red Barnet, december 2014

Forfattere: Dorthe Rasmussen/Livsmodlab.dk, Thor Hjarsen/Red Barnet og Knud Eschen/Afdeling for Traume- og Torturoverlevende, Region Syddanmark.

Donorer: Ministeriet for Børn, Ligestilling, Integration og Sociale Forhold (journal nr. 2401-0020-01), Sygekassernes Helsefond, samt Friluftsrådet (Tips- og Lottomidler).

Tak til den selvejende institution Trente Mølle Naturcenter, Naturstyrelsen og De Danske Dampvaskerier.

ISBN 978-87-91682-58-2

RESUMÉ

Red Barnets Natur & Fællesskabsprogram, Afdeling for Traume- og Torturoverlevende (ATT) i Odense og Livsmodlab.dk startede i 2011 et fireårigt pilotprojekt, der skulle undersøge og udvikle mulighederne for en helhedsorienteret rehabiliterende indsats for børn i traumatiserede flygtningefamilier på Fyn ved brug af naturen og friluftslivet som ramme.

Mere end 800 forældre og børn fra krigstraumatiserede flygtningefamilier med ophold i Danmark, samt knap 60 frivillige over 4 år, har deltaget i projektets aktiviteter.

Social-, Børne- og Integrationsministeriets Traumeundersøgelse fra 2013 dokumenterer, at der både i kommunerne og i det sundhedsfaglige system er for lidt opmærksomhed på og mangler tilbud til flygtningebørn og -unge med traumer eller risiko for traumer. Samtidig anbefaler undersøgelsen en række fokusområder til indsatserne for børn i traumatiserede flygtningefamilier.

Disse fokusområder og anbefalinger løftede projektet ”naturesocial indsats for traumatiserede flygtningefamilier i Danmark, 2011 - 2014” som det første i Danmark. Frivillige har gennemført sociale aktiviteter i naturen, som er udviklet og understøttet af henholdsvis en naturvejleder med speciale i udsatte familier og børn, samt en professionel familiebehandler med speciale i PTSD ramte flygtningefamilier.

Erfaringerne fra projektet viser, at de frivillige sociale aktiviteter med natur og friluftsliv som ramme bidrager til øget trivsel, styrkede relationer og netværk inden for familien og imellem familierne. Vi har samtidig erfaret behandlingsmæssige effekter indenfor traumbearbejdningen og reminiscensarbejde.

Aktiviteterne har omfattet 4 lejroophold a fire dages varighed for i alt ca. 35 forældre, børn og unge på hver lejr, samt 32 én-dagsture og årstidsfester, hvor op mod 60 forældre og børn har deltaget på hver aktivitet.

Naturen, friluftaktiviteter og resiliensfremmende lege (Joyfull Play) har været de gennemgående metoder.

Gennem aktiviteterne og legene har vi set, at familierne, gennem mødet med frivillige i aktiviteterne, også forøger deres erfaringer med danskere, det danske samfund og med det danske sprog. Det bidrager positivt til familiernes muligheder for at blive integreret i det danske samfund.

Samtidig har der vist sig et brugbart potentiale for direkte traumbehandling i naturen og friluftslivet. Ved både at bruge naturens iboende konditioner som vejr, vind, dufte mm, men også anvende og tilrettelægge særlige aktiviteter i naturen og reflektivt benytte fx skoven og søen, åbner der sig nogle konkrete behandlingsmuligheder. Her mener vi også at se, at de deltagende forældres og børns relationer udvikler sig og bestyrkes bl.a. via de positive oplevelser og erfaringer i familien og i fællesskab med andre familier. Sådanne positive oplevelser i inviterende og ligeværdige fællesskaber, mener vi, øver indflydelse på forældres og børns resiliens.

Projektet har succesfuldt rekrutteret frivillige, og gennem en frivilligindsats er det nu blevet forankret i Red Barnets lokalforening i Odense og samarbejdet med ATT fortsætter.



Foto: Thor Hjarsen

INDHOLD

Resumé.....	3
1. Projektets idé og organisering	9
1.1 Baggrund.....	9
1.2 Hvorfor traumatiserede flygtningefamilier?.....	10
1.3 Projektets målsætninger.....	11
1.4 Projektets målgruppe	13
1.5 Organisering af indsatsen og samarbejdet.....	14
1.6 Lejrenes afvikling.....	14
1.7 Lejrenes metoder og fokus.....	15
1.8 De frivillige på lejrene	15
1.9 Strukturen og udviklingen i den frivillige indsats	16
1.10 Rekruttering af nye frivillige.....	16
2. Natur og fællesskab - indtænkt i lejre med PTSD ramte flygtningefamilier.....	19
2.1 Natur og socialt udsatte	19
2.2 Temaer og aktiviteter på lejrene.....	21
2.3 Oplevelsesturene og årstidsfesterne.....	23
2.4 Årstidsfesterne	23
2.5 Resiliens, leg og natur.....	24
2.6 De 5 C'er implementeret i naturen	25
2.7 De frivilliges rolle	26
2.8 Stedets betydning.....	27
2.9 Naturen som helende kraft!	30
3. Tortur- og traumeoverleveres livsvilkår - indtænkt i lejrene i naturen.....	33
3.1 Det menneske jeg var, kommer aldrig tilbage	33
3.2 Familiernes omvæltninger	34
3.3 Langtidsfølger for forældrene	35
3.4 Sekundær traumatisering.....	35
3.5 Betingelser, der kan præge børnenes og de unges liv.....	35
3.6 Børn og unges psykiske reaktioner på PTSD	35
3.7 Langtidsfølger for børnene	36
3.8 At opleve sig socialt indlejret i fællesskaber.....	36
3.9 Hvorfor vi gør, som vi gør i projekts aktiviteter.....	37
3.10 Betydningen af rutiner og spontane initiativer på en lejr.....	38
3.11 Hvad har vi lært om brug af naturen i arbejdet med PTSD-ramte flygtningefamilier?	41
4. Set med familiebehandlerens øjne - interview med Knud Eschen fra ATT.....	45
4.1 Indledning.....	45
4.2 Far har tabt sin værdighed.....	45
4.3 Kan ikke få job.....	45
4.4 Det vi arbejder på, er at gøre de perioder, der går godt, lidt længere.....	46

4.5	Børnene er et vigtigt redskab	46
4.6	Vi bærer håbet, når de ikke selv kan bære det.....	46
4.7	At genvinde sin rolle i familien.....	47
4.8	Naturen og lejrene hjælper til at få en rolle i familien igen	47
4.9	Det handler om at være sammen med sin familie	48
4.10	Vil du se mine ar?	48
4.11	Vi dufter allesammen af bålrog døgnet 24 timer	49
4.12	Sammenhængen mellem træer og indianer tema	49
4.13	Tre overnatninger - ikke fem	49
4.14	Folk, der dårligt nok kan gå ind af døren på ATT, løber rundt og leger på lejrene.....	50
4.15	Thor og jeg udviser tryghed.....	50
4.16	Frivillige kan vække troen på, at livet også har noget godt at byde på.....	50
4.17	Det her område skal ikke gøres kompliceret for de frivillige	51
4.18	Familiernes betydning for hinanden.....	51
4.19	Bruge naturen som strategi til at søge ro.....	52
4.20	Fremtiden - Et tværfagligt team af behandlere	52
4.21	Fremtidens lejre	52
5.	Du griner ligesom fra hele kroppen og min kone smiler - interview med forældre.....	55
5.1	Præsentation af de interviewede	55
5.2	Familierne prioriterer sommerlejre højt.....	55
5.3	Ingen pligter, ingen bekymringer	56
5.4	Mine børn ser min kone og mig være glade	56
5.5	Om hverdag og smerter.....	57
5.6	Være sammen alle sammen, snakke og have det sjovt.....	57
5.7	Naturens betydning og minderne.....	57
5.8	Betydningen af andre familier	58
5.9	Rollemodeller på lejren	59
5.10	Alle elsker bål – bålet er det sted alle vender tilbage til.....	59
5.11	Familieterapeutens betydning for familierne.....	60
5.12	De frivilliges betydning for familierne	60
5.13	Aktiviteternes betydning på lejrene.....	61
5.14	Det er vigtigt at sige ”KOM”.....	62
5.15	Lukke døren og være sin egen familie.....	62
5.16	Stemningen følger med hjem.....	63
5.17	En mor fortæller.....	63
6.	Ens forældre kan jo godt lide når man er glad - interview med to unge	67
6.1	Nu skal vi bare nyde det her	67
6.2	De ser meget lykkelige ud.....	67
6.3	Frie - andre tager over.....	68
6.4	Ens forældre kan jo godt lide når man er glad.....	68
6.5	Kan godt lide at være ved et træ.....	68
6.6	Nu skal jeg vise hvordan man danser på arabisk	69

6.7	Deres øjne er fanget af det her fællesskab.....	70
6.8	Det styrker deres danske sprog.....	70
6.9	Man starter glad om morgenen	70
6.10	Ved fællesbordet – den store larm	71
6.11	Betydningen af ansatte og de frivillige	71
6.12	Det er dejligt at man kan sige: ”Vi skal på lejr”	71
6.13	Noget mere for os teenagere	72
6.14	Hjemme igen: ”Ka´ du huske dér hvor...”	72
7.	Det har en betydning - interview med frivillige.....	75
7.1	Indtryk af familierne og deres relationer.....	75
7.2	Børnenes indbyrdes relationer.....	76
7.3	At være sammen med flygtninge.....	76
7.4	Alle hjælper til.....	77
7.5	Lejrens rekreative betydning	78
7.6	Naturen og bålets betydning.....	78
7.7	Aktiviteter og lege.....	79
7.8	Deltagelse af fagpersonale fra ATT og Red Barnet.....	80
8.	Konklusion, perspektivering og anbefalinger	83
8.1	Konklusion	83
8.2	Perspektivering.....	85
8.3	Anbefalinger.....	85
	Kildeliste.....	87



Foto: Thor Hjarsen

1. PROJEKTETS IDÉ OG ORGANISERING

1.1 BAGGRUND

Afdeling for Traume- og Torturoverlevende (tidl. RCT-Fyn), Red Barnet Danmark og Livsmodlab igangsatte i 2011 et fireårigt projekt for traumatiserede flygtningefamilier på Fyn, hvor natur og friluftsliv satte rammen for en socialt rehabiliterende og netværksskabende indsats.

Ved at invitere flygtningefamilier med på lejre i naturen, og tilrettelægge program og indhold med hensyntagen til familiernes livssituationer, ville vi se nærmere på naturens muligheder relateret til traumebehandling og reminiscens. Vi var desuden optaget af, hvad positive stemninger og oplevelser i inviterende og omsorgsfulde fællesskaber kan gøre for familiernes relationer og muligheder for at heles.

De fire lejre, der har spændt over fire dages ophold med flygtningefamilier, professionelle og frivillige, har således haft et særligt fokus i indsatsen. Der har været én lejr årligt. I projektet har lejrene haft en høj prioritering, og både resurse-mæssigt og effektmæssigt har lejrene således domineret i den samlede indsats. Derfor gives der også en særlig opmærksomhed til lejrene i denne rapport. Som beskrevet har lejrene haft naturen som ramme, og en stor del af aktiviteterne har taget afsæt i naturens muligheder. Alle fire lejre har foregået på Trente Mølle Naturskole ved Faaborg, og stedet har vist sig særligt velegnet.

Udover disse lejre affødte samarbejdet mellem Red Barnet og ATT en lang række aktiviteter over de seneste 4 år. Aktiviteterne har bestået i 1-dagsture samt sociale årstidsfester. Samtlige aktiviteter har haft forskelligt indhold og formål.

Projektet har årligt omfattet 40 forældre og op mod 100 børn, og antallet overstiger de oprindelige målsætninger betydeligt. På sommerlejrene har der deltaget 6 familier (bestemmes af pladsen), i alt 30 - 35 forældre og børn og på 1-dagsturene op til 20 forældre og 30 børn hver gang.

Aktiviteterne har således omfattet:

- 6 - 8 årlige oplevelsesture med naturen som mål. Her er der indgået fysiske aktiviteter som fx resiliens styrkende lege, madlavning over bål og rekreativt samvær.
- En årlig (sommer)lejr på Trente Mølle Naturskole. Lejren har været 4 dage/3 nætter, og i samarbejde med 8 - 12 frivillige er der blevet gennemført naturnære aktiviteter, herunder læring om dansk natur, resiliens fremmende lege og aktiviteter, madlavning, socialt samvær m.m.
- Årstids-/højtidsbestemte aktiviteter for familier som fastelavnsfest og julefest i ATT's lokaler i Odense, hvor der har været gennemført kreative aktiviteter, spillet musik og sunget.
- Uddannelse af frivillige gennem både teoretiske kurser om PTSD og flygtninge, samt praksisbaserede friluftslivskurser med aktivitetseksempler for målgrupperne.
- Løbende supervision og koordinering med frivillige omkring planlægning af aktiviteter, frivilliges roller og muligheder under aktiviteterne, samt efterbehandling og evaluering af aktiviteter.

- Interviews med deltagende forældre, børn, frivillige og fagfolk med henblik på videns dokumentation.
- Spørgeskema undersøgelse til frivillige om deres erfaringer med henblik på videns dokumentation.
- Formidling og videns deling til fagfolk og frivillige på fx konferencer, møder, netværk, kurser m.m.

Red Barnet har overfor donorerne – Social- og Integrationsministeriet og Sygekassernes Helsefond, samt Friluftsrådet (Tips- og Lottomidler til naturvejleder) – været projektansvarlig og projekthaver. ATT har fungeret som ligeværdig partner i udvikling og implementering. Livsmødlab har fungeret som konsulent i vidensindsamling, dokumentation, rapportbearbejdning og løbende faglig refleksion i projektet.

1.2 HVORFOR TRAUMATISEREDE FLYGTNINGEFAMILIER?

Red Barnets frivillige sociale arbejde i Danmark tager udgangspunkt i barnets ret til udvikling (art. 29), beskyttelse (art. 19) og deltagelse i fritids- og kulturelle aktiviteter (art. 31) (FN's Børnekonvention).

I de traumatiserede flygtningefamilier lider én eller begge forældre af posttraumatisk stressyndrom (PTSD) som følge af flugt, krig og tortur. Børnene kan have egne traumatiserende oplevelser med i bagagen ved ankomsten til Danmark, og er generelt i høj risiko for sekundær traumatisering gennem en opvækst hos svært traumatiserede forældre. Konsekvenserne kan være forringede skolepræstationer, formindskede kognitive evner, alvorlige problemer med regulering af følelser og relaterings evne samt andre psykiske forstyrrelser¹. Børnene kan derfor leve under vilkår, hvor deres behov ikke opfyldes, og deres rettigheder ikke imødekommes.

Den seneste traumeundersøgelse² dokumenterer, at der både i kommunerne og i det sundhedsfaglige system er for lidt opmærksomhed på, og mangler tilbud til flygtningebørn og -unge med traumer eller risiko for traumer.

Samtidig er anbefalingerne, at indsatserne for børn i traumatiserede flygtningefamilier bør fokusere på:

- At bryde familiernes isolation med aktiviteter målrettet familierne selv.
- Helhedsorienterede indsatser rettet mod familier.
- Samarbejde med frivillige i organisationer.
- Inddrage behandlingsmæssigt mere utraditionelle aktiviteter som f.eks. lejre i naturen.

Ligeledes er anbefalingerne fra Regeringens Psykiatriudvalg, at psykiatrien bør samarbejde med pårørende, frivillige og civilsamfund om psykosociale indsatser, der inddrager netværket omkring patienten i rehabilitering³.

Frivillige har gennemført sociale aktiviteter i naturen, udviklet og understøttet af en erfaren naturvejleder med speciale i udsatte familier og børn, samt af en professionel familiebehandler med speciale i PTSD ramte flygtningefamilier.

1. Region Syddanmark, *MTV om behandling og rehabilitering af PTSD – berunder traumatiserede flygtninge*, 2008, p. 49ff.

2. Social-, Børne- og Integrationsministeriet, *Traumeundersøgelse*, 2013, p.14

3. Regeringens Psykiatriudvalg, *En moderne, åben og inkluderende indsats for mennesker med psykiske lidelser*, 2013, p.26f, 226.

1.3 PROJEKTETS MÅLSÆTNING

Projektet og indsatsen har arbejdet ud fra følgende tre nedenstående målsætninger:

- I. Øget trivsel og sundhed for de deltagende familier ved øget inklusion, bedre netværk og sociale relationer for de deltagende børn og forældre.
- II. Øget lokalt, frivilligt engagement i socialt arbejde med traumatiserede flygtningefamilier.
- III. Bedre forståelse for traumatiserede familiers forhold og livsvilkår ved vidensformidling.

Her følger en supplerende og uddybende beskrivelse af de respektive målsætninger, som imidlertid også udviklede sig undervejs, efterhånden som vi høstede erfaringer.

I. Øget trivsel og sundhed for de deltagende familier ved øget inklusion, bedre netværk og sociale relationer for deltagerne.

Dette projekt ville bruge naturen som en helende kraft i forhold til behandling og integration og af traumatiserede flygtninge og deres familier, som lider af PTSD som følge af krigsoplevelser fra hjemlandet.

Vores hypotese var, at aktiviteter i naturen rummer eminente muligheder for at lave konkret traumebearbejdning i situationen, samt underbygge og udvikle forældre og børns relationer, fælles oplevelser og netværk. Lignende erfaringer fandtes allerede fra andre dele af Red Barnets natursociale indsats gennem Natur&Fællesskab.

Dette anså vi for meget brugbart og lovende, og med dette som udgangspunkt blev nærværende projekt udviklet ud fra en hypotese om, at gennem en reflekteret natursocial indsats og med engagement fra både professionelle og frivillige, kunne vi udvikle flere og dybere erfaringer med brug af naturen i arbejdet med trivselsfremmende aktiviteter for de deltagende familier.

I projektet ønskede vi således at få erfaringer med flg.:

Forbedre den sociale, fysiske og mentale sundhed og trivsel i familierne gennem rekreative oplevelser, leg og bevægelse.

- Foretage traumebehandling i naturen, ved at udnytte naturens helende og rehabiliterende muligheder.
- Styrke og understøtte relationerne mellem forældre og børn med henblik på at øge børnenes trivsel og livskvalitet.
- Skabe muligheder for at forældrene genfinder og styrker deres forældreevner.
- Øge integration og inklusion i samfundet ved at give oplevelser med og viden om dansk natur, friluftsliv og fritidsorganisationer.

Nærværende rapport bestræber sig på at indsamle disse erfaringer med fokus på, hvad der virker, og hvilken betydning lejrene har for familierne. En undersøgelse af effekten i forhold til disse trivselsfaktorer er undersøgt gennem dybdegående interview med forældre og to unge – og tog udgangspunkt i deres oplevelser fra lejrene. I rapporten kan man også læse om familiebehandler, Knud Eschen's, erfaringer gennem projektets 4 år.

Mange flygtninge er i deres respektive hjemlande vokset op i landområder, hvor naturens ressourcer og muligheder har været afgørende for familiens eksistens. Samspelet mellem naturen og den enkelte beskrives ofte som noget særdeles positivt, eksempelvis i forhold til at kunne finde ro og glæde ved livet.

Mange familier har også oplevet at skulle gemme sig i naturen med reel frygt for at blive slået ihjel eller sendt i koncentrationslejr.

Fra tre mindre pilotaktiviteter igangsat i 2010 som forberedelse til nærværende projekt, erfarede vi, at deltagende forældre og børn fra krigstraumatiserede flygtningefamilier genkaldte sig positive erindringer ved brug af naturen. Erindringer, som familierne havde, fra før de måtte flygte fra deres hjemland på grund af krig. I flere natur- og friluftslivsaktiviteter skete der såvel en traumeeksponering, såvel som en brobygning til positive erindringer.

Vi erfarede, at forældrene gennem erindringer om lege og aktiviteter fra deres barndom i naturen, kan få bygget mental bro til fortidens positive erindringer, som ellers har været blokeret af traumatiske oplevelser. Derved får traumerne en mindre plads, og der bliver mere rum til, at de positive barndomserindringer kan fylde mere. Herved skabes en mental balance, og forældrenes mentale overskud styrkes. Vores fokus var, som tidligere beskrevet, at sikre betingelser for, at forældrene kan opnå overskud til at udfylde forælderrollen overfor deres børn. Dette kan også give forældrene bedre muligheder for at indgå i flere relationer, herunder relationer til andre mødre, fædre og deres børn.

Et øget kendskabet til natur og friluftsliv, som understøttedes af Red Barnets naturvejleder, kan både være isolationsbrydende, og også have en sundhedsmæssig fysisk og psykisk effekt i kraft af, at deltagerne stimuleres gennem de naturaktiviteter og lege, der igangsættes til også fysisk at bevæge sig mere, end de gør i deres hverdag.

II. Øget lokalt, frivilligt engagement i socialt arbejde med traumatiserede flygtningefamilier.

Vi ønskede således at inddrage civilsamfundet ved bl.a. at rekruttere og involvere Red Barnets voksende skare af frivillige, samt andre aktører.

Vores oprindelige målsætning var, at minimum 50 frivillige skulle deltage i projektets aktiviteter hen over projektperioden, som oprindeligt var 2 år. Med en ekstra donation fra Sygekassernes Helsefond blev vi i stand til at udvide projektet med yderligere 14 måneder, og vi nåede således ud til mange flere familier end oprindeligt planlagt, afviklede en del flere aktiviteter, og fik engageret og inddraget flere frivillige.

I familieejrene og på dagsaktiviteterne blev lokale frivillige fra Red Barnet, Red Barnet Ungdom og ATT (tidl. RCT-Fyn) inddraget. Red Barnet havde fra 2010 og frem til i dag såvel på Fyn som i resten af landet, en betragtelig stor tilstrømning af frivillige, som har bidraget til at realisere dette projekt.

Effekten og forankringen af projektet hviler i høj grad på de frivilliges indsats. Via samtaler og interviews giver de frivillige udtryk for, at de oplever en stor værdi af den indsats, de yder. De aflæser effekten på de glade børn og positive voksne, som nyder at være i naturen. De frivillige føler i væsentlig grad, at de gør en forskel i forhold til denne målgruppe. Det positive udbytte af de frivilliges indsats kan erfaringsmæssigt komme til udtryk i en øget interesse i at blive frivillig for netop denne målgruppe. Desuden vil gruppen af frivillige tilknyttet projektet sikre en forankring af aktiviteterne og på sigt udgøre et lokalt netværk for de deltagende flygtningefamilier og -børn.

Red Barnets frivilligkonsulenter og fynske lokalforeningsformand har været inddraget i projektet og derigennem målrettet og effektivt sikret lokal, frivillig deltagelse.

De frivilliges viden om de traumatiserede flygtninge og deres børn er blevet sikret gennem regelmæssigkurser

og løbende supervision fra de professionelle fagfolk tilknyttet projektet.

Der har også allerede vist sig interesse fra lokale virksomheder og andre resurse-partnere i at bidrage til projektets realisering, fx leverandører til lejrene. Endvidere bidrager Naturstyrelsen/Miljøministeriet, som ejer de fleste af de anvendte naturområder og naturfaciliteter, allerede til projektet som følge af en partnerskabsaftale med Red Barnet.

III. Bedre forståelse for traumatiserede familiers forhold og livsvilkår ved vidensformidling.

I projektet ønskede vi at formidle de erfaringer vi høstede undervejs på områder beskrevet ovenfor i målsætning I – II – III.

Udover de beskrevne målsætninger - at styrke og understøtte relationerne mellem forældre og børn, skabe muligheder for at forældrene genfinder og styrker deres forældreevner, øge integration og inklusion i samfundet, og foretage traumebehandling i naturen, ved at udnytte naturens iboende muligheder reflektivt - ville vi også stille skarpt på familiernes og børnenes livssituationer og resurser og formidle dette til flere målgrupper herunder andre traumeramte familier, til fagfolk og frivillige samt andre interessenter.

Nærværende rapport bestræber sig som tidligere nævnt, at indsamle disse erfaringer med fokus på, hvad der virker, og hvilken betydning lejrene har for familierne.

Desuden formidler projektets nøglepersoner, familiebehandler Knud Eschen fra ATT og naturvejleder Thor Hjarsen fra Red Barnet, deres faglige og personlige perspektiver på projektet i denne rapport.

Projektet havde oprindeligt en ambition om at undersøge, om de deltagende børn og forældre, i forbindelse med projektindsatsen, oplever ændringer på nogle af flg. områder: selvforståelse, tillid til sig selv og sin livssituation, mindre ensomhed, mere fællesskab, samvær med venner, bedre forhold til forældrene, øget inklusion i det omgivende samfund, deltagelse i foreningsliv m.m. Flere af disse områder belyses i interviewene, men ikke tilstrækkeligt dybdegående over tid. Vi vil derfor opfordre til en mere systematisk og gerne forskningsbaseret indsats for at undersøge familiernes forandrede livssituationer over tid. Skolelærere og andre relevante personer kan inddrages til denne vidensindsamling.

1.4 PROJEKTETS MÅLGRUPPE

Projektets primære målgruppe er børn 0-18 år, der lever i krigstraumatiserede familier. De konkrete aktiviteter bliver tilrettelagt efter børnenes alder. Den sekundære målgruppe er børnenes forældre.

Antal:

Projektets målsætning var oprindeligt 275 børn og forældre.

Pga. udvidelse af aktiviteterne, og effektivisering af indsatsen, har vi formået at involvere 850 forældre og børn i alt i dette projekt.

For målgruppen gælder, at én eller begge forældre har været i behandling for PTSD hos ATT i de senere år, og at familien er bosiddende i Region Syddanmark. De deltagende familier er udvalgt af fagpersonalet på ATT. Behovet for og interessen for deltagelse fra familierne i projektets aktiviteter har været meget større, end resurserne har kunnet imødekomme.

Børn i traumatiserede flygtningefamilier kan opdeles i to nedenstående symptomgrupper.

Det skal samtidig bemærkes, at ikke alle børn og unge på lejrene har disse symptomer.

- Børn der er blevet stærkt omsorgssvigtet og understimuleret fra de var helt små, som følge af en opvækst hos traumatiserede forældre (Developmental Trauma Disorder).
- Børn med en normal opvækst, der senere i barndommen er blevet belastet af forældrenes traumer (sekundær traumatisering).

Nogle af børnene kan være bagud i forhold til normal udvikling og mangler omsorg og rollemodeller i deres hverdag. Det anslås, at 30 - 50 % af flygtninge lever med traumer, dvs. ml. 30.000 - 45.000 traumatiserede voksne flygtninge bosiddende i Danmark.⁴ Den primære målgruppe udgøres af børn af disse flygtninge.

I 2013 havde ATT ca. 500 voksne flygtninge i behandling for PTSD. Ikke alle havde børn. Det samlede antal henvisninger til ATT er stigende.

1.5 ORGANISERING AF INDSATSEN OG SAMARBEJDET

Projektet er blevet udviklet og drevet af en projektgruppe bestående af:

Naturvejleder og programkoordinator Thor Hjarsen, Red Barnet
 Familierapeut Knud Eschen, ATT
 Børnefaglig udviklingskonsulent Dorthe Rasmussen, Livmodlab.dk

Derudover har en række andre fagkolleger været tilknyttet projektet og aktiviteterne, herunder frivilligkonsulent, Jan Due Christensen fra Red Barnet, og udviklingskonsulent Mikkel Møldrup-Lakjer fra ATT.

Udover de beskrevne målsætninger handlede projektet også om at høste konkrete erfaringer med forskellige typer af aktiviteter og lejre gennem de første 2 år. Heri indgik projektgruppen i flere af aktiviteterne, og der blev rekrutteret en gruppe på 15 mere erfarne frivillige fra Red Barnet og Dansk Flygtningehjælp.

Endvidere blev der afholdt en kursusrække for frivillige med særligt fokus på traumatiserede flygtningefamilier. Her deltog ca. 35 frivillige, og alle tilknyttet Red Barnets lokalforeninger, samt Dansk Flygtningehjælps daværende gruppe af frivillige på ATT.

1.6 LEJRENES AFVIKLING

Lejrene har været særdeles vigtige at fastholde, og deres betydning har vist sig at være større end oprindeligt ventet. Lejrene har åbnet op for en mere intens oplevelse af samvær, og giver mulighed for at styrke arbejdet med relationer, fællesskaber, kompetencer og nærhed. Lejrene er planlagt fra tirsdag ved frokosttid til fredag formiddag – i alt 4 dage med 3 overnatninger.

Vi har hvert år lejet Trente Mølle Naturskole fra mandag til fredag, og de frivillige samt personale (familiebehandler fra ATT samt Red Barnets naturvejleder) har mødtes allerede om mandagen og arbejdet med den sidste planlægning og klargøring.

Familierne mødes tirsdag morgen i ATT's lokaler i Odense til morgenbrød og derefter kører de i bus til Trente Mølle Naturskole. Ved ankomsten bliver de taget i mod af frivillige og Red Barnets naturvejleder. Der gives hånd og ønskes velkommen til alle, store som små for straks at få alle til at føle sig velkomne og trygge.

4. Social-, Børne- og Integrationsministeriet, Traumeundersøgelse, 2013, p. 20-22.

Herefter vises familierne til deres værelser, som er fordelt på forhånd. Værelserne er reelt små lejligheder med toilet og bad, 3 - 4 sengepladser i stueplan, og en overetage/hems med 1 - 3 sengepladser. At der er privatliv og plads til alle, prioriteres højt i projektet.

Alle modtager hver et sæt sengelinned og håndklæder som De Danske Dampvaskerier har sponsoreret gennem fire år. Dette gør det mere overskueligt og nemmere for familierne at deltage. Nogle af familierne har bestået af 6 - 7 medlemmer, og det ville være meget omfattende, hvis de skulle medbringe så meget sengelinned og håndklæder. I øvrigt har De Danske Dampvaskerier også sponsoreret en stor mængde viskestykker og karklude m.m. til køkken og rengøring.

Herefter spiser vi frokost, og alle præsenterer sig selv eller får hjælp til at præsentere sig for hinanden. Desuden fortæller vi lidt om stedet indretning, faciliteter m.m. Her nævner vi også vores dags-program, som hver morgen bliver skrevet på en tavle, så alle, allerede ved morgenmaden, kan orientere sig, og få at vide hvad der skal ske i løbet af dagen. Vi fortæller også, at alle er meget velkomne til at hjælpe til i køkkenet, hvis man har lyst. Også til at sige til, hvis man mangler ingredienser til at særlig ret eller kage! Vi fortæller om lejrens tema, og om den store middag, som vi altid holder den sidste aften om torsdagen.

Lejrene finder sted om sommeren og med behørigt hensyn til Ramadanen. Et enkelt år (2013) var vi, af personalehensyn, nødsaget til at afholde lejren i efterårsferien.

1.7 LEJRENES METODER OG FOKUS

Lejrene giver mulighed for et nærvær, en intensitet og en ro som naturligvis ikke kan skabes på 1-dagsturene. Der er på lejrene også mulighed for at opbygge en dagsrytme og en daglig rutine som er med til at skabe tryghed. Endelig besluttede vi tidligt i projektet, at ca. 50% af de deltagende familier skal være gengangere fra en tidligere lejr. Herved opnår vi, at de pågældende familier får opbygget nogle traditioner og dybere erfaringsgrundlag med at tage af sted sammen. Endvidere ser vi også disse familier – og det gælder både forældre og børn – er budbringere og medskabere af lejrens historie og traditioner til de ”nye” familier. De bliver en slags ”rollemodeller” og ”fortællere” for de andre familier og kan hjælpe til stort som småt, for eksempel hvor brændet til bålet er, hvor der er godt at fiske, en lille tur i skoven osv.

En vigtig gennemgående aktivitet – ud over naturaktiviteter - har været anvendelse af lege fra Joyful Playing-systemet, samt lege, der passer ind i dette system. Dvs. at lege og legende aktiviteter tænkes ind i systemet: Sjovt, Inkluderende, Trygt, Engagerende (se nedenfor).

1.8 DE FRIVILLIGE PÅ LEJRENE

Ud over indledende planlægningsmøder med frivillige, hvor lejrens tema, program og indkøb planlægges, samt opgaver som frivilliges aktivitetshold og køkkenhold, holdt vi hver aften en møde på 30 - 45 min med frivillige og deltagende fagfolk, familiebehandlere og naturvejledere. Her talte vi om dagens forløb, særlige begivenheder, indtryk og eftertænkninger (debriefing) samt den efterfølgende dag. Her var det nogle gange nødvendigt at tale om måske lidt svære eller udfordrende situationer, men det, der optog os mest, var at dele de positive, sjove og berigende episoder. I forbindelse med disse aftenmøder har vi forklaret forældre og børn, at vi holder møderne for at planlægge den efterfølgende dag. I forbindelse med aftenmøderne har vi også fortalt forældre og børn, at fra dette møde, har de frivillige sådan set ”fri” og kan trække sig tilbage. Dog har vi også lavet ”vagt-skemaer” for de frivillige, så de i løbet af en lejr på 4 dage, også kan få en pause på ca. 1/2 dag på skift.

Yderligere tilbyder Red Barnet og ATT efter lejren at tale med frivillige, som måtte have behov for en yderligere debriefing. Efter 4 år og med deltagelse af 50 - 60 frivillige på lejrene har det kun vist sig nødvendigt en gang, hvor en frivillig i et vist omfang havde fået nogle af familiernes historie ”med hjem”.

1.9 STRUKTUREN OG UDVIKLINGEN I DEN FRIVILLIGE INDSATS

Den frivillige indsats er nu forankret med en gruppe på 10 - 15 frivillige, primært med bopæl i Odense. Flere har en relevant børnefaglig eller socialfaglig baggrund. De er tilknyttet Red Barnets lokalforening i Odense og aflægger bl.a. regnskab til lokalforeningen. Gruppen af frivillige har siden 2013 reelt været selvkørende med en familieklubleder, lejrleder og regelmæssige møder. Det betyder, at indsatsen for målgruppen i dag er fuldstændig tilsvarende Red Barnets øvrige frivillige lokale indsatser, der organiseres af lokalforeningerne og består af:

- En familieoplevelsesklub, med deltagelse af 35 - 50 forældre og børn fra socialt udsatte familier i lokalområdet.
- En eller flere årlige lejre, med deltagelse af op mod 25 - 30 forældre og børn.

Ved projektets start tog vi udgangspunkt i en bestående gruppe af frivillige som færdedes på ATT (dengang RCT-Fyn). Disse frivillige var oprindeligt tilknyttet Dansk Flygtningehjælp, men de blev også formelt set tilknyttet Red Barnet. Baggrunden herfor var bl.a. at sikre implementering af Red Barnets frivilligpolitik og samværspolitik. Dette omfattede ting som kursustilbud, medbestemmelse i organisationen, sikkerhed i forhold til beskyttelse af børnene samt forsikringsforhold.

I projektets 2. - 4. år har fokus været at rekruttere lokale frivillige med relevante kompetencer, samt at uddanne og supervisere disse. Vi trak på frivillige, som allerede havde relevant erfaring fx fra andre, lignende aktiviteter i Red Barnet. På den første sommerlejr deltog en gruppe af frivillige fra Red Barnet, som i en længere årrække allerede havde erfaringer med familielejre. Dette gav en ro omkring organisering og aktiviteter, således at der i aktiviteterne kunne fokuseres på det relationelle arbejde under lejrene og indsamling af viden og erfaringer. I denne anden del af projektet har der desuden været gennemført flere natursociale kurser for ca. 10 frivillige tilknyttet projektet. Disse kurser har fokuseret på brug af naturen som ramme for en social, netværksdannende og resiliensopbyggende frivilligindsats.

1.10 REKRUTTERING AF NYE FRIVILLIGE

Fra sidste halvdel af 2. projekt år påbegyndtes en rekruttering af lokale frivillige med fokus på børnefaglig baggrund. Dette arbejde blev varetaget af Red Barnets frivilligkonsulent i Region Syddanmark og fulgte den proces som Red Barnet har anvendt i sine andre lokale rekrutteringsstrategier. Dette indebærer, at der via lokale medier og netværk blev inviteret til en åbent informationsmøde. Herefter fulgte frivilligkonsulenten den nydannede gruppe af frivillige igennem et introduktionsforløb. En række af de hidtidige ATT-frivillige indgik også i denne gruppe.

Red Barnet har siden 2011 gennemført en målrettet indsats med henblik på at rekruttere frivillige til lokale aktiviteter over hele landet. Rekrutteringen af nye frivillige til dette projekt har faldet ind under denne indsats. Red Barnets frivilligkonsulent i Region Syddanmark har bidraget afgørende til projektets forankring i frivilligland.

Rekrutteringen af frivillige har i dette projekt og i øvrigt fulgt en model, hvor de frivillige rekrutteres til henholdsvis en Familieoplevelsesklub, samt en Familielejr.

Det betyder, at der er oprettet en Familieoplevelsesklub med deltagelse af op til 50 forældre og børn samt 8 til 10 frivillige. Derudover har lejren i 2014 været planlagt og gennemført af en gruppe på 10 - 12 frivillige. Fagpersonalet fra ATT (familiebehandler) og Red Barnet (naturvejleder) har i 2011-2012-2013 været ansvarlig for lejrene og fulgt processen tæt. På lejren 2014 havde de frivillige ansvar for lejrens planlægning og

gennemførelse og fagpersonalet var mere rådgivende og supporterende.

Fra 2015 har projektgruppen overvejelser omkring hvorvidt, at fagpersonale kun skal deltage en enkelt dag på lejren, frem for samtlige fire dage. Fagpersonalet kan primært have fokus på tilsyn, samt være telefonisk bagvagt og rådgivere for de frivillige.

Baggrunden for disse overvejelser er bl.a., at de frivillige har opbygget viden og erfaringer, som gør dem i stand til at afvikle lejrene i forhold til væsentlige dele af de respektive projektførmål. Imidlertid forudsætter en sådan beslutning, at indsats og målsætninger som traumebehandling og det faglige og praktiske arbejde gendrøftes og besluttet i Red Barnet og ATT.

Det skal dog påpeges, at egentlig traumbearbejdning kun kan foregå via uddannet personale fra Afdelingen for Traume og Torturoverlevende.

De frivillige i dette projekt er en del af Red Barnets almene frivilligkorps. Der er således mulighed for børnefaglig rådgivning og supervision, inspiration fra natur- og friluftvejleder, deltagelse i Red Barnets medlemsdemokrati i lokalforeningen og på landsplan (fx landsmøde), samt uddannelse og inspiration på uddannelsesdage og specialkurser. En række af de frivillige fra projektet har netop deltaget i Red Barnets landsmøde, uddannelsesdage og naturaktivitetskurser i 2012-2014. Endelig har mere end 35 frivillige fra en række lokalforeninger i Red Barnet deltaget i weekendkursus om flygtningefamilier, som blev gennemført på ATT i 2012.



Foto: Thor Hjarsen



PLANKELAKS

Naturvejlederen stod og bankede søm i laksen for at fastgøre den til planken. Han havde ikke bemærket, at en far, der er kurdisk flygtning, gik rundt bagved ham. Faren var meget interesseret i fisk og havde fisket det meste af tiden på sommerlejren. Men han kom ikke hen og så på, eller deltog, som han normalt gjorde i aktiviteterne. Familiebehandleren havde set farens reaktion og uro, og talte med ham, mens naturvejlederen bankede videre. Herefter skete der det, at faren kom hen til naturvejlederen for at banke søm i plankelaksen, og han endte med at bære hele planken hen til bålet.

Baggrunden for farens reaktion var, at han var blevet udsat for tortur med hammer og søm, og disse oplevelser blev fremkaldt af tilberedningen af plankelaksen, med tilsvarende redskaber, brugen af dem og de hyde, der fulgte. Familiebehandleren, som kender farens historie, fik talt med faren og støttede ham ind i nutidens virkelighed.

(Thor Hjarsen, 2011)



2. NATUR OG FÆLLESSKAB

- indtænkt i lejre med PTSD ramte flygtningefamilier

2.1 NATUR OG SOCIALT UDSATTE⁵

Der findes endnu ikke samlet, specifik forskning, der iagttager naturens betydning for udsatte familier (mennesker, der er udsat for forskellige risikofaktorer). Således heller ikke målgruppen i dette projekt, som består af forældre og børn ramt af traumer fra krig og katastrofer.

Men en række undersøgelser viser, at børn over hele verden i dag leger mindre udendørs i grønne områder, end de tidligere har gjort. Urbaniseringen og andre aktivitetstilbud som fx computer trækker også i børn og unge.

Der findes forskning, der viser, at der i nogle af de risikoområder (sygdom, fattigdom, arbejdsløshed, skilsmisse, overførselsindkomst, lavt uddannelsesniveau), som også flygtningefamilierne kan være ramt af, er segmenter, der skiller sig ud med et meget lavt brug af naturen som rum for rekreative og sociale aktiviteter med familie og venner.

En undersøgelse i Norge fra 2013 fortæller, at børn af bl.a. forældre med indvandrerbaggrund, som har længere vej til naturen, bruger mindre tid i naturen end gennemsnittet af befolkningen. Integration, fysisk afstand, sygdomsbillede og økonomi er afgørende faktorer.

I Danmark findes der heller ikke ret meget forskning, der sammenholder sociokulturelle forhold med, hvor meget børn eller voksne er i naturen. En undersøgelse fra 2011, når dog også frem til, at har forældrene en kort uddannelse, ikke-vestlig etnisk baggrund, bor over 300 m fra et grønt område, samt bor i lejlighed, har man en lavere sandsynlighed for at besøge grønne områder. Hertil kan så lægges traumatiserede flygtningefamiliers øvrige belastninger fra fysisk og psykisk sygdom, psykosociale og sociokulturelle barrierer, der yderligere forhindrer familiernes inddragelse af natur og friluftsliv i deres fælles rekreative oplevelser.

Vi ved, at børn, der leger meget i naturen, er mere fysisk aktive end andre børn. Derfor bliver disse børn også sundere, stærkere og mere aktive. Desuden ved vi også at bevægelse og fysisk udfoldelse har en positiv indvirkning på børns indlæring. Bl.a. derfor arbejdes der også så mere med bevægelse og fysisk aktivitet i den nye skolereform.

Undersøgelser fra en række lande fremhæver betydningen af varieret leg i naturområder som betydningsfulde for børns udvikling. Undersøgelserne fremhæver, at varierede grønne omgivelser har betydning for børns leg i institution og i hverdagen.

Fra mere end 8 års natursocial indsats i Red Barnets Natur & Fællesskabs program, er erfaringerne, at gennem

5. Dette afsnit er primært baseret på Red Barnets vidensrapport "Natur og Sociale Indsatser" (2013) udarbejdet i forbindelse med konferencen af samme navn i oktober 2013 på Skovskolen. Rapporten kan læses på www.redbarnet.dk/natur.

organisering af aktiviteterne og etableringen af trygge rum faciliteret af naturvejleder, andre fagpersoner og frivillige, giver naturen mulighed for:

- Styrkelse af relationer og netværk, ved at man fx sætter sig sammen omkring et bål og samtaler, eller går ture sammen i skoven.
- Rekreation, ro og afslapning ved, at man fx bruger de ophængte hængekøjer, leger i en hule eller går ud og fisker i dammen.
- Nye oplevelser og inspiration til samvær ved, at fx forældrene sammen med deres børn laver ting som at snitte, lave mad over bål, fletter eller ser på fugle.
- Øget læring og omverdensforståelse ved, at vi fx fortæller om dyr og planter i den danske natur, eller viser rundt i skoven og fortæller, hvordan man som skovgæst kan og må bruge naturen.

Derfor kan naturen som ramme, friluftslivet, og en refleksiv tilgang til at tilrettelægge relevante aktiviteter til målgrupperne, bruges til at støtte forandringer i udsatte børns liv. I nærværende projekt handler det således om at indtænke og anvende naturens muligheder målrettet til de traumatiserede flygtningefamilier.

BØRNEMØDER OG MØDE-CHRASING

Ved aftenide holder fagfolk og frivillige et møde, hvor man evaluerer, debriefer og planlægger næste dag. En aften beslutter gruppen af børn og unge, at det skal de da være med til. De entrerer med tækrus i hånden, og med den største selvfølgelighed flankerer de sig omkring bordet. Det var forrygende! Den aften holdt vi i stedet et Børnemøde, hvor vi lyttede til, hvad de synes, og hvad de godt kunne tænke sig mere af de næste dage. Det var kanonsjovt og alle var vildt begejstrede over deres initiativ. Vi besluttede at tage muligheden for at lytte mere til "børnenes stemme" med til i fremtidige lejre.

(Dorthe Rasmussen, 2012)

VED BÅLET

Den somaliske far sad ved bålet alene, da jeg kom ud til bålhuset. Han sad helt stille og varmede sine hænder. Han smilede til mig og fortalte, at det var meget dejligt at sidde ved bålet, og at han ikke havde siddet ved et bål siden før urolighederne i Somalia. Han sagde, at han savnede det rigtig meget. Jeg spurgte, hvad han havde lavet ved bålet i sit hjemland, og han begyndte at fortælle om madlavning og brødbagning.

(Thor Hjarsen, 2013)



Foto: Thor Hjarsen



Foto: Thor Hjarsen

2.2 TEMAER OG AKTIVITETER PÅ LEJRENE

Forud for hver lejr har der konsekvent været tilrettelagt et klart tema.

Hvert temaet skulle være:

- bærer af en relativt genkendelig historie,
- give anledning og inspiration til ophold og leg i naturen,
- indeholde en fortælleramme som kendes af alle uanset nationalitet,
- inspirere til fantasi, samt kreativ udfoldelse og håndværk.

Netop det håndværksmæssige har vist sig at kunne rumme en særlig betydning, da temaerne har resulteret i konkrete aktiviteter med produktion af ting, og dermed givet deltagerne fysiske effekter, som de kunne tage med hjem. Det har vist sig, at flere af disse effekter har kunnet fastholde et minde og en fælles historie i familien. Mindetingene har aktiveret samtaler om lejrene efter at fædre, mødre og børn er kommet hjem og hverdagen er startet på ny.

Temaerne har været:

Sommerlejr 2011 - Indianere

Vi byggede bue og pil og skød til måls. Vi lavede indianer-sporleg om aftenen i skoven, hvor vi som snu indianere skulle løse kimsleg, slack-line og andre forskellige opgaver. Mange fædre var med. Det hele endte med, at alle var klædt ud som indianere den sidste aften, hvor vi havde festmiddag udenfor. Vi lavede også en totempæl i papmaché, som stod i ATT i mange måneder. Alle fik en CD med fotos med hjem.

Sommerlejr 2012 - Cirkus

Vi lavede cirkusforestilling den sidste aften og de fleste var klædt ud og malet. Fædre lavede klovneforestilling. Der blev også tryllet. Børn lavede mimespil, og vi prøvede alle jonglering og akrobatik. Vi var mange, der brugte kroppen til at lave en stort dyr. Vi havde også et levende eventyr, hvor vi skulle løse opgave stillet af trolde og alfer. Alle fik en mindekasse med særlige produkter med hjem, herunder også en CD med fotos.

Efterårslejr 2013 – Natur og leg

Vi havde naturen som tema, og gik i skoven, samlede ting og laminerede efterårs blade. Vi lavede også dyremasker. Vi lavede meget mad og hygge ved bålet. Hver morgen havde vi lege på gårdspladsen. Vi havde et lagkageløb, hvor forskellige opgaver skulle løses rundt i skoven, som løbende udløste ingredienserne til lagkagen.

Sommerlejr 2014 - Pirater og sørøvere

Den sidste aften havde vi piratfest i den store spisesal med et bord fyldt med ”piratpynt”. Vi fik ægte piratmad – som sædvanlig – en masse plankelaks lavet over bålet. De fleste var klædt ud som pirater, store som små. Vi havde været på et piratløb i skoven med opgaver, og lavet piratlagkager. Vi lavede pirattasker, papsværd, tørklæder og piratsmykker.

Ud over disse temaer har gennemgående aktiviteter på lejrene også været: naturaktiviteter, bål og bålmad, gåture i skoven, undervisning i og om naturen, snitning og brug af økser, Joyfull Play lege, samt sport som fx fodbold og særligt rundbold er populært.



REMINISCENS

Vi byggede bue og pil, da temaet for lejren var "indianere". Vi så hurtigt, at den bosniske far var rigtigt, rigtigt god til det – og bedre end de fleste. Han fik lavet en flot bue og pile til sin søn, som skød helt perfekt. Faren fortalte, at han i sin barndom havde lavet bue og pile og lært det af sin far hjemme i Bosnien. De brugte det bl.a. til at gå på fuglejagt! Sønnen var meget begejstret for sin bue og pil og viste os den glædesstrålende. Han var meget stolt over det, hans far havde lavet til ham. Sønnen var 15 år.

(Knud Eschen, 2011)



2.3 OPLEVELSESTURENE OG ÅRSTIDSFESTERNE

I løbet af projektperioden har der ligeledes været afholdt 6 - 8 årlige oplevelsesture af én dags varighed. De allerfleste har haft et indhold med fokus på naturoplevelser, og i to tilfælde har der været underholdningsprægede ture til Odense Zoo og Givskud Zoo. Turene med fokus på naturen har domineret i en række dagsture, herunder sejlture i Odense Fjord, fisketure og skovture til bl.a. Svanninge Bjerge og naturlegeplads.

Disse ture arrangeres af en fast kerne frivillige, som er tilknyttet Red Barnet Odense, og finansieres ligeledes af projektet. Turene starter ved fremmøde på ATT og herfra køres i bus til stedet. Bussen afhenter gruppen om eftermiddagen.

På disse ture har deltaget op til 45 forældre og børn. Hertil kommer så 6 - 8 frivillige, samt evt. personale i form af familiebehandler og naturvejleder. Der kunne godt have været mange flere med på turene, men det har været vigtigt af hensyn til relationsdannelsen og overskueligheden for deltagerne at begrænse deltagerantallet.

Turene giver ikke så meget mulighed for det nærvær og fællesskab, som lejrene tilbyder. Til gengæld giver turene mulighed for fælles oplevelser i familien og sammen med andre familier, og giver en vigtig kontinuitet i projektet, samt inviterer flere familier.

Vi har lagt vægt på at 1-dagsturene så vidt muligt ikke presser familierne hverken socialt eller i tid. Sagt med andre ord, at de tager højde for menneskemængder, gåafstande m.m. Konkret betyder dette, at hvis turen fx går til Odense Zoo, hvor der kan være meget andet publikum, har familierne selv mulighed for at vælge, hvornår de vil spise, holde pause, gå videre. Familierne har selv frokost med.

Vi ved af erfaring at de deltagende familier kun i meget ringe omfang får sådanne kulturelle, integrerende oplevelser sammen, og de bør derfor også være et tilbud som indgår i de frivillige sociale aktiviteter.

1-dagsturene giver mulighed også for at møde andre deltagere, som man tidligere har mødt på lejre, eller tidligere ture, og de kan dermed understøtte børn og forældres netværk. Her har vi erfaret, at det har betydning for familierne at genmøde hinanden fra tidligere ture. De får ikke nødvendigvis opsøgt hinanden på egen hånd i hverdagen eller weekender, men det opleves som rart at møde hinanden igen.

2.4 ÅRSTIDSFESTERNE

I en række af Red Barnets øvrige frivillige sociale aktiviteter i familieoplevelsesklubber over hele landet har der været tradition for at afholde årstidsrelaterede ”fester”. Dette har også været et tilbud i den familieoplevelsesklub, der har været etableret i dette projekt. I samarbejde med de frivillige, har der derfor været afholdt både julefester med julemand, juletræ og julegaver, samt fastelavnsfester og i 2014 Halloweenfest. Disse fester er foregået en lørdag eller søndag på ATT i Odense, og familierne sørger selv for at komme dertil.

Disse arrangementer har haft meget stor tilslutning med op til 60 - 70 deltagere, og en del frivillige. Mange gange har virksomheder sponsoreret julegaver, juletræ mm.

Festerne har ud over et netværksskabende sigte også understøttet familiernes integration i form af at invitere til fejring af danske traditioner og højtider. Familierne glædes over at møde hinanden og de frivillige igen.

Disse årstidsfester er tilrettelagt med kreative værksteder, hvor forældre og børn fx har lavet juledekorationer, malet og tegnet og skåret græskar. Disse værkstedstilbud giver mulighed for at tale og være sammen om noget fælles tredje. De kan fordre nærvær, og der veksles mellem disse og fælles oplevelser/aktiviteter på dagen såsom dans om juletræet, tøndeslagning m.m.

Det har været bevidst, at disse positive familierelaterede årstidsfester finder sted i ATT's lokale for at give nogle positive, glade oplevelser på et sted, hvor også vigtige samtaler og anden behandling foregår.

2.5 RESILIENS, LEG OG NATUR

Indenfor positiv psykologi tales om begrebet resiliens eller ukuelighed (på engelsk: resilience og resiliency). I psykosocialt arbejde, hvor det handler om at styrke børn, unges og voksnes trivsel, arbejder man således med *resiliens*. Begrebet dækker over evnen til både at komme sig over og klare sig igennem hårde psykiske oplevelser, så som sygdom, mobning, sociale problemer, traumatiserende hændelser m.m.

Resiliens handler altså om vores evne til at håndtere svære oplevelser med de psykiske, sociale, kulturelle og fysiske resurser, vi udstyres med gennem livet. Det har i mange år undret forskere, at visse børn på trods af hårde opvækstvilkår, alligevel ser ud til at klare sig på linje med børn med en normal opvækst. Man har døbt disse børn for mælkebøttebørn, fordi de som mælkebøtter finder en vej frem til lyset, på trods af de forhindringer, de møder på deres vej. Ved at styrke resiliens, kan man give socialt udsatte børn, eller børn, der har været udsat for traumatiske oplevelser, bedre muligheder for at klare sig videre i livet.

Forskere har fundet frem til, at resiliens kan trænes og øges ved at forøge mængden af positive oplevelser og dermed positive følelser i hverdagen. En række faktorer har positiv virkning på resiliens, herunder oplevelsen og følelsen af formål i livet, og at kunne bidrage i sociale sammenhænge. Disse faktorer har vi skærpet opmærksomhed på i dette projekt.

Imidlertid tilføjer vi også menneskers betydning for hinanden, og at særlige begivenheder med positive mellem menneskelige oplevelser kan nære resiliens gensidigt hos de involverede. Dette drøftes videre herunder samt i kapitel 3. Således indrammer projektet naturens iboende muligheder, tilrettelægger reflektivt udvalgte aktiviteter, engagerer og uddanner frivillige, inviterer familierne ind i disse rammer og stemninger, hvor man bliver hilst velkommen og anerkendt på egne præmisser.

Sagt med andre ord, vi bestræber os på at skabe gode betingelser for, at familierne får positive og dermed brugbare oplevelser på lejrene, som de kan trække på og ventilere med, når presset fra traumatiske oplevelser presser sig på i hverdagen.

Naturen har, som tidligere beskrevet i kapitlet, en særlig betydning i børns udvikling og opvækst og fremmer en række af de elementer, som kan fremme resiliens. Gennem utallige refleksionsøvelser på Red Barnets kurser for frivillige, hæftes øvelsen ”dit bedste barndomsminde” næsten uden undtagelse op på en naturoplevelse, hvori der desuden indgår elementer som fællesskab, nærvær, læring og spænding. Frivillige fortæller stort set altid historierne om hulebygning, kanotur, bondegårdsbesøg, eller samvær med dyr, som deres bedste barndomsminde. Disse ”voxpops” bekræfter og bestyrker også synet på naturen som et helt særligt rum for opbygning af sociale fællesskaber og netværk hos børn, hvilket implementeres gennem Red Barnets Natur&Fællesskabs program.

I forløbene er desuden anvendt en dokumenteret metode for strukturerede psykosociale legeaktiviteter kaldet Joyful Play⁶². Der er tale om et inkluderende legekoncept, som flere medarbejdere og frivillige fra Red Barnet og ATT er trænet i. Disse lege styrker de psykiske, kognitive, sociale og motoriske ressourcer og

6. Life is Good: <http://content.lifeisgood.com/playmakers>

relationerne børn, forældre og deltagende familier imellem. Affektregulerende øvelser er centrale, fordi evnen til affektregulering er en forudsætning for opbygningen af positive relationer i familierne.

2.6 DE 5 C'ER IMPLEMENTERET I NATUREN

Forskningen viser, at der er en række elementer, som er afgørende for at styrke resiliens (jf. Michael Ungar, John C. LeBlanc m.fl.). Der arbejdes på mange fronter i psykosocialt arbejde med at styrke resiliens gennem fx samtaleterapi, legeterapi, familiebehandling m.m.

Nogle modeller anvender fem elementer i det resiliensstærkende arbejde. I denne model ligger det lige for at inddrage natur og friluftslivet. Natur og friluftsliv, ved vi netop, fremmer de fem resiliens-stærkende faktorer særdeles præcist. Sagt med andre ord, at der nærmest ingen grænser er for, hvor godt aktiviteter i naturen, passer ind i denne ramme.

De fem elementer, der kan fremme psykosocial sundhed, og dermed resiliens, ”De 5 C’er”, tager i vores tilfælde udgangspunkt i flg. resiliensstærkende faktorer defineret af LeBlanc m.fl. (2005):

COMPETENCE (MESTRING/LÆRING/OMVERDENSTORSTÅELSE)

Gennem konkrete aktiviteter giver vi børnene og forældrene mulighed for at få viden og erfaringer med og om natur, steder, og fx få erfaringer med brug af værktøj, blive i stand til at tænde bål, fiske ved søen etc. Flere familier har selv taget sådanne erfaringer i brug på senere ture og lejre i projektet eller på ture, som de selv har foretaget.

COMMUNITY (FÆLLESSKAB/SOCIAL/INKLUSION)

At sidde omkring bålet, være sammen i skoven, eller lave fællesskabsfremmende lege, hvor vi får alle med i fællesskabet. Vi sørger for at invitere og inddrage alle, og får fædre, mødre, børn og unge til at føle sig om en del af helheden. Her er det afgørende, at alle føler sig set og er velkommen i alle dagens planlagte og uplanlagte aktiviteter. Det gøres bl.a. ved en hilsen, et smil, en hjælpende hånd, og omsorg og venlighed til alle. Stedets indretning og opbygning er også vigtig med henblik på at understøtte dette element. Det betyder, at der skal være plads til alle omkring bålet. Det indebærer også at sikre gode betingelser for, at personen, der ligger i hængekøjen lidt væk, respekteres på egne præmisser, og stadig føler sig som en del af stemningen i fællesskabet.

CONFIDENCE (SELVTILLID/TRYGHEDE)

Ved at blive set og mødt positivt, og have tid til rekreative og afslappende aktiviteter, føler deltagerne sig trygge. Deltagerne kan selv vælge til og fra i det, der foregår. Vi bruger her også stedets betydning – et trygt, overskueligt sted, hvor der er rart at være. Vi tænder fx et bål, som tryghedsskaber, eller indretter med rensdyrskind, flagermus-lygter m.m. Desuden besøger vi gerne de samme steder – steder børn og forældre så lærer at kende, og erfarer som trygge. Men det handler også om at skabe tryghed indbyrdes mellem deltagerne og de frivillige. Derfor er det også vigtigt at frivillige tager sig tid til at opbygge denne tillid, som kan ske gennem aktiviteter, eller bare samtale, samvær og nærvær. Gennem legene og naturaktiviteterne bygger vi også på trygheden. Lege deltager man i, når man har lyst – ingen SKAL være med. Men også tilskuere har en funktion og anerkendes. I naturaktiviteterne skal ingen bryde grænser, men derimod lave ting, som de er trygge i, sammen med mennesker, som de er trygge ved, og i et veltilpasset roligt tempo.

CONNECTION (RELATIONER/NETVÆRK/NÆRVÆR)

Vi sikrer gode betingelser og muligheder for at støtte relationer mellem børn og forældre, ved at give mulighed for leg, aktivitet og bare almindeligt samvær – fx ved at der er rolige stunder. Samtaler omkring bålet, fælles madlavning, smil og hjælpsomhed spreder sig som ringe i vandet, især hvis nogen sætter det i gang og går

foran. Smil, grin og glade ansigter hjælper også! Som en 12 årig dreng fra Somalia skrev under sommerlejren 2014: ”ingen sur miner alle er glade når vi er samlet”. ”Alle folk er glade når vi samles rundt om bålet. vi hjælpes ad med alt ting”.

CARING (OMSORG/EMPATI)

Vi tager os af hinanden og taler med alle. Vi hjælper hinanden og laver fx mad til hinanden – derigennem viser vi omsorg og empati. Vi passer på dyrene, som vi møder i naturen, og viser at selv små dyr, har brug for omsorg. Vi kan lave lege, der fremmer omsorg. Men vi oplever at børnene laver bålpandekager til deres forældre, at forældre hjælper hinandens børn, og at frivillige og familier hjælper hinanden med praktiske ting, som fx oprydning og madlavning i køkkenet.

Disse 5 C'er er en meget meningsfuld ramme for naturaktiviteterne og blev mere reflekteret og implementeret i planlægning og i inspirationen og uddannelsen af frivillige sent i 2013, samt i 2014. De har vist sig særdeles brugbare, og adapteres og foldes ud af de frivillige i stor stil, og forbedrer og skærper dermed mulighederne for brug af naturen i psykosocialt arbejde med familierne.

MED FRIVILLIGE ØJNE

Når vi skulle lave mad, manglede der aldrig hjælpende hænder. De frivilliges madhold på lejrene, blev ind i mellem sendt ud af køkkenet, og så tog mødre, børn og fædre over med madlavningen. Vi danskere kan ikke lave rigtige ris, ligesom arabere kan! (Thor Hjarsen, 2014)



Foto: Thor Hjarsen



Foto: Thor Hjarsen

2.7 DE FRIVILLIGES ROLLE

De frivilliges betydning, roller og opgaver, drøftes og formidles løbendes igennem rapporten. I dette afsnit, handler det konkret om erfaringer med frivilliges roller og opgaver.

Der har været en meget sammensat gruppe frivillige tilknyttet dette projekt både i alder, køn og uddannelsesmæssig baggrund. Endelig har der i 2013 og 2014 været frivillige tilknyttet, som selv er flygtninge og tidligere patienter tilknyttet ATT.

Vi oplever, at frivillige, der har været med på lejre, ønsker at være med på kommende lejre, uanset det er en krævende frivilligindsats med lange ”arbejdsdage” fra kl. 7 – 22.

Det væsentlige i frivilliges møde med de deltagende forældre og **børn er** relationsdannelse. Det omfatter samvær, samtale og fælles aktiviteter. Det har i projektet være vigtigt at motivere de frivillige til at tage sig tid til at hygge med fx en mor ved bålet og sidde og tale sammen. Vi ved fra vores interviews at dette element lægger forældre og børn stor værdi i.

De frivillige er også rollemodel for den gode stemning. Frivilliges rolle er således meget mere end den praktisk tilrettelæggelse og hjælp i form af madlavning eller kaffe/kage organisering. At være ”servicefrivillig” er ikke nok – det relationelle er mindst ligeså vigtigt – om end vigtigere. Med hensyn til aktiviteter og praktiske gøremål er de frivilliges rolle nærmere at gøre klar og invitere til deltagelse. Det er vigtigt, at de frivillige motiverer forældre og børn. At de inviterer børn og familier med til de praktiske aktiviteter frem for at stå for dem selv.

Vores frivilliges ideer er særdeles brugbare og meningsfulde, og er på alle lejre lyttet til og implementeret. Fagfolkene har trådt et skridt tilbage her, men har rådgivet og vejledt i forhold til bl.a. praktiske forhold og børn og forældres livssituationer og formåen. De frivillige fik overladt det fulde ansvar for lejren i 2014, og indsatsen må siges at være forankret.

Deltagelse af fagpersonale vil dog stadig være væsentligt for at sikre overgange mellem aktiviteter og lejre, og vidensindsamling ind i de respektive organisationer.

2.8 STEDETS BETYDNING

I al naturvejlederarbejde med socialt udsatte, som måske kun har lille erfaring med ophold i naturen, er det vigtigt at fremme tryghed. I denne forbindelse er stedets betydning vigtig – samt de faciliteter, der er tilgængelige. Er deltagerne ikke vant til så meget natur, skal man måske ikke starte med det allermest udfordrende. Desuden skal man også vælge et sted, som holder over tid, og som man kan besøge igen og igen, og dermed bygge videre på de erfaringer og kompetencer, som er opnået fra forrige besøg.

2.8.1 NÆROMRÅDET OG FJERNOMRÅDET

Vi har i dette projekt været omhyggelige med at vælge netop Trente Mølle Naturskole, som er et af de få steder i Danmark, der kan siges at opfylde de betingelser, som vi har sat for sommerlejrene:

- Der skal være værelser/rum til hver familier med eget bad. Særligt forældrene skal have mulighed for privatliv og for at kunne trække sig tilbage.
- De øvrige indendørsfaciliteter skal være rummelige, og gerne med flere rum, så man også i dårligt vejr har god plads.
- Køkkenet skal være stort og indbyde til, at alle, der har lyst, kan være med.
- Nærområdet skal være overskueligt, sikkert og ikke mindst roligt. Fx ikke en masse andre mennesker, trafik, etc.
- Fjernområdet må gerne indeholde forskellige naturelementer som påvirker sanserne: træer, lys og mørk skov, rislende vand, sø/dam, lysåbne arealer, bålhytte(r) m.m.
- Det skal være muligt at gå væk fra kerneområdet, hurtigt at finde rolige omgivelser, men alligevel føle sig i forbindelse med stederne, hvor resten er. Fx kan man ved Trente Mølle Naturskole gå om på den anden side af mølledammen og der finde ro, men alligevel være tæt på resten af deltagerne. Eller op til hestene, og stadig se bålhytten.
- Stedets udlejere skal være flexible og have forståelse for målgruppens særlige behov.

HVAD KAN RUNDBOLD ELLER FODBOLD?

Det sættes ofte i gang spontant – og for at skabe noget energi. Nogle gange starter kun 5-6 stykker, men i løbet af kort tid, kommer flere og flere til. De frivillige og personale er inddragende, og rollemodeller for den gode stemning, for grin og sjov. Alle er med og hver enkelt anerkendes. Selv tilskuere inddrages som opmuntre og kommentatorer, der laver sjov og joker.

Hele processen såsom at aftale banens længde, målenes størrelse og holddeling overlades til de deltagende – det skal de selv aftale rammerne for.

Alle er med uanset alder, fysik m.m. og deres indsats anerkendes – dvs når en lille 5 årig slår til bolden, så klappes og bujes der også! Og den præmis respekterer alle, dvs. at der i kampen også er en masse omsorg. Det er altså et relativt konfliktfrit rum, og konkurrenceelementet er ikke det vigtigste. Vi oplevede, at der var flere med i rundbold end fodbold, og det viste sig, at man også spiller rundbold i Afghanistan. En far kendte det fra sin barndom, og genkaldte sig rare minder. Det blev flere vidner til, og der blev talt om dette.

Der ydes omsorg også fra de, der ikke er med: de organiserer saftevand eller is til de deltagende, så alle sidder sammen efter spillet og hygger sig.

Der er vindere, men det håndterer børn og forældre, og glæder sig så endnu mere til revanche. Vi oplevede på lejrene, at forældre og børn beder om at spille igen, og nogle gange sætter det i gang på egen hånd.

(Knud Eschen og Thor Hjarsen)



Foto: Thor Hjarsen

2.8.2 VIGTIGE SPØRGSMÅL TIL VALG AF STED

En række af de spørgsmål, som vi har stillet os mht. til valg af steder, også på 1-dagsturene, har derfor fx været:

- Hvad er afstanden til andre mennesker/skovgæster, som kan distrahere børn og forældre?
- Er stedet afskærmet, og styrker dermed fællesskabet, men alligevel tæt på det kendte?
- Giver stedet samling og overblik for sårbare deltagere, som måske ikke magter at sidde midt mellem alle?
- Hvad med sikkerhed i forhold til fx trafik, søer, damme etc.?
- Er der mulighed for, at familier kan gå tur på egen hånd, og stadig føle sig trygge?
- Er der en bålplads/bålhus, eller andet, som indbyder på fællesskab, ro og samtale?
- Har stedet en smuk og indbydende natur, som faciliterer afslapning, rekreation og selv at gå på opdagelse?
- Er der mange af naturens brugbare sanseindtryk forbundet med stedet, fx lys, vand, farver, dufte, dyr?

2.8.3 INDRETNING AF STEDET ØGER BETYDNINGEN

I stort omfang har vi således i dette projekts aktiviteter også forstærket stedets betydning ved at fremme elementer som tryghed, sanser, fællesskab, afslapning og mestring. Det er sket i et vist omfang at ”indrette” naturen med grej og remedier, der fremme forskellige af disse elementer. Her gives nogle eksempler:

- Omkring bålet og i bålhytten sørger vi for at lægge rensdyrskind og tæpper ud på siddetrillerne (træstubbene) og bænkerne. Det gør det rart og behageligt at sidde ved bålet. Og fremme at her er rart at være.
- Tæpper og rensdyrskind har vi også lagt ud på græsset eller ved dammen, mhp at deltagerne kan sætte sig her og slappe af, eller fx snitte eller flette.
- En stor lavu slå vi op på græsset – her har mange siddet for at være lidt i fred, og mange af børnene har overnattet i den på skift.
- Petroleumlamper ophængt efter mørkets frembrud i bålhytten har fremmet tryghed og hygge.
- Ophængning af hængekøjer både på centrum for aktiviteter, samt fjernt fra aktiviteterne har givet mulighed for ”retreats” for både børn og voksne. Fx brugte en far meget en hængekøje til afslapning og selvberoligelse på en lejr. Her lå han og hørte musik hver formiddag, og fortalte bl.a., at det hjalp på hans stærke rygsmerter.
- Forskellige former for værktøj og grej, som fx snitteknive, økser, reb, snor, ståltråd etc. har været til frit rådighed og mange, særligt fædrene, er ofte selv og uopfordret fået i gang med fx træsløjd sammen med deres børn.
- Kreative værksteder på borde-bænkesæt tæt ved huset med tegning, maling, læderarbejde, brodering, etc. har givet mulighed for fordybelse hvor mange kvinder og piger ofte har siddet. Også mange mænd og drenge har siddet her.
- Aktivitetsområder i fjernområdet – fx har vi ophængt en gynge lavet med en skibsfender ude i skoven, eller slack-lines, hvilket har trukket børn og forældre ud og lidt væk fra nærområdet for at afprøve dette, og de har dermed været ude i skoven på egen hånd.

NATURVEJLEDEREN VISER SKOVEN

Vi havde planlagt en kortere gåtur i skoven. Vi var alle sammen med, omtrent 35 mennesker i alt. Jeg fortalte om, at man må komme i alle danske skove, og vi gik op til en bålplads, hvor jeg fortalte at sådan et sted kan man lave picnic. Mange af forældrene var meget interesseret, og spurgte om de selv kunne tage hertil igen med venner og familie? Naturligvis, sagde jeg. Flere af forældrene fortalte bagefter, at de aldrig havde været i en dansk skov. Mest fordi de havde flygtet gennem skove, og de derfor var utrygge. Nu sagde de, at de ville i skoven her i Danmark.

(Thor Hjarsen, 2013)

2.9 NATUREN SOM HELENDE KRAFT!

Erfaringerne fra aktiviteterne viser, at naturen og friluftslivet er en rigtig god ramme for arbejdet med traumatiserede flygtninge i fht. opbygning af resiliens og relationer mellem forældre og børn og mellem familier.

Naturen giver mulighed for:

- Styrkelse af relationer og netværk, ved at man fx sætter sig sammen omkring bålet og samtaler, eller går ture sammen i området.
- Rekreation, ro og afslapning, ved at man fx opsøger de ophængte hængekøjer eller fisker i dammen.
- Nye oplevelser og inspiration til samvær, ved at fx forældrene viser deres børn nogle ting, de kan fra deres hjemlande, så som at bygge en bue, fletter kurve, eller tænder bål.
- Øget læring og omverdensforståelse, ved at vi fx fortæller om dyr og planter i den danske natur, eller viser rundt i skoven og fortæller, hvordan man som skovgæst må bruge naturen.

Opmærksomhedspunkter og gode råd

Der er en række forudsætninger, man skal være opmærksom på:

- Forhåndskendskab til naturen – bare det at komme i skoven kan være grænseoverskridende for nogle forældre (og børn). Konkret betyder dette, at man ikke skal kaste deltagerne ud i noget, der kan risikere at overskride deres grænser. Nogle flygtninge har skullet skjule sig i naturen i skoven og bjergene og bærer på oplevelser i naturen, som kan være tæt forbundet med frygt, overgreb og vold.
- Praktiske forhold, som sted, grej, faciliteter, transport etc. Overskuelighed og tryghed er nøgleord her.
- Forberedelse af aktiviteterne – men fx hellere holde det simpelt med plads til pauser.
- Fokus på opbygning af relationer og tryghed i gruppen gennem samvær, nærvær, leg og aktiviteter.
- De frivilliges roller som facilitatorer af netop tryghed, relation, fællesskab og den gode stemning. Og de frivillige skal naturligvis selv føle sig trygge i, at de kan folde dette ud.

Vidensforum for Natursociale indsatser i Danmark

I 2015 igangsætter Red Barnet **VIND** – **VI**densforum for **N**atursociale indsatser i **D**anmark i samarbejde med en række eksterne partnere. Her vil arbejdet med de traumatiserede flygtningeforældre og deres børn til fortsætte og udvides til resten af Region Syddanmark. Desuden vil vi i endnu højere grad inddrage udsatte boligområder og grønne fritidsorganisationer i dette arbejde.





Foto: Thor Hjarsen

3. TORTUR- OG TRAUMEOVERLEVERES LIVSVILKÅR

- indtænkt i lejrene i naturen

Afsnittet her er baseret på viden om PTSD ramte familiers livsvilkår, genereret gennem samtaler med behandlere på ATI, samtaler med flygtningefamilier i Livsmodlab, samt formidling fra eksperter i fagtekster og på seminarer.⁷

Torturoverleveres livssituationer kan i sagens natur være meget forskellige. Udover at flygtninge kommer hertil fra meget forskellige verdensdele med forskellige samfundsstrukturer, historier, økonomier og kulturer og religioner, kan deres historier, erfaringer og de vilkår de kommer fra, være meget forskellige.

Imidlertid er der nogle grundvilkår, som projektet tager udgangspunkt i:

At vi som mennesker har behov for social indlejring i fællesskaber.

Familierne, som kommer på sommerlejrene, glæder sig til dagene på sommerlejren, som de har hørt godt om. Derfor er det vigtigt, at de mødes med smil og åbenhed, så mødet med Trente Mølle, fagfolk, frivillige og ikke mindst de andre familier er en god oplevelse.

3.1 DET MENNESKE JEG VAR, KOMMER ALDRIG TILBAGE

En stor del af disse forældre lever ikke det liv, de ønsker og ser og genkender sig selv i. De lever et helt andet liv - et liv, som andre kan have tilrettelagt for dem.

Nogle fortæller, at det menneske, jeg engang var, er væk, og der er ikke nogen tegn på, at det kommer tilbage. Tværtimod er jeg måske meget langt fra at være det menneske, den far eller mor til mine børn, den kone eller mand, som jeg engang var - og stadig drømmer om, kommer tilbage. Jeg bliver heller ikke det menneske, jeg drømte om at blive i Danmark. Håb og drømme kan være brast, og det liv der er, synes svært at komme ind i og finde mine ben i. Effekten kan være forsvindende sindsro, få oplevelser af glæde, og en hverdag præget af humørsvingninger.

Man er heller ikke kommet i gang med det liv, man drømte om at få, dengang man flygtede. Mange søger at skabe det liv, de drømmer om, ved at forsøge at uddanne sig og få job.

En far fortalte, at han havde erhvervet sig alle typer af kørekort til alle former for køretøjer, og på trods af stor lyst og vilje, ikke kunne få arbejde som buschauffør. Stolt viste han sit kørekort frem, men forandrede synligt mimik og udtryk, da han fortalte, at det ikke var lykkedes for ham at få et job som buschauffør.

Det kan tillige være vanskeligt at forstå den danske virkelighed, og oplevelsen af at være afhængig af

7. Blandt andre psykolog Anne Bovbjerg, konference i 2012, arrangeret af Dansk Flygtningehjælp.

samfundets og andre menneskers hjælp, være fremmed og svær at identificere sig med. Det bemærker børnene, og blot det at have en almindelig samtale med sine børn, kan være problematisk, og svær at rumme. Man bliver en slags tilskuer til sit eget liv og sin familie.

Oplevelserne i hjemlandet har sat spor, og nogle oplever, at det kan være svært at udfylde rollen som forældre og leve op til egne forventninger om at være den forældre, man ønsker at være. Det kan være svært at være til stede med sine børn, man magter det ikke. Nogle forsøger at genvinde nogle af de tabte ting og finde det frem. For nogle familier, kan uvisheden, om man bliver smidt ud af Danmark og skal tilbage til sit oprindelige land, forstærke familiernes sårbare situation.

Faktorer, der har indflydelse på familiernes sårbarhed:

- Vanskeligheder med at blive integreret i det danske samfund.
- Netværk af venner, kammerater og støttende institutioner og grupper, fx skoler, kan for flygtninge være bestemmende for, om de klarer sig eller ej i det nye samfund⁸.

Måske kan man opleve, at man heller ikke helt forstår de forventninger, der er fra institutioners og skolens side i forhold til ens rolle og opgave som forældre. Men lig forældre generelt, er det meget vigtigt for forældrene, at børnene har det godt – at det går dem godt, og at de har muligheder for at få et godt liv.

3.2 FAMILIERNES OMVÆLTNINGER

Familierne har således været igennem en række alvorlige omvæltninger:

- Tab af familie og venner.
- Tab af hjem, by, land - og sprog.
- Fundamentalt ændret livssituation.
- Har boet i flygtningecenter.
- Kan have været udsat for tortur og voldtægt.
- Kan have mange smerter (efter tortur og voldtægt) – også psykosomatiske.
- Kan have psykisk sygdom.
- Kan have højt stressniveau – forhøjet alarmberedskab.
- Kan måske ikke forstå sine hidsighedsanfald, vrede eller sammenbrud – ”jeg kan ikke genkende mig selv” eller ”der er ikke nogen, der kender mig, som den jeg virkelig er!”
- Kan have undgåelsesadfærd – kan medføre isolation.
- Arbejdsløshed, dårlig økonomi (mange modtager ikke engang kontakthjælp, er på startpakke), få kontakter.
- Nogle har ikke sovet i flere år, føler sig forvirrede, og har svært ved at huske. De kan ikke koncentrere sig, og nogle isolerer sig, herunder også i sin egen familie.
- Oplevelserne kan have betydning for deres tro på og tillid til andre mennesker.
- Kan have levet i mange år med PTSD, men pres udefra kan udløse, at man fx pludselig ikke formår at foretage almindelige gøremål, som fx at klæde sig selv på, eller gå ud at handle.
- Kan være dybt bekymret og optaget af, hvordan familien har det i hjemlandet - om de lever eller ej.

8. Luthar, 2006, Almqvist og Broberg 1999 i Jvf Vitus & Smith ”Asylbørn i Danmark – en barndom i undtagelsestilstand” s.136

3.3 LANGTIDSFØLGER FOR FORÆLDRENE

Det er således nødvendigt, at betragte torturen som en del af en større sammenhæng, som fortsætter med at traumatisere torturoverleveren, selvom han eller hun i realiteten for længst er sluppet ud af torturkammeret. De destruktive konsekvenser fortsætter, fx i form af eksileringen til et nyt land, hvor overleveren og hans familie bliver stemplet som fremmede også overleve på en anden kulturs præmisser. Elsass peger derfor på, at det i sig selv er komplekst at anvende betegnelse posttraumatisk stress, og derfor er det vigtigt at opbygge konstruktioner som konsekvent betrygger og skaber tillid⁹.

3.4 SEKUNDÆR TRAUMATISERING

Børnene kan være det, vi kalder for sekundært traumatiserede, og have symptomer som forældrene. De ældste børn kan føle et stort ansvar for familien, og påtage sig voksenansvar og opgaver. Børnene er i sagens natur selv sårbare, og kan udover at have været vidne til forældrenes tilfangetagelse, selv have været udsat for forfølgelse, tortur og overgreb og være flygtet fra hjemlandet. De er blevet adskilt fra deres øvrige familie og venner fra hjemlandet, og de skal forholde sig til et nyt land, en ny situation, en ny identitet og i mange tilfælde uvished om fremtiden. Nogle børn af torturoverleverer kan derved udvikle psykiske og adfærdsmæssige reaktioner og symptomer.

3.5 BETINGELSER, DER KAN PRÆGE BØRNENES OG DE UNGES LIV

Børn og unge, der lever i familier med PTSD-ramte forældre kan være præget af:

- Sekundær traumatisering som følge af en årelang opvækst med svært traumatiserede forældre.
- Uvished og uforudsigelighed som et livsvilkår.
- Tab af familie, hjemland, skole, afholdt legetøj, kendte omgivelser.
- Have oplevet mange farvel, som kan betyde, at det kan være svært at slå rod.
- Nogle børn har været i fængsel med forældre, også børn kan have været udsat for tortur.

Nogle oplever at vokse op med en forælder, der ikke kan rumme alle deres følelser og ikke skaber de nødvendige trygge rammer. Familiestrukturen kan være opløst uden at børnene kan forstå, hvad der er sket. De har heller ikke altid fået mulighed for at forstå det, ved at få det fortalt og forklaret. Børnene kan gøre sig deres egne forestillinger om, hvad deres forældre har været udsat for, og tabuiseringen af torturen kan derfor forstærke børnenes oplevelse af skyld. Man taler i dag om, at PTSD kan ”smitte” børn. Ligesom den torturramte forælder kan barnet udvikle et ”svækket kerneselv”, fordi kerneselvet netop udvikles i barndommen hvor trygge rammer og en kærlig og rummelig omsorgsperson sikrer dette. Netop disse betingelser kan tortur nedbryde.

3.6 BØRN OG UNGES PSYKISKE REAKTIONER PÅ PTSD

Børn og unge kan have psykiske reaktioner på, at deres forældre har været udsat for tortur ved at udvikle, fx:

- Skam over sin situation – vi er ikke som en normal familie.
- Depression, søvnproblemer, hukommelsesproblemer.
- Svært ved at overskue en situationen eller en aktivitet.
- Spiseforstyrrelser og kronisk hoved- og mavepine.

9. Peter Elsass ”Torturoverleveren”, 1995 Gyldendal.

- Angst for separation ift forældre og søskende (kan have svært ved at lege og slippe far og mor, nogle vil beskytte og passe på deres forældre).
- Kan mistrives i relationer til andre børn.
- Koncentrationsbesvær, og vanskeligheder ved at klare sig fagligt i skolen.
- Udadreagerende adfærd - Et barn i forhøjet alarmberedskab. Nogle ”traumebørn” kan være fejldiagnosticerede med ADHD.
- Nogle børn og unge kan føle sig svigtede af deres forældre.

3.7 LANGTIDSFØLGER FOR BØRNENE

Der er ifølge Vitus og Smith¹⁰ begrænset viden om langtidsfølgerne af traumatiske oplevelser blandt flygtningebørn. Hidtil er der observeret et fald ift. psykiske symptomer over tid. Montgomerys¹¹ undersøgelse viste dog, at børnene har et højere symptomniveau end aldersmæssigt tilsvarende børn uden flygtningebaggrund.

Den relative betydning af traumatiske oplevelser og eksilrelaterede faktorer ændrer sig således over tid, hvilket blandt andet blev påvist i en svensk opfølgingsundersøgelse¹².

Traumatiske oplevelser blev fundet vigtigst ved børnenes ankomst til Sverige, var familierelateret stress såsom skilsmisse og psykiatriske forstyrrelser hos forældrene signifikante risikofaktorer ved 18 mdr. opfølgingsundersøgelsen. Ved 6-7 års opfølgingsundersøgelsen fandt man, at aktuel familieorienteret stress var den vigtigste risikofaktor for børnenes psykiske problemer.

Flygtningebørn med traumatiske oplevelser inden ankomsten er sårbare. Hvilke følger disse oplevelser får afhænger i stor udstrækning af, hvad der sker med barnet efter ankomsten i eksillandet. Det er derfor nødvendigt at sætte ind med præventive indsatser ved bl.a. hjælpe forældrene med at genetablere deres omsorgs evner. En del asylsøgende børn kan også have brug for ekstra støtte og professionel behandling pga. deres oplevelser og deres sociale og familiemæssige forhold. Familiemæssige ressourcer såsom forældres uddannelse og åben kommunikation i familien fremmer modstandsdygtighed overfor traumas langtidseffekter.

3.8 AT OPLEVE SIG SOCIALT INDLEJRET I FÆLLESSKABER

Antropologen, Barbara Myerhoffs arbejde med flygtninge på et dagcenter, beskriver det således¹³: ”Som indvandrere havde denne gruppe ingen naturlige vidner til deres tidligere liv og kultur. De levede i en verden omgivet af ”fremmede”, som skulle have alting forklaret. Myerhoff udledte nogle af de processer og handlinger, som disse mennesker brugte til løbende at konstruere deres identitet og deres selv. Når kulturer er splintrede og i udbredt opløsning, kan det være svært at finde et passende publikum. Naturlige lejligheder byder sig måske ikke, og de må derfor opfindes kunstigt.

Et genkendeligt livsvilkår for mange mennesker er oplevelsen af nogle gange at føle sig ekskluderet eller direkte afskåret og fragmenteret fra vigtige andre eller en gruppe. Det kan fx være i såvel familie- eller arbejdsmæssige relationer, som i andre sociale sammenhænge, som opleves som vigtige at være en del af.

10. Jvf Vitus & Smith ”Asylbørn i Danmark – en barndom i undtagelsestilstand”, 2011

11. Jvf Vitus & Smith, 2011

12. Hjern og Angel, 2000 / ref. i Vitus og Smith, 2011

13. ”Narrativ Terapi” af Russell og Carey, 2007, s. 122

Det kan være en relativt kortvarig periode, men for nogle er det en mere permanent følelse og oplevelse af at være afskåret og på egen hånd, både i forhold til det omgivende samfund, men det kan også være i forhold til venner, naboer og ens egen familie.

3.9 HVORFOR VI GØR, SOM VI GØR I PROJEKTS AKTIVITETER

På vores lejre i dette projekt deltager familier, hvor ovennævnte oplevelser, livserfaringer og sygdomsbilleder er velkendte.

På lejrene bestræber vi os således på at skabe de bedste betingelser for, at familierne kan føle sig i trygge og overskuelige omgivelser, og de folk, der er rekrutteret til dagene, er opmærksomme, betrygger og møder familierne, hvor de er.

Vi er opmærksomme på at skabe lejligheder til, at familier og den enkelte kan blive set på egne betingelser, være en del af fællesskaberne, og opleve sit eget værd og sin egen vitalitet sammen med andre, der kan være i genkendelige livssituationer.

At være vidner til hinandens liv og de oplevelser, og ting, der sker, kan være med til at forstærke og fastholde ønskede forandringer. De, der kender til familien, kan være hjælpsomme til at forstærke det ønskede liv bl.a. via fortællinger. Nogle kan genopdage ting og muligheder i naturen, som måske havde en betydning i ens hjemland (reminiscens). Eller man kan måske iagttage, at andre genopdager sine erfaringer og sine positive minder.

Projektgruppens refleksioner, 2012

Et eksempel på dette er flg. begivenhed:

MOR ER FISKER

Børn og voksne sidder omkring bålet og snakker en sen eftermiddag. En dreng kommer over til os, og fortæller ivrigt og engageret om sin mor, der pludselig har vist sig at være en eminent fisker. Drengen har oplevet sin mor trække den ene fisk op af søen efter den anden, og begejstret deler han med alle os andre, hvor mange fisk hans mor lige har fanget. Historien bliver fortalt videre og stort set alle deltagere ved indenfor kort tid, at denne kvinde er en talentfuld fisker – og vel at mærke, også har været det i sit hjemland.

(Dorthe Rasmussen, 2012)



Foto: Thor Hansen

At skabe gode stemninger, hvor familier, mødre, fædre og børn har muligheder for at gå til og fra forskellige typer af relevante aktiviteter og fællesskaber, lige fra en kaffesnak ved bålet, en fisketur ved søen, rundbold eller fodbold, til at deltage i fx en planlagt cirkusforestilling eller piratfest.

Således omfatter dette lige fra overvejelser og valg af sted, indkvartering, naturen omkring og de muligheder, der kan opfylde mål og behov, de frivillige der forventes at løse forskellige opgaver undervejs og være til stede og nærværende sammen med børn, unge, fædre og mødre, til de aktiviteter og programmer som besluttes.

Under de forberedende møder med frivillige har vi også talt om betydningen af, at de professionelle og frivillige viser åbenhed og nærvær, og sikrer at alle kan deltage i aktiviteterne. De er faste og vigtige personer dagene igennem og sikrer trygge rammer i videst muligt omfang for familierne.

JÆGEREN

En anden aften kom en jæger pludselig til syne i skovbrynet. Han havde camouflagetøj på, et jagtgevær over skulderen og bar på en nedskudt rå. Familiebehandler fra ATT, Knud, røg hurtigt op fra træstubben ved bålet og gik ham i møde for at tage hånd om situationen og forsøge at undgå, at jægeren blev forvekslet med en soldat. Det udviklede sig til en lille event, hvor jægeren fortalte om sin jagt, nogle fædre var nysgerrige på jagtgeværet, og børnene mærkede på det varme døde dyr, og fik jagtfortællinger. En hel fanskare fulgte jægeren til bilen og hilste også på hans hunde.

Imidlertid var der også forældre som fik genoplevelser fra krigen og så jægeren i sin udrustning som en snigskytte. Det var her vigtigt at sætte ord på oplevelsen sammen med de berørte.

(Dorthe Rasmussen og Knud Eschen, 2012)

3.10 BETYDNINGEN AF RUTINER OG SPONTANE INITIATIVER PÅ EN LEJR

For at respektere familiernes forskellige livssituationer, bestræber vi os på at tilrettelægge genkendelige rutiner og dagsprogrammer, som opleves overskuelige og tilgængelige. Hver morgen under morgenmaden fortæller vi, hvad der skal ske i løbet af dagen. Her er nogle programpunkter faste og genkendelige, såsom fælleslege efter morgenmaden, måltider og bålhygge.

I programmet er der også en række aktiviteter, som kan hænge sammen med et overordnet lejrtema. De frivillige spiller en meget vigtig rolle for valget af lejrtemaer i form af ideudvikling og tilrettelæggelse, organisering og afvikling.

Som nævnt tidligere er det et mål at skabe en vis sammenhæng mellem stedets muligheder, valget og tilrettelæggelsen af aktiviteter og inddragelse af familiernes forskellige livssituationer, stemninger og forskellige reaktioner undervejs.

Et eksempel kan være, at naturvejlederen, Thor, holder en lille workshop omkring det populære bålsted, om hvad familierne kan opleve og bruge i den danske natur. Omkring bålhuset er der 1 - 2 hængeskøjler, så man kan være lidt for sig selv og alligevel være en del af workshoppen og lytte og spørge lidt på afstand. Fra både bålhus og hængeskøjler kan man samtidig se åen, og se sine børn lege på græsplænen foran.

For at respektere den enkelte familie og sikre, at de også får deres eget rum, er måltiderne organiseret således, at hver familie sidder ved eget bord. De unge vælger imidlertid ofte at sidde sammen, og de frivillige sidder normalt ved de samme borde som de unge, eller blander sig med familierne, hvis det passer familierne. Dette er bevidst, da en målsætning er at skabe oplevelser af positive relationer også til de frivillige.

På lejrene er det imidlertid også vigtigt at give plads til de spontane initiativer. Fx ønskede nogle kvinder at bage nogle bestemte småkager til alle. En aften ved bålet spillede de musik på deres mobiltelefoner, og begyndte at danse med hinanden, og mændene måtte fortrække et andet sted hen. Nogle spontane initiativer udspringer også af en planlagt aktivitet. Under et indianertema lavede en far et pilekogger, som begejstrede os alle, særligt hans børn.

På en lejr med cirkustema, tog to fædre initiativ til at spille klovne, der åbnede festaftenens cirkusforestilling. Det var forrygende underholdning, og på trods af forskellige nationalitet, lykkedes det de to fædre at formidle en universel glæde og humor i rollerne som klovne, som greb børn, mødre, fædre og alle os andre.

På samme lejr fik 3 drenge lyst til at lave en rap-sang. Den blev en forrygende succes, og den måtte synges flere gange med stor applaus.

”DET'R ABDEK FRA A-HOLD HER”

1. vers:

Det er Samalah, med sød sandhed
 Sammen med Nathan og Abdek
 Det sabotage, når vi kampklædt
 Med sabel og sedler
 Samfundets saga
 Vi sikker når vi ligger og vi ligger godt
 Så det ikke sandsynligt at du ikke kan være med i samspillet
 / Omkvæd:

Tre venner, to farver, forskelligt blod
 Men de samme ideer i hoved
 Og de samme drømme og den samme drøm om at komme tættere på himlen
 Og det vil vi gerne drøm'

2. vers:

Ingen ideer at tilbageholde mere
 Jeg skal bare sige det lige ud her!!
 Accelerere fra 0 til 100 på sekundet
 Tar affære
 Spytter som et gevær
 Det er en aktion mod din ambassade
 Med et abstrakt brug af alfabetet
 Bitches please don't ask
 / Omkvæd

3. vers:

this is Nathan
 I am not nervous
 to say these rimes out loud
 breaking my way
 through these walls
 I rule like a Renegade (videogame)
 My name gives you pleasure
 Nonsstop give your hiphop
 / Omkvæd

FÆLLESSKABER OG GLADE STEMNINGER

På lejrene skaber vi en stemning af stor glæde ved at være sammen. Når man kommer til morgenmad, mødes man med en smil og godmorgen. Man inviteres med til aktiviteter, og får et ok, hvis man hellere vil se på, eller lave noget helt andet.

Der er en grundlæggende respekt og omsorg, som udvikler en stemning, der gør os glade. Der er en fantastisk hjælpsomhed, man møder. At opleve sig selv gennem hinanden, gennem sin familie og gennem det, vi oplever sammen, er en vigtig erfaring, som kan give mulighed for at genvinde tilliden til andre og til fællesskaber. Det er noget af det, vi som er professionelle og frivillige bestræber os på at skabe og sikre de bedste betingelser for.

Projektgruppens refleksioner, 2012



Foto: Thor Hjarsen

”De 5 C’er”, beskrevet i afsnit 2.6, er konkrete guides og redskaber til at etablere og styrke fællesskaber og forbundethed.

- **COMPETENCE** (MESTRING/LÆRING/OMVERDENSFORSTÅELSE)
- **COMMUNITY** (FÆLLESSKAB/SOCIAL/INKLUSION)
- **CONFIDENCE** (SELVTILLID/TRYGHEDE)
- **CONNECTION** (RELATIONER/NETVÆRK/NÆRVÆR)
- **CARING** (OMSORG/EMPATI)

3.11 HVAD HAR VI LÆRT OM BRUG AF NATUREN I ARBEJDET MED PTSD-RAMTE FLYGTNINGEFAMILIER?

Erfaringsmaterialet fra dette pionérprojekt rummer følgende læringspunkter omkring brug af naturen, som baserer sig på samtaler med deltagende børn, forældre og frivillige, samt vores egne observationer.

I. Styrkelse af relationen mellem barnet og forældrene

- Igennem friluft aktiviteter styrkes relationer mellem forældre og deres børn. Dette giver børnene mulighed for at opleve deres forældre i en anden kontekst end kun at være meget syge. Forældrene fortæller, at når de oplever disse øjeblikke, hvor deres børn er glade og trygge, får de det også betydeligt bedre selv.
- Forældrene har lavet aktiviteter sammen med deres børn, ofte igangsat af netop forældrene, som ellers kan have svært ved at lave ting med deres børn. Mange af disse aktiviteter har taget udgangspunkt i forældrenes erfaringer og kompetencer/læring fra hjemlandene, og de giver hermed dette videre til deres børn. Fx pileflet, bålmad, kagebagning, bygning af bue og pil, træskærerarbejder etc.
- Igennem de positive oplevelser i naturen - eksempelvis når en mor fisker med sine døtre og sønner, når far og søn laver bue og pil, eller en far fletter kurve og tasker til sine børn, når mødre, fædre og børn sidder ved bålet sammen, og hjælpes ad med fx at lave popcorn og pandekager over bål - styrkes og genfindes rollen som forælder. Vi arbejder således med forælderroller i praksis.
- Ved konkret brug af skovene i nærmiljøet omkring Trente Mølle Naturskole kan man finde ro, lege med sine børn, genfinde evnen til at bruge sine sanser positivt eksempelvis via dufte og synsindtryk.
- Flere forældre er blevet introduceret til fiskeri som strategi til at dæmpe sin uro og mere eller mindre konstante stresstilstand. Her er tale om forældre, som ikke tidligere har fisket, men som fortæller, at fiskeriet er en stor hjælp til at skabe indre ro og dermed mere overskud til at klare hverdagen. Søen/havet har i sig selv en beroligende effekt. Samtidig åbnes muligheden for at styrke relationen mellem eksempelvis far og søn, fordi der kan være et læringsmoment i aktiviteten, hvor faren kan træde ind i en ny faderrolle.
- Mødre, døtre og kvindelige frivillige sidder og laver kreative ting sammen udenfor på græsset – fx fletter blomsterkranse, broderer m.m. samtidigt med at snakken går. Mødre der sidder med deres børn, eller går tur med dem op til hestene.
- Forældrene har efterfølgende givet udtryk for, at sommerlejrene også gav dem mulighed for, at føle sig som en "almindelig" familie, der bare var på ferie. Alle de svære tanker og bekymringer var for en stund "parkeret" og afløst af glæde og håb for fremtiden.

II. Styrkelse af børns modstandskraft (resiliens)

- Igennem konkrete og tilrettelagte friluft aktiviteter styrkes de inddragede børn i deres sociale kompetencer/relationer både i familien, men også i forhold til andre deltagere. Mange af børnene fortæller, at det at være fysisk aktiv i naturen, og gerne sammen med forældrene, er en dejlig og positiv fornemmelse.
- Børnene og de deltagende unge får mulighed for at introducere deres forældre til dele af deres danske liv i børnehave og skole, da de kender meget af det vi laver fra fx ture eller lejrskoler. Natløb, orienteringsløb, lege, snobrød etc. ved vi har været nyt for mange af de deltagende forældre.

- Børnene og de unge ser deres forældre i andre og for nogen uvante roller som igangsættere af aktiviteter (madlavning, lege, optræden, etc.), og dermed som resourcefulde mennesker. Forældrene sætter også ting i gang sammen med deres børn – og ikke mindst andres børn: fletning af hår, brodering, fiskeri, træsløjd, pileflet m.m.
- Børnene og de unge knytter nye venskaber med andre børn og unge, hvor nogle er i særligt genkendelige livssituationer. Vi ved, at fx de unge på sommerlejren 2014 fik meget ud af at tale sammen og sidde ved bålet til kl. 2-3 om natten.
- Resiliens styrkes ved at børnenes ønsker inddrages i planlægning fx gennem børnemøder på lejrene.
- Brug af lege som fx Joyful play-lege og aktiviteter der styrker relationer og samspil, samt affektregulering (Joyful Playing/Life can hurt – play can heal: <http://traumeogtorturoverlevere.dk/wm410615>).

III. Bryde ud af isolation og danne netværk og integration

- Igennem de planlagte lejre og ture arbejdes der på, at de traumatiseredes familier bryder ud af deres sociale og boligområdes isolation. Mange familier, og ikke mindst børnene, kommer ikke andre steder end i deres boligområde eksempelvis Vollsmose. Så at øge kendskabet til natur og friluftsliv er ikke alene isolationsbrydende, men har også en sundhedsmæssig effekt, samt giver en større viden om omverdenen. Desuden giver det på sigt børn og unge interesse for foreningsliv eksempelvis fiskeri, spejder eller lignende. Her sigtes mod at hindre stigmatisering af målgruppen og nære og øge inklusion.
- Deltagerne på lejrene og 1-dagsturene kommer ofte fra mange forskellige steder i verden og fællessproget er derfor dansk, hvilket også er med til at styrke integrationen af den enkelte. Det påpeges af både de adspurgte unge, mødre og fædre.
- Netværksdannelse mellem familier idet familierne har mødt andre i samme situation, men også har fokuseret på positivt socialt samvær. Fx har vi ofte også spillet fodbold, leget fællesskabsdannende lege, og spillet rundbold med det formål at få skabt glæde og sjov, og få bevæget os fysisk. Flere voksne betror sig også indbyrdes til hinanden, og føler sig særligt knyttet til disse betroede.

IV. Behandlingsrelaterede effekter

- Traumeeksponering, hvor aktiviteter har vist, at det, der tidligere var et traume, ikke er det længere i Danmark. Fx har en gåtur i skoven for visse familier været en udfordring, da de netop har flygtet gennem skove. Disse forhold har vi taget hånd om på stedet, i det der har deltaget familiebehandleren fra ATT, som i forvejen kender familierne godt.
- Reminiscensarbejde, hvor forældre og børn via naturen har fået aktiveret positive minder fra hjemlandene, fra før krig og katastrofer. Dette kan fx være så simple ting som at tænde og sidde ved et bål, fiske, se dyr, samle bær, madlavning og meget andet.

V. Deltagende frivillige og fagvoksne

- De frivillige er af Red Barnets natur- og friluftvejledere uddannede i at bruge naturen og friluftslivet i deres frivillige arbejde med socialt udsatte. I denne læring har indgået fx opbygning af resiliensfremmende aktiviteter i naturen ud fra ”De 5 C’er” (se afsnit 2.6)
- De frivillige og fagvoksne, der deltager, skal være synlige, nærværende og facilitere gode oplevelser

og positivt samvær. Det kan ske gennem lege, spil, snitning, bål, gåture eller andre helt almindelige og rekreative aktiviteter.

- I nogle få tilfælde kan frivillige og fagvoksne godt opleve at blive konfronteret med de sårbare forældre og børns baggrund og oplevelser. Det gælder også i alt andet socialt arbejde. Derfor skal der være et beredskab til debriefing og supervision både under en lejr, men også efterfølgende.
- De aktiviteter, som frivillige og andre kolleger byder ind med, er oftest de bedste, da de ofte foreslår noget, de selv har erfaring med, og det man formidler bedst, er det man kender.





Foto: Thor Hjarsen

4. SET MED FAMILIEBEHANDLERENS ØJNE

- interview med Knud Eschen fra ATT

4.1 INDLEDNING

Knud Eschen har været uddannet som systemisk familierapeut i ca. 15 år og arbejdet på ATT - Afd. for traume og torturoverlever i Odense gennem de sidste 8 år. Knud arbejder med hele familien med overskriften PTSD, og hvad det gør ved familien. Knud er oprindeligt uddannet socialrådgiver.

Dette kapitel er baseret på et længere interview med Knud Eschen, ATT:

Det er vigtigt at arbejde med hele familien. Det hjælper ikke kun at arbejde med én person i familien. Når én er syg, påvirker det alle i familien.

Jeg hører ofte forældre sige ”mine børn skal ikke vide, hvordan jeg har det.” I en dansk kultur er man mere vant til at snakke om tingene, også i familien.

Vi arbejder med erindringer – hvad er det for erindringer man har med sig, har de betydning for, hvordan man former sit liv fremover? Hvad er det for en historie, man får med sig? Hvad er det for en historie, man skaber?

Familiernes situation, når de kommer som flygtninge til Danmark og i behandling på ATT, er, at de er meget dårlige. Det første års tid går ofte med at være glad for at være flygtet til det sted, der skulle være et sikkert sted. Så ser vi, at folk bliver indhentet af de oplevelser, de har med sig, og måske ikke er i stand til at kunne være i sin familie længere. De kan ikke sove om natten, har mareridt, flash backs og kan ikke koncentrere sig. De bliver opfarende, bliver deprimerede - hele spektret. Det bliver nødvendigt at få bearbejdet sine traumer og tilegne sig strategier og handlemåder i forhold til at leve med sin PTSD tilstand.

4.2 FAR HAR TABT SIN VÆRDIGHED

Det, som de fleste børn siger til mig, er, at det værste næsten er, at de ikke kan genkende deres far – hvis man har været så heldig at have haft oplevelser fra før, hvor faren har været i en position, hvor han har været handlekraftig, og udadtil har en status.

Nu står man pludselig med en far, der har tabt sin identitet, sin værdighed og sin rolle i familien. Det ændrer hele familiestrukturen.

Mange unge drenge, der er på kant med myndighederne, fortæller, at hvis han dog bare spurgte ind til mig og viste at han interesserede sig for mig. De går ud med vennerne kl. 23 en mandag aften og faren siger: ”det gør du bare”.

4.3 KAN IKKE FÅ JOB

Vi taler tit om, hvad det betyder for faren at varetage et arbejde. Der er naturligvis den økonomiske gevinst. Men også det, at der er nogen, der venter på én. At der er arbejdskolleger, der bekymrer sig for én, hvis man

ikke kommer, og ringer hjem. Det med at have en rolle i samfundet, have kolleger, have et værd som borger i det danske samfund – have den anerkendte rolle. Slippe for kommunen, fordi man tidligere har været vant til at klare sig selv. Der kan være en længsel efter at være en almindelig familie. Det er ofte fuldtidsarbejde at overholde alle de regler, der er i dag.

Arbejdet er vigtigt, for vi ved, at det at være uden arbejde og økonomisk afhængig af dagpenge mm. kan være en stressfaktor, der kan holde PTSD'en i live.

Flere fædre fortæller, at de ønsker at arbejde, og at de kan varetage et job. På trods af papirer på uddannelse og erfaringer, er det ikke altid muligt. Hvis man er rimeligt veluddannet og har mod og power, og synes man kan bidrage med noget til det danske samfund, men så oplever, at der ikke er noget arbejde til dig, kan dette være med til at fastholde dig i en følelse af ikke at kunne bruges i samfundet.

Hvis man har mange ressourcer, så kan man godt se det i det lys, at man er én ud af mange arbejdsløse i Danmark. Men hvis du bliver mødt med at de ting, du kunne i hjemlandet, som du har papirer på, ikke bliver anerkendt her i Danmark, så begynder det at trække ned. For hvordan skal du så blive ved med at bevare dit håb, i og med at du så skal til at starte forfra?

4.4 DET VI ARBEJDER PÅ, ER AT GØRE DE PERIODER, DER GÅR GODT, LIDT LÆNGERE

Jeg taler også med kvinder, der har sagt til deres mand: Hvorfor lægger du dig ikke bare ind og sover. Men det kan man ikke bare. Man kan godt have forståelse for, at ens ægtefælle har det skidt, men når man lever med det igennem flere år, kan man godt nå dertil, hvor man slår i bordet og siger ”tag dig nu sammen!”, selvom man godt ved, det ikke hjælper, og måske er det værste man måske kan sige. Det er en følelse jeg tit møder hos ægtefællen.

Kvinderne vil selvfølgelig gerne hjælpe, og jeg bliver tit spurgt om ens mand kan blive rask. Her må jeg svare, at man aldrig kan fjerne ens oplevelser. Men man kan lære at leve med sine oplevelser, men de vil altid være en del af én. Det vil gå op og ned. Der vil være perioder, hvor det går godt, og perioder, hvor det går dårligt. Det, vi arbejder på, er, at gøre de perioder, der går godt, lidt længere.

Nogle gange hjælper man familierne til at forblive sammen, andre gange hjælper man dem til at blive skilt. For kvinderne er der ikke altid noget valg. Det kan godt være, at man ikke kan genkende den, man har giftet sig med. Men de kulturelle aspekter såsom ære og skam gør, at man forbliver sammen.

4.5 BØRNENE ER ET VIGTIGT REDSKAB

Børnene er et vigtigt redskab i mit arbejde. Jeg bliver ofte mødt med trusler om selvmord. Det er en forståelig tanke, men selvmord er tit forbudt ift. deres religion. Jeg taler ofte med dem om, at man ikke lader sin smerte løbe af med en, forstået på den måde, at man er nødsaget til at tage ansvar. Hvis jeg bliver mødt med én, der siger: ”Det kan også være lige meget det hele. Nu tager jeg livet af mig selv.” Så siger jeg: ”Det er ikke en mulighed for dig, for du har seks børn. Så det skal du ikke”. Det er selvfølgelig sagt med omsorg. Det handler også om at fastholde folk i, at det ikke nytter at give op, fordi man har nogle børn, man skal tage sig af og som er afhængige af sine forældre. Og når de så går ud af døren siger de: ”Nej, det er ikke en mulighed for mig”.

4.6 VI BÆRER HÅBET, NÅR DE IKKE SELV KAN BÆRE DET

Som behandler skal jeg nogle gange forsikre en mor eller far om, at jeg går med dem hele vejen i behandlingsforløbet. Vi gør det sammen. Det kan være mig, der bærer håbet, når personen ikke kan se nogen

mening med fremtiden. Når det ikke er muligt for personen, er det os behandlere, der bærer håbet til at starte med.

4.7 AT GENVINDE SIN ROLLE I FAMILIEN

Det, at man kan genvinde noget af sin rolle og identitet som far/mor og ægtefælle, er noget, der vægtes højt i behandlingen. Det er meget vigtigt for den enkelte at kunne bevare håbet omkring sin rolle i familien.

Netop dette er helt centralt på lejrene og derfor har vi fokus på familien på lejrene. Vi skaber muligheder for at familierne kan få gode og betydningsfulde oplevelser med hinanden og deres børn. I interviewene med fædre, mødre og børn i rapporten hører vi om den betydning dette har.

Jeg taler en del med børnene om, hvorfor deres far og mor har det, som de har det. Den forståelse, som jeg møder børnene med er, at det ikke er deres skyld. At ansvaret bliver taget fra dem, og de får en fornemmelse af, at der er nogen, der vil hjælpe deres mor og far. Så det at arbejde med hele familien er ud fra tanken om, at hvis far eller mor bliver løftet lidt, så får børnene det også bedre.

Det kan omvendt også være sammen med far og mor, at jeg løfter børnene. Hvis de mistrives i skolen, så arbejder vi med det. Og her er det vigtigt, at skolen også ringer, når det går godt, fordi det løfter forældrene. Det er selvfølgelig vigtigt for forældrene, at det går deres børn godt i skolen, at de går en lys fremtid i møde omkring skolegang.

Det sker at børn i de her familier, bliver diagnosticeret med ADHD, og at det så viser sig, at det ikke drejer sig om ADHD, men at børnene har nogle opvækstbetingelser og reaktioner som kan forveksles med ADHD. Såsom de er urolige om natten, ikke kan sove eller koncentrere sig. Hvis man ikke har kendskab til familien og familiens historie, så kan man komme til at forveksle barnets reaktioner med ADHD-symptomer.

4.8 NATUREN OG LEJRENE HJÆLPER TIL AT FÅ EN ROLLE I FAMILIEN IGEN

Jeg har nogle behandlingsmæssige perspektiver, som jeg tænker, der kunne være hjælpsomt ift. familierne, og familierne har deres ting, de tænker, der er vigtige for deres familie - og de to ender skal helst mødes. Jeg kender familierne og hvis det fx. er en far, som har svært ved at være sammen med sin familie, ved jeg, det er noget vi skal arbejde på.

De her familier har simpelthen brug for at komme et sted hen, hvor de kan holde ferie. Bare have det godt og holde ferie. Og her spiller naturen en vigtig rolle. Familierne har typisk haft positive oplevelser i naturen, og kan genkende det her.

Jeg tror simpelthen på, at roen og fordybelsen i sig selv er helende - høre fuglene, som de fleste forbinder med noget positivt; opleve solen varme ens krop, dufte, mærke en lun vind og gøre noget rart for sig selv, fx drikke en kop kaffe, gå en tur i skoven og lytte til skovens lyde...

Fuglene, blæsten, varmen, kulden – alle de der ting, hvor naturen kan noget i sig selv. Alle de redskaber får vi forærende til at hjælpe med at genvinde håb og tro på fremtiden. Den enkelte får en rolle i sin familie igen.

Jeg har brugt søen en del i mit terapeutiske arbejde eksempelvis til at fiske sammen. Naturen er redskab til at lave aktiviteter, som kan være med til at hele den enkelte og familien.

4.9 DET HANDLER OM AT VÆRE SAMMEN MED SIN FAMILIE

På lejren handler det også om, at der ikke skal komme nogen udefra og lave særlige aktiviteter med en særlig aldersgruppe. Her handler det om at være sammen med sin familie. Vi er ikke af sted så mange dage og formålet er at genskabe nogle af de relationer, som er gået tabt, fordi far og mor lider af PTSD.

Hensigten er her at styrke eksempelvis teenagere i familierne, så de går herfra med fornemmelsen af ”det kan godt være at min far og mor er syge, men det skal alligevel fungere.”

Der skal være plads til de vigtige ting. Det der med at sidde omkring et bål i et bålhus, omgivet af petroleumslamperne, som vi gør på lejrene. Eller ligge på rensdyrskind eller sidde sammen og snakke og drikke en kop te, og spise hjemmebagte småkager. Det er de ting, som de fleste mennesker synes er hyggelige og rare, og som vi sætter i scene på lejrene.



Foto: Thor Hjarsen

4.10 VIL DU SE MINE AR?

På den første lejr havde vi den her dreng med. Han og jeg sidder på en træstamme, han er 11 år, og hans første kommentar til mig var ”vil du se mine ar?” Han havde fået sine ar ved bl.a. at være faldet ned fra træer. Ud af øjenkrogen ser vi hans far og mor komme gående. Faren lægger sin arm omkring moren, og DÉT ser drengen! Og oplever at det er okay det her!

Præcis sådan en situation er svær at beskrive og lave målinger og effekter på. For mig gav det god mening. Og man kunne spørge sig selv, om det kunne have foregået andre steder? Jeg tror det ikke.

På dagsturene med familierne er det hele så kompakt, så betingelserne for, at noget lignende sker, er ikke på samme måde til stede, som de er på lejrene.

4.11 VI DUFTER ALLESAMMEN AF BÅLRØG DØGNETS 24 TIMER

Bålet og alle de ting, der sker omkring bålet, er ting, vi får forærende. Det har stor betydning. Alle de hyggelige ting sker dér. Det er der, de sociale relationer opstår og som folk kan søge hen imod. Der er plads til fordybelse. Bålrøgen - det at vi alle sammen dufter af bålrøg døgnet 24 timer – der er fællesskab i den bålrøg! Det har en betydning.

Det at samle folk, styrke fællesskabet, giver håb og tro på fremtiden. Det, at man sidder med en kop te ved bålet, har øje på sine børn - det varmer ens hjerte, løfter én lidt.

Hvis man tager de briller på, er alle de ting mulige terapeutiske redskaber til at få flyttet familierne i en retning, så de kan få det bedre. Duftene, blomsterne – den sidste dag, hvor man er ude at plukke blomster til bordene til festmiddagen, det at pynte op og forbinde det med noget positivt.

Vi kan gå ind og bruge naturens terapeutiske muligheder meget målrettet. En far og søn står og fisker og taler sammen – det kan vi jo pinde ud på mange måder - og det er muligheder, som kan tages med tilbage i terapien.

At bruge de positive erindringer fra lejren og tale om dem i terapien. På den måde husker man, at livet alligevel har noget godt at tilbyde én, på trods af de oplevelser, man har med sig.

4.12 SAMMENHÆNGEN MELLEM TRÆER OG INDIANERTEMA

Det er det, man putter ind i rammen af naturen på et sted som Trente Mølle. Det giver muligheder for at arbejde terapeutisk.

Der er fx sammenhæng mellem det sted vi er, og de temaer og aktiviteter, som prioriteres.

Vi er i skoven og bruger de muligheder, der er. Vi har haft et indianertema, og træerne brugte man bl.a. til at lave bue og pil og flette pilekogger. Når man gør sådan her, har det betydning.

Temaet med cirkus havde en anden sammenhæng – det at være ude i naturen, sommeraftenerne, det var fantastisk. Når vi så har en helt anden type af aktiviteter som fx natløb, skattejagt eller lagkageløb, så tager det udgangspunkt i at bruge naturen i tilrettelæggelsen, så vi hele tiden er sammen i naturen.

4.13 TRE OVERNATNINGER - IKKE FEM

Når antallet af overnatninger er besluttet af være 3, er det ikke en tilfældighed. Der ligger nøje overvejelser bag.

Mange af familierne har svært ved at være sammen med mange mennesker, og den uro og støj som følger med. Så 3 dage er rigeligt i forhold til, hvor meget familierne kan magte. Jeg vil hellere have at familierne siger: ”Skal vi allerede hjem”, fremfor: ”Hvornår kommer bussen og henter os?”.

Det har ligeledes været vigtigt for familierne, at de har deres eget værelse med bad og toilet, således at muligheden for at kunne trække sig tilbage har været til stede.

Strukturen og genkendeligheden er vigtig på lejrene. Der er daglige ritualer og rutiner omkring måltider. Morgensamling m.m. er fast tilrettelagte og dagens program skrives hver morgen på whiteboard og gennemgås, så alle kender det.

Når måltiderne skal indtages sidder man sammen med sin familie. Som i de fleste familier, er det ikke altid muligt altid at spise sammen i hverdagen, og derfor vægtes det højt på de dage, hvor lejren foregår.

4.14 FOLK, DER DÅRLIGT NOK KAN GÅ IND AF DØREN PÅ ATT, LØBER RUNDT OG LEGER PÅ LEJRENE

Det er en god start på dagen efter morgenmaden, at der er lege på gårdspladsen.

Legene gør, at vi starter med at grine sammen. Det er fællesskabsleg, og forældrene er meget med og løber rundt og leger banke-banke-bøf sammen med alle andre. Og det er folk, der dårligt nok kan gå ind af døren her i ATT. Det er også i sådanne situationer, vi tydeligt ser, hvor særligt det her er.

Et succes-kriterium er, at specielt mændene trækker mig til side, og spørger: ”Kan vi ikke godt komme med næste år?” De siger samstemmende, at det er stedet og i de rammer, det er godt for børnene, godt at være sammen.

4.15 THOR OG JEG UDVISER TRYGHED

Nogle af de frivillige fortalte allerede efter den første lejr, at Thor og jeg var med til at udvise en ro og en tryghed, som var meget vigtig.

Den ro, og at vi har styr på det, har stor betydning for familierne. Vi er de genkendelige og gennemgående personer, som de møder.

Jeg kender deres historie, og ved, hvad der er sket. Jeg kender deres baggrund og deres familie. Nogle gange kommer en far over til mig, og har brug for at snakke. Andre gange er jeg opsøgende, særligt hvis jeg ser et eller andet, der sker.

Det kan også være traumbearbejdning i situationen, hvor der pludselige er sket noget, som har vækket minder fra fortiden. For eksempel situationen med en traktor, der kommer nærmere ude på marken ved Trente Mølle, der for en far lød som et militærkøretøj.

4.16 FRIVILLIGE KAN VÆKKE TROEN PÅ, AT LIVET OGSÅ HAR NOGET GODT AT BYDE PÅ

De frivillige spiller en meget vigtig rolle. Deres tilstedeværelse er vigtig i sig selv, hvis man er i stand til at rumme, er til stede, vise empati, være sig selv. At de frivillige møder familierne og kan rumme de historier, de måske hører.

De frivillige har alle noget, de kan bidrage med til den hyggelige stemning, som også gør det til en normal og hyggelig situation. Lige nøjagtig dér, kan familierne blive mindet om, at livet også kan have noget godt at byde på, eksempelvis hyggen ved bålet. Det handler om at være til stede, og vide at det her er vigtigt, og at man kan bidrage med noget.

Vi kan have en mor med 6 børn, og hvis man giver hende en kop te, sådan en aften, man sidder ved et bål... tager sig lidt af børnene og aflaster hende... man går ind og laver noget saftevand, og tager den med ud. Eller mændene sidder ude ved bålet, og man går ind og laver lidt kaffe til dem.

At vise lidt omsorg. Det tror jeg, vi alle sammen har brug for.

4.17 DET HER OMRÅDE SKAL IKKE GØRES KOMPLICERET FOR DE FRIVILLIGE

Det er også vigtigt, at vi ikke komplicerer det at være frivillig i forhold til PTSD-ramte familier. Nogle kan være lidt skræmte og nervøse over, hvad de kan komme til at hører om familierne. ”Hvordan skal jeg kunne rumme, hvis folk siger, de har været ude for alt muligt? Hvad hvis der er børn, der har været ude for noget?” Så guider vi dem til, hvad man kan gøre i sådanne situationer.

Vi har mange snakke med de frivillige inden lejrene, og forbereder dem på, hvad man kan gøre i forskellige situationer.

Det er vigtigt at huske på, at det er mennesker som dig og mig. Vi debriefer desuden hver aften på lejrene, og også efter lejren. Når det så er sagt, er der ikke så mange familier, som bare sådan lige fortæller om de her svære ting. Familierne er lige så blufærdige og private som alle andre mennesker.

Set i det lys, kan det være familier, der sidder og er på vagt overfor de frivillige, og her er det vigtigt, at man som frivillig kan sætte sig hen og bare snakke med folk. Spontanitet og mod på at tage kontakt og sige noget om, fx hvor dejlige børn forældrene har.

Det har overrasket mig meget, at det kan være en udfordring, også selvom vi har talt med de frivillige om det mange gange. Det er jo med til at gøre det svært for familierne hvis de frivillige holder sig for sig selv. Man kan jo godt hjælpe, selvom det også er svært for én selv. Vi skal sørge for, at de frivillige kan magte at sætte sig ned og spørge: ”Hvordan har du det?”

I starten havde Thor og jeg en forestilling om, at overlade lejrene til de frivillige efter første lejr. Det var alt for tidligt. Det har været nødvendigt, at vi var med på samtlige 4 lejre. Det var vigtigt for os, at den tilgang, vi havde til aktiviteterne, lejrede sig i de frivillige. Det kunne være forholdene omkring ro, inddragelse af natur, blive på stedet, etc. – at de også indlejrede sig i de frivilliges tilgange og metoder. Vi ønskede, at de oplevede, og så det i praksis. Endelig var der en del udskiftning af de frivillige i de første par år, som gjorde, at disse erfaringer ikke blev forankret, og derfor mente vi, at vi først kunne slippe de frivillige for alvor i 2014 i forhold til lejrene. Lejrene er trods alt mere intensive og krævende, og ansvaret større. På 1-dagsaktiviteterne overtog de frivillige allerede ansvaret i 2013, og Thor eller jeg var kun med lejlighedsvis. Vi må heller ikke glemme, at vi på lejrene har med familier at gøre, hvor nogle af familiemedlemmer stadig er i behandling for deres PTSD, og vi fra ATT må ledsage tættere, end ved mere almindelige familielejre i Red Barnet.

Som frivillig kan man også komme i et dilemma. På lejrene ville drengene fx godt ligge i telt. Der kan frivillige måske godt synes, at det skal pigerne da også have mulighed for. Hvis en pige siger: ”Når storebror må, så vil jeg også.” Men det kan ikke lade sig gøre, fordi de er piger. Så skal man kunne agere i situationen og kunne acceptere forskellene.

4.18 FAMILIERNES BETYDNING FOR HINANDEN

Antallet af familierne skal være overskueligt. For mange familier kan bringe uro, og det har vist sig at være passende med 6 familier, og dermed ca. 12 voksne. Det er vigtigt, at de voksne lærer hinanden at kende. De 6 familier har ikke samme sprogstamme, og taler dansk sammen, så der er også integration i det.

Vi har haft som mål, at føre familierne videre ude i familiekлубberne, og mødes mere privat. Men det er ikke rigtig sket. Den ambition er nok for højt sat. Jeg tror, det skal ses sådan at på lejrene, er det, der er vigtigt, at man er sammen med andre familier. At mændene sidder sammen ude ved bålet, at kvinderne taler

sammen. Nogle spørger til hinanden, om de kommer med på lejrene, og det er det, der er vigtigt som en tilbagevendende begivenhed - at man mødes igen på lejrene.

4.19 BRUGE NATUREN SOM STRATEGI TIL AT SØGE RO

Der er også flere, der har fortalt mig: ”På de fire dage parkerer jeg alle mine ting. Så tænker jeg ikke på mine bekymringer, og holder resten af året kørende.” For ellers er det en problemfyldt hverdag med PTSD, og måske uden overskud.

På den måde har lejrene en betydning, udover de fire dage. Man har de gode oplevelser fra lejrene med tilbage til hverdagen. Det, der er vigtigst er, at styrke relationerne i familien. Det er dér, vi kan gøre en forskel, som man tager med hjem til hverdagen. At en far og søn pludselig tager ud at fiske sammen, som de gjorde på lejren.

Den relation de fik på lejren – også at sønnen ser sin far gøre ting, det har han måske ikke set i mange år - det styrker, det gør noget godt for dem og familien. Her er det, at de måske har oplevet at bruge roen i naturen, luften, duftene som en strategi, når det hele kører op. Så har man sine steder i naturen.

Det, at man har oplevet at gå og bage småkager sammen med sine børn. Så kan man bruge det igen, når man er i sin hverdag. At man tager muligheden med sig til at søge roen. Det kan godt være at man får det skidt, når man kommer hjem igen. Men man har trods alt erindringen med sig, og det kan være, man finder den frem igen.

4.20 FREMTIDEN - ET TVÆRFAGLIGT TEAM AF BEHANDLERE

ATT's nuværende behandlingstilbud tager sit udgangspunkt i at patienterne kommer til behandling på ATT centret.

Som supplement til ovennævnte kunne jeg godt tænke mig at bringe behandlingen ud i naturen, således at et team bestående af psykolog, fysioterapeut, familieterapeut, naturvejleder samt psykiatrisk bistand (medicinering) kunne gøre brug af naturens muligheder eksempelvis i forbindelse med traumeeksponering.

Det at gå en tur ude i skoven med alle de ting, man får forærende. Mærke varmen, kulden, vindens susen i træerne, farverne - at man får det tænkt ind som redskaber, man også kan bruge i behandlingen og derved styrke og bearbejde patientens fysiske og psykiske tilstand.

Overvejelserne går på at kunne tage 1-2 familier med på Trente Mølle og over et antal dage arbejde intensivt med traumbearbejdning, traumeeksponering, indsigt i kroppens reaktioner og de familiemæssige udfordringer.

Ovennævnte tanker er stadigvæk i sin begyndelse, men jeg håber på, at det vil kunne være realiserbart på et senere tidspunkt.

4.21 FREMTIDENS LEJRE

Fremtidige lejre vil være et særskilt tilbud under Red Barnet og med frivillige til, lige netop denne lejraktivitet. Lejrene ligger økonomisk under Red Barnet lokalforening Odense og Red Barnets sekretariat vil undersøge den fremtidige fundraising til aktiviteterne. De frivillige vil bestå af personer med kendskab og deltagelse i de forudgående lejre. Det vil i et vist omfang være deltagelse af personale fra ATT.

Oplevelsesklubben for traumatiserede flygtningefamilier er nu ligeledes fuldt ud integreret under Red Barnet lokalforening Odense og dermed forankret. Der arrangeres udflugter og højtidsfester og med et fast korps af frivillige.

Der er søgt midler og bevilling til at kunne udbrede oplevelsesklubber for traumatiserede flygtningefamilier i den øvrige del af Region Syddanmark (i perioden 2015-2018)¹⁴.



Foto: Thor Hjarsen

14. Pr. 1.12.14 er der endnu ikke opnået finansiering af en udbredelse af pilotprojektet.



Foto: Thor Hjarsen

5. DU GRINER LIGESOM FRA HELE KROPPEN OG MIN KONE SMILER

- interview med forældre

I dette kapitel giver vi ordet til familierne selv. Hvad synes de om lejrene, og hvad kan de lide at lave? Er der noget af det, der sker, som har særlig betydning for dem? Har de gode råd til os, som vi kan tage med på fremtidige lejre?

Kapitlet er skrevet på baggrund af interviews med to familier: fædre, mødre og deres børn. Interviewene foregik på dansk. Et interview med en mor foregik dog på arabisk og lidt dansk, hvor far og søn hjalp til med at oversætte. I dette tilfælde talte vi udelukkende om, hvilken betydning lejren havde for moderen, hvad hun kunne lide at lave, og hvilke råd hun kunne give til fremtidige lejre.

Det ene interview med en mor blev desværre aflyst, da kvinden var blevet syg. Faren fortalte i stedet lidt på moderens vegne. Interviewet med den anden moder, varede kun i ca. 15 minutter, da hun ikke havde det så godt. Hver af de øvrige interviews var af en times varighed. To interviews foregik på ATT i Odense, og tre foregik i familiens hjem på Fyn.

Under interviewene kiggede vi nogle gange på fotos fra de tidligere lejre, med det formål at have nogle konkrete oplevelser at tale ud fra, og samtidig skelne mellem lejrene. Det havde tilsyneladende også den effekt, at minder om stemninger og følelser dukkede op igen.

Da kvindernes perspektiv derfor ikke er beskrevet på samme måde som mændenes og de unges, har vi valgt at tage uddrag fra kvinden, Sadies, fortælling fra filmen "I krig med sig selv" af Jørgen Flindt Pedersen. Det findes i sidste del af kapitlet.

5.1 PRÆSENTATION AF DE INTERVIEWEDE

De interviewede familier er:

Hassan: gift med Aida, sammen har de 6 børn. De og deres børn har deltaget på alle fire sommerlejre.

Aida: gift med Hassan, sammen har de 6 børn. De og deres børn har deltaget på alle fire sommerlejre.

Nasira: mor Aida, far Hassan, pige 16 år, 9. klasse. Har fem søskende og bor med sin mor og far.

Ahmed: gift med Adnan, har én søn, Mahmoud.

Adnan: gift med Ahmed, mor til Mahmoud.

Mahmoud: far Ahmed, mor Adnan, dreng 15 år, 8. klasse. Ingen søskende, bor med sin mor og far.

5.2 FAMILIERNE PRIORITERER SOMMERLEJRE HØJT

Hassan fortæller om stemningen, når de får at vide, de skal af sted på sommerlejr: "Den lejr er en god ting. For eksempel når vi får brev om lejren 1 til 2 måneder før, så siger vi det til børnene. Og selvom der er 2

måneder til, så siger vi: ”Okay, vi skal af sted”, og så går vi og glæder vi os alle sammen i de måneder. Så ser vi frem til det”.

Ahmed fortæller, at så snart de får at vide, at de skal på sommerlejr, prioriterer familien dette, og planlægger sommeren ud fra denne. Hvis der er andre ting i kalenderen, vælger han at aflyse det. Han har imidlertid ikke altid kun glædet sig til sommerlejrene.

Her fortæller Ahmed, hvordan han havde det første gang i sommeren 2011, da Knud havde ringet fra ATT, og fortalt, at familien var inviteret med på sommerlejr på Trente Mølle.

”Jeg var meget nervøs og urolig første gang, men efter at have oplevet det – hvordan vi laver mad sammen, spiser sammen, laver ting sammen, snakker og diskuterer sammen, har det sjovt sammen – så ved jeg, at det bare bliver dejligt”.

Hvis Ahmed igen bliver bekymret for at skulle af sted på lejren, fordi han ikke kender de folk, der skal med, opmuntrer hans søn ham ved at sige: ”Far, når du ikke kan være sammen med de andre, kan du sætte dig ind på værelset”.

5.3 INGEN PLIGTER, INGEN BEKYMRINGER

Hassan fortæller om sine egne og hans kone, Aidas, tanker om lejrenes betydning:

”På lejren har jeg ingen pligter. Ingen breve i postkassen. De fire dage kan jeg helt lade være med at bekymre mig, og det er også, fordi vi skal lave alle de sjove ting.

Der er stor forskel på at være hjemme i hverdagen, og når vi tager af sted på lejr. Når vi tager af sted på sommerlejren, har jeg lovet mig selv, ikke at tænke på bekymringer. Her tænker jeg, at vi skal bare hygge. Bare glemme alle de andre ting indtil jeg kommer tilbage. Vi skal hygge, vi skal spise, vi skal være sammen. Der er ikke noget andet, vi skal. Det er meget fint - og min kone smiler. Det er en stor ting for min kone. Derhjemme er der mange ting med alle børnene og hjemmet, og på lejrene har hun HELT FRI. Hun slapper af, maden er klar, ingen børn skal i børnehave eller i skole. Hun glæder sig til at grine og være glad. Det betyder utroligt meget for hende”.

Hassan uddyber: ”Da vi kom her til Danmark, var vi selvfølgelig ikke ligesom danskere med en familie med farmor og mormor og sådan. Derfor oplevede vi ikke meget hjemme, fordi vi ikke havde nogen familie her. Så var vi sammen med andre, som kommer fra samme land som os, som vi kender her. Når vi besøger hinanden, laver vi ikke sjov som på lejrene. På lejrene leger børnene sammen. Vi laver cirkus, spiller fodbold, sidder sammen ved bålet – ja, der er mange ting”.

Ahmeds søn, Mahmoud, fortæller om sin mor: ”Min mor gør meget rent hjemme, næsten hele tiden. Der er hun ligesom i sin egen verden, når hun gør rent. Hun kan godt lide at komme ud af hjemmet, et andet sted hen og opleve ting. På lejren er der andre, der sørger for tingene. Det er en lettelse, og det synes hun er dejligt, at I gør. Hun kan lide næsten alt på lejren. Det er dejligt med en hyggelig tur og være sammen med folk. Hun sad meget ved bålet og snakkede med de andre – det var det hyggeligste. Hun er meget taknemmelig for turene”.

Ahmed fortæller, at familien er meget glade for både lejre og dagsture, men lejrene er det, han synes bedst om: ”Det er fire dage - jeg hygger mig meget”.

5.4 MINE BØRN SER MIN KONE OG MIG VÆRE GLADE

Hassan: ”Det betyder selvfølgelig meget, når mine børn ser min kone og mig være glade. Hjemme holder min børn øje med mig, og hvis jeg bliver lidt træt eller ked af det, så kommer min næstmindste datter, og tager mit ansigt tæt på og siger ”far”, og smiler til mig. Mine børn betyder meget for mig, og så bliver jeg opmærksom på, at de holder øje med mig. Så beviser jeg for dem, at jeg er glad for dem. I starten lagde jeg ikke mærke til det, jeg kunne ikke rigtig, og så gik jeg bare rundt i huset eller i haven og lavede ting. Jeg kan ikke lide, hvad det gjorde ved dem”.

Ahmeds søn havde for nogle år siden problemer med at stole på andre mennesker, og tilbragte meget tid på sit værelse. Han havde ikke lyst til at gå ud: ”Min søn har, haft det meget svært. På lejrene er jeg glad for, at han er sammen med andre børn. Et år var det lidt svært blandt nogle af børnene. Nu glæder han sig meget, når vi skal af sted på lejrene”.

5.5 OM HVERDAG OG SMERTER

En far fortæller, at hans hverdag er præget af meget træthed, smerter i ryg, mave, ben og hænder: ”Nogle gange er jeg ikke i stand til at være sammen med andre mennesker. Så er jeg alene på mit værelse og bare sidder”.

De to fædre fortæller lidt om, at de får eller har fået medicin:

Ahmed: ”Jeg håber at kunne arbejde. Men jeg tænker meget, meget. Er meget træt. Jeg får to slags medicin og sovepiller”.

Den anden far har sagt nej til medicin, da han blev endnu mere træt og ikke længere kunne mærke sit humør og sine følelser, hverken de ubehagelige eller de glade følelser. I stedet træner han i fitness, som han oplever, letter ham i hverdagen.

Ahmed har kroniske smerter i ryg, ben, arme og mave. Herudover lider han meget af, at hans hænder ryster. Under interviewet fortæller han, at han ligesom ikke vil give efter for sine smerter på lejren. Han vil være med: ”Mine smerter er det samme på lejren, men forskellen er, at når jeg er dårlig dér og dér (han peger rundt på kroppen), så siger jeg til mig selv, at det er lige meget. Jeg presser mig selv på lejren. Folk som jeg sidder ved siden af siger: ”Du ser meget træt ud” og så siger jeg: ”Nej, det er lige meget!”.

5.6 VÆRE SAMMEN ALLE SAMMEN, SNAKKE OG HAVE DET SJOVT

Ahmed fremhæver flere gange under interviewet, at det gode er, at man hjælper hinanden på lejrene. Adnan fremhæver, at hun er glad for at snakke med de andre familier – de taler fx om hvordan dagen har været på lejren og om madlavningen i køkkenet. Det betyder noget for hende at være sammen med de andre familier.

Adnan siger: ”Alle har jo deres egen problemer, sådan er det bare. Andre familier har det, som vi har det”. Hun fortæller også, at det er fint, at der både er nye og gamle familier på lejrene. Særligt en familie har de knyttet sig til på sommerlejrene gennem tre år.

5.7 NATURENS BETYDNING OG MINDERNE

Hassan fortæller om sine erindringer fra naturen i sit hjemland: ”Mine minder fra naturen er kun positive ting. Min far blev født i en landsby 70 km fra hovedstaden, ligesom Trente Mølle med natur med skov og vand. Dengang vi var børn på 10 år eller 12 år, holdt vi kun weekend på fredage. Så om aftenen, når vi kørte hjem, sad vi glade i bilen”.

Adnan fortæller om sine erfaringer med naturen fra hjemland: ”Det (red: Trente Mølle) mindede om vores hjemland. Det mindede ligesom lidt om dengang, det at gå i skovene. Det bringer minder tilbage. Jeg husker ikke så godt. Men det er mere hyggeligt i naturen end byen”.

Til spørgsmål om, hvad familierne synes om at være ude i naturen på Trente Mølle, fremhæver Ahmed: ”Det er godt. Der er ikke larm. Der kommer sjældent biler ude på vejen, og det er rigtig godt. Der er kun cirka 30 personer – det er godt, du kender dem alle sammen”.

Hassan: ”Det er selvfølgelig godt at være i naturen. Når jeg bliver lidt træt, er det godt at gå i naturen, mest om morgenen. Jeg vågner tidligt, så går jeg en tur. Der er fugle, der synger. Man bliver lidt friskere”.

JEG HAR HAFT ET HELT ANDET LIV

”Min far var meget rig i mit hjemland og jeg gik på universitetet der. Inden jeg kom til Danmark, havde jeg arbejde. Min far importerede varer fra forskellige lande fx Japan og Kina og biler fra Tyskland. Vi havde et helt andet liv.

Når jeg nu kigger på bankkontoen, så tænker jeg: ”Åh nej, jeg har haft et helt andet liv.” I 1985 havde vi en bilforretning og det var noget særligt, fordi der er så mange fattige. Jeg kommer fra dette liv og så pludselig her til Danmark - til noget helt andet. Ja, en helt anden livssituation. Det, der kører i mine tanker, er, at jeg dengang havde god økonomi. Jeg gik på universitet. Nu bekymrer jeg mig om, om jeg kan sikre mine børn en bachelor.

Man bliver meget ked af det, der foregår i mit hjemland. Her er det bedre. Mine børn har bedre muligheder. Jeg drømmer om, at mine børn får en god uddannelse. Det er mit mål nu. Det er en ting, der kører rigtig godt nu. Det er opmærksomheden på mine børn. Det går rigtig godt. Min datter får 10 og 12 i alle sine prøver”.

(Hassan, afghansk far)

Da vi taler om et pilekogger, som Hassan fingernemt og elegant flettede til sine børn til alles beundring fortalte han flg.: ”Det var bare en ting, jeg lavede. Selvom jeg aldrig har lavet det i mit hjemland. Da jeg var barn, var jeg altid dygtig til mit håndarbejde. Jeg har lavet mange ting i hjemmet - jeg er bare god til praktiske ting, og det kan jeg godt lide”.

Hassan fortæller: ”Efterårslejren i 2013 var ikke lige så god og sjov som de andre.” (sommerlejre 2011 og 2012). Hassan uddyber, at det var efterår og koldere, og de frivillige snakkede ikke så meget med familierne. ”Da den var færdig, følte jeg mig ikke ligesom efter de to andre lejre. Dem var jeg utrolig glad for. Jeg har aldrig set sådan en glæde på de dage derovre. Du griner ligesom fra hele kroppen”.

Hassans familie tager selv lidt ud i naturen - gerne til stranden. ”Men det kræver meget planlægning. Det mangler vi lidt energi til. Efter 20 minutter og max en time, så bliver jeg meget træt. Mine tanker kører altid med gamle ting. Medicin gør mig meget træt. Medicin gør, at jeg ikke føler mig almindelig. Følelserne – både de gode og dårlige, forsvinder”. Ahmed fortæller: ”Vi går ture her hvor vi bor. Min kone går ture med sin veninde, her hvor vi bor”.

5.8 BETYDNINGEN AF ANDRE FAMILIER

Hassan: ”Det er godt med flere familier. For når vi er hjemme, er vi kun vores egen familie”.

Ahmed er meget glad for at familierne kommer mange forskellige steder fra i verden. Ud over at være

sprogkompetent, er han særlig glad for at snakke og diskutere med andre, og her fremhæver han det, at de taler dansk sammen: ”Mit danske blive godt”.

Faren fremhæver, at der er to familier, der har været sammen tre år i træk. Han beskriver det som et venskab mellem familierne, både mellem fædre og mødre: ”Hassan lærte mig at være klovn. Jeg havde aldrig set det før. Han og jeg sidder meget om natten og snakker sammen”. Han fremhæver også, at hans egen kone taler en del med en anden kvinde, og netop det fælles danske sprog styrkes her.

Hassan og Ahmed har således opbygget en venskab på lejrene over årene. Begge fædre spørger Knud, om de må komme med næste år, og spørger til om den anden far skal med på lejrene. Dette prioriterer Knud som et succeskriterium for lejrenes betydning for familierne og for de relationer, der vokser frem.

5.9 ROLLEMODELLER PÅ LEJREN

De to fædre har begge været med på samtlige lejre, og har tilsyneladende påtaget sig rollen, som dem der ved en masse om lejrene, og er hjælpsomme overfor andre familier, og deres børn i en lang række situationer. De udnytter deres erfaringer fra tidligere lejre til at støtte andre familier, og deltager meget aktivt i alt. Knud og Thor bemærker dette regelmæssigt, og vi kan konstatere, at det ser ud til at være værdifuldt, at der er gamle familier med, som kender til og bærer deres erfaringer og positive forventninger med ind til de nye lejre og nye familier. Sagt med andre ord spiller de en vigtig rolle i at genskabe gode og glade stemninger, og den hjælpsomhed og glæde fra de tidligere lejre. At de selv og uopfordret vælger at udfylde disse roller, ser også ud til at give god mening for familierne selv. Disse familier bliver en slag bærere af historie og erfaring.

Hassan siger ydmygt: ”Ja, jeg hjælper andre børn. Det er vigtigt at hjælpe andre familier”.

Vi har på samme måde set mødre indtage noget af den samme særlige rolle, og på den måde være bærere af det velkendte, historien og tryghed, og er en slags rollemodeller for lejrenes muligheder. Eksempelvis er de to fædre og én af mødrene nogle af de første til at melde sig på gårdspladsen til legene efter morgenmaden, og viser stor entusiasme, som har en meget smittende og inviterende effekt på de andre familier.

5.10 ALLE ELSKER BÅL – BÅLET ER DET STED ALLE VENDER TILBAGE TIL

Særligt bålet er et populært samlingssted for alle, børn og unge såvel som mødre, fædre, de frivillige, og ikke mindst naturvejlederen, Thor, og familiebehandleren, Knud.

Ahmed fortæller både om det sociale, men også om at være alene ved bålet: ”Det er rigtig godt. Som i mit hjemland. At se ind i bålet og tale sammen ved bålet. Jeg sidder alene, og kigger på ilden, og tænker. Det er dejligt”.

Hassan fortæller: ”Ved bålet kan man sidde og snakke efter aktiviteterne. Man bliver rolig, når man ser ind i bålet gløder. Det er meget behageligt, og efter 2 - 3 minutter er der en situation, hvor man bare sidder og fortæller og fortæller. Det er en god ting. At sidde og snakke”.

En tredje far fra Somalia har også beskrevet, at netop bålet på lejren var en rigtig dejlig ting, som mindede ham om hans hjemland. Han fortalte også, at han ikke havde siddet ved et bål, siden han flygtede. Han fortalte derefter også om, hvad de brugte bålet til i hjemlandet, hvordan man passede det, og hvilken mad de lavede over ilden.

Hassan fortsætter: ”Ahmed og jeg sidder meget og snakker sammen. Det er også, fordi vi har det sammen. Nu engang, når man laver en fælles ting, så kommer man lidt tættere på hinanden. Men jeg kan godt sige, at Hassan også er den, der har det ligesom mig, og bliver træt og sådan. Vi snakker selvfølgelig også om de ting, vi har været igennem. Det er, når vi sidder lidt længe ved bålet, så kommer det efter en time. Så kommer der nogle ting frem. Når man taler om nogle ting indefra, kommer man også tættere på hinanden. Det er også en fin ting, når man finder en person, som godt kan forstå. Han har også oplevet og kan godt forstå, når jeg siger nogle ting. Når han siger til mig: ”Det kan jeg godt forstå” og jeg siger: ”Det – ja, det forbinder os”.



Foto: Thor Hjarsen

5.11 FAMILIETERAPEUTENS BETYDNING FOR FAMILIERNE

At familierapeuten, Knud, har en særlig betydning for fædre på lejrene bliver også tydeligt. De adspurgte fædre vender tilbage til dette flere gange undervejs i interviewet.

Her fortæller Ahmed om Knud: ”Knud kommer og spørger, hvordan jeg har det. Det bliver jeg glad for. At han kommer og ser på mig. Han kender mig og min sygdom. Han spørger, hvordan det går med mig og min kone”.

Faren understreger, at det kun er Knud, som kan spørge ham om sådanne ting. Sønnen som netop er kommet hjem fra skole og kommer ind i stuen, supplerer: ”Min far stoler mere på Knud end på de andre”.

5.12 DE FRIVILLIGES BETYDNING FOR FAMILIERNE

Vi taler lidt videre om, hvorvidt der var andre på lejren, fx frivillige, som man lærer godt at kende på lejrene, også kunne komme og spørge til, hvordan han har det. ”Nej, nej”, afviser faren. ”De frivillige kender ikke mig, og de ved ikke, hvorfor jeg er træt”.

At det er skiftende frivillige, har ikke nogen særlig betydning for fædre. Ahmed: ”Det er helt fint for mig, at der er nye frivillige - og nye familier”.

Men der er ingen tvivl om, at de frivillige på lejrene er meget betydningsfulde for disse fædre, mødre og børn på lejrene.

Hassan: ”Det er vigtigt, at de frivillige er dem, der tager initiativ til at snakke, så kan vi bedre selv snakke. På grund af mine oplevelser kan det godt være svært for mig at snakke. De frivillige skal også kunne gå tæt på og snakke. Det er fint sådan. På den sidste efterårslejr, var det ikke så godt. Når der er folk som kommer som frivillige så skal de ligesom fange nogle ting. De skal kunne snakke og være dygtige til at kontakte folk. Så bliver det meget fint. Det er ikke bare at lave nogle ting, lave te og sådan. Det er vigtigst at de kan snakke om ting. Når man taler med en person og kommer lidt tættere på, så får man lidt håb”.

Hassan fortsætter: ”Der var en frivillig, som jeg snakkede godt med. En pige fra Polen, som jeg snakkede med om andre ting; om vores liv i vores hjemland, mit arbejde og traditioner og sådan.”

Ahmed supplerer: ”Nogle frivillige kommer og sætter sig sammen med mig og spørger, hvor kommer du fra, spørger om mit land, spørger om min familie, spørger om hvilken mad vi laver – det er ikke noget problem. Jeg spørger også andre familier: ”Hvad laver du, har du børn eller har du ikke børn og så videre. Selvfølgelig kommer der nye frivillige. Det er ikke noget problem, det er fint. Det er fint med alle de forskellige aldre. Unge, gamle...det er fint”.

5.13 AKTIVITETERNES BETYDNING PÅ LEJRENE

Det, der betyder noget særligt er når ALLE laver noget sammen alle sammen. Jo flere der er med. Hassan fremhæver flg.: ”Jeg har gået tur i skoven med Thor, hvor han viste mig fire ting, som jeg skulle finde i skoven. Jeg er lidt i skole hos Thor”.

Hassan foretrækker at være på Trente Mølle alle dage og prioriterer samværet med sin familie højt: ”Det er fint, som det er, med at være på Trente Mølle alle dagene. Det har ikke nogen betydning for mig fx at tage ud på nogle ture. Vi har fire dage, og vi skal nå at være i naturen. Aktiviteterne er jeg glad for. Der skal jo være forskel på hjem og på lejren. Det bliver man glad for. Der skal være noget for forældre og børnene, så man er mere sammen. Det er godt, når det ikke er ens ting. Fx cirkus, så fisker vi, så kommer Thor og fortæller om noget. Jeg tror, det er fint sådan. Vi oplever forskellige ting. Hvis man bare laver det samme, så bliver man træt efter en time”.

Hassan: ”Det, der har betydet mest for mig, var da vi havde cirkus og havde et eventyrspil i skoven (red.: Sommerlejren 2012)”. Hassan uddyber: ”Cirkus var det bedste lejrtema – det kender jeg lidt bedre. Jeg har problemer med at koncentrere mig. Men da jeg var i cirkus’et havde jeg det sådan, at jeg næsten glemte alting og var 100 % i den rolle, som jeg var i”. (faren spillede klovn sammen med den anden far, til stor underholdning for alle).

”Da vi gik tur i skoven og kom tilbage efter en lang tur, så var det meget behageligt at kunne sidde ved bålet. Man får ro på ved bålet. Så de ting, vi laver, afhænger af hinanden”.

Ahmed: ”Min kone sidder meget ved bålet. Hun går ikke i skoven. Men hun kan lide at lave mad og er meget i køkkenet”.

Ahmeds kone, Adnan, opholder sig meget i køkkenet under madlavningen. Der holder hun skarpt øje med, hvordan Hasse (red.: frivillig), som har været på flere lejre, laver maden. Hasse har inviteret Adnan til at være med i køkkenet, og hun deltager nu i en stor del af madlavningen og tager initiativ til at bage sine egne småkager. Under interviewet benævner Adnan de kager, som hun bager med opskrift fra sit hjemland med det danske ord ”småkager”.

Af meget særlige grunde husker Ahmed ”plankelaksen”, som han nu fast hjælper naturvejlederen Thor med at tilberede på hver sommerlejr. Første gang Thor tilberedte plankelaks, førte det utilsigtet Ahmed tilbage til en alvorlig situation i sit hjemland under krigen. Knud, familiebehandleren, som har talt med Ahmed igennem lang tid, havde holdt øje med situationen og talte med Ahmed undervejs. I dag hjælper Ahmed til med at slå laksen fast til planken og sætte den hen over bålet.

Til spørgsmålet om, hvad Adnan særligt husker fra lejrene, nævner hun, hvordan kvinderne på den første lejr dansede ude ved bålet: ”Det var rart med dans med andre kvinder ved bålet”. Hun husker også Thors undervisning i bålhuset i skovens dyr. Nogle gange bliver Adnan træt, og så hviler hun på værelset. Ahmed henter hende igen efter noget tid.

Ahmed viser sine egne billeder under interviewet og fortæller ud fra disse, hvad han laver på lejrene. Han viser billeder af madlavning i køkkenet og af folk, der sidder ved bålet. Et andet billede viser folk, der presser æbler til most på lejren i 2011.

Under interviewet vender han flere gange tilbage til det at snakke og diskutere med folk, og ligesom fædre, mødre og unge fremhæver han betydningen af at lave sjov sammen. På en og samme tid fortæller han - har han brug for tid til at slappe af på værelset, og efterlyser flere aktiviteter: ”Jeg vil gerne lave flere ting, så vi ikke er i værelserne og sover”.

5.14 DET ER VIGTIGT AT SIGE ”KOM”

Her giver Hassan sit bud på, hvad det er vigtigt, at de frivillige gør:

”Hvis man som forældre er lidt træt, skal det ikke være sådan, at man SKAL komme og være med. Der skal være frihed til at vælge. Men det er meget vigtigt, når én siger: ”Kom”, når man måske sidder og er træt”.

Når der er en, der siger: ”Kom”, og man kommer med, så finder man alligevel ud af, at man bliver friskere og gladere, når man er med. Når forældre sidder lidt længe ved bålet og bliver trætte, men så alligevel laver en aktivitet med sine børn, så bliver man frisk. Og når man så kommer tilbage til bålet, så bliver det hyggeligt.

Vi drikker kaffe og te. Og så snakker vi om det, vi har lavet sammen. Jeg har set mange forældre, der bliver friskere ved det. I skal invitere mere med. Bare prøv og sige: ”KOM”.

5.15 LUKKE DØREN OG VÆRE SIN EGEN FAMILIE

Vi talte også om stedet, dagens struktur og måltiderne.

Hassan syntes godt om familierummet: ”Det at lukke døren og være sin egen familie. Når man har været sammen med andre, er det selvfølgelig godt at lukke døren. Lokalerne er fine, men vi er mest udenfor”.

Ahmed fortæller om måltiderne: ”Det er fint, at jeg spiser sammen med min kone, og min søn sidder sammen med sine venner. Det er fire dage. Den sidste aften er der fest, og vi sidder alle sammen og spiser ved et langt bord. Alle sammen hjælper hinanden”.

Hassan er enig: ”Det er godt at sidde med min familie. For min søn og datter er det mere frivilligt. Min søn sidder med nogle andre drenge, og min datter sidder også med andre, som hun vil”.

De frivillige og fagpersonerne blander sig også oftest med familierne ved bordene, når der spises. Men hver gang spørges der, om det er ok at man sætter sig sammen.

5.16 STEMNINGEN FØLGER MED HJEM

Hassan: ”Lejren er ikke kun tre dage. I en-to måneder efter taler vi om de sjove ting, vi har lavet. For eksempel hvis vi sidder og taler, så kommer vi i tanke om de sjove ting, vi har oplevet, og så taler vi om det. Det betyder meget. Ligesom når man fortæller en sjov ting, så kommer vi i godt humør og får energi”.

Ahmed fortæller om at komme hjem igen: ”På lejren er det lidt bedre end herhjemme, fordi der er mere sjov. Det fortsætter et stykke tid herhjemme”.

Hassan supplerer: ”Når man har en ting i hånden, ved man ikke altid, hvor vigtig den er. Når vi kommer hjem, er det også rart, fordi man så har været væk og lavet andre ting. Så det er også rart at komme hjem. Så er man friskere og har mere energi”.

Generelt er der stor tilfredshed hos de adspurgte familier, og alle ønskede at der kommer to lejre om året. De er også meget glade for en-dagsturene.

Hassan: ”Der må godt være endnu flere lejre og dagsture. Vi er en stor familie. Min kone er på førtidspension, og jeg har ikke noget job, så vi har ikke råd til at tage på ferie. Derfor betyder det meget med lejre og dagsturene. Så bliver det hele anderledes”.

Ahmed kunne godt tænke sig, at stedet var nyt hver gang: ”Jeg ville gerne skifte til andre steder. At se og opleve nye steder – det er godt”.

Ahmed fortsætter: ”Der kan godt være flere aktiviteter, hvor børn skulle hjælpe de voksne.” Sønnen, Mahmoud, efterlyste at tage til stranden for at bade og svømme.

En sommerlejr fik alle familier en ”Mindekasse” med fotos og andre ting fra lejren med hjem. Alle fortalte om, at de især kigger på fotos og har stor glæde af dem.

Ønsket om at skabe netværk for familierne indbyrdes, hvor de besøger og får glæde af hinanden ud over lejrene, har endnu ikke båret frugt. Det ser ud til at være noget uoverkommeligt at tage initiativ til at mødes privat eller tage ture ud sammen med andre. Hassan fortæller: ”Vi har talt om det, men har ikke fået gjort det. Det er lidt svært”.



Foto: Thor Hjarsen

5.17 EN MOR FORTÆLLER

I dokumentarfilmen "I krig med sig selv" af Jørgen Flindt Pedersen fortæller den 45årige Sadie Kajtajaj, hvordan hun bruger en gåtur ved havet til at bearbejde sine traumatiske erfaringer på en inddirekte måde: "Når jeg er ved stranden, bearbejder jeg mine voldsomme og triste oplevelser fra krigen. Ikke direkte men indirekte. På det smukke og meget stille og rolige sted, tænker jeg på meget triste og voldsomme oplevelser. På den anden side, føler jeg mig meget sikker. Så det er en kamp mellem to verdener, to forskellige verdener inde i mig selv. Stranden er min bedste ven!" (Sadie står op af et træ, og ser ud på stranden ud over havet). Sadie fortæller også om betydningen af en gåtur ved stranden med sin psykolog: "Det var den dag, jeg gik nede ved stranden med min psykolog. Den dag følte jeg mig tryk. Jeg begyndte at fortælle om min fortid og mine triste oplevelser. Den dag begyndte jeg at skelne nutiden fra fortiden". "Jeg har nogen gange svært ved at forstå om fuglene synger eller græder".

Sadie fortæller om sit forhold til sine børn:

"Jeg vil gerne vise mine børn, at jeg gør alt, hvad jeg kan for, at de ikke skal føle, at de har en mor, som ikke kan noget. Hvis jeg når i mål med min uddannelse, og hvis jeg kan skabe min personlighed igen, så mener jeg, jeg har vundet over de personer, som har ødelagt mit liv. Hvis jeg ikke kan skabe min identitet igen, betyder det, at de har vundet".

Sadie fortæller om betydningen af den uddannelse, som er så vigtig for hende til at bevise over for sig selv og sine sønner, at hun har genfundet sin identitet: "Jeg vil gerne vinde min kamp. Det betyder rigtig meget for mig. Jeg kan ikke acceptere, hvis jeg ikke kan få det bevis, og hvis jeg ikke kan skabe min personlighed og ikke kan få et job, fordi jeg vil gerne føle mig som en del af det danske folk. Så det er meget vigtig for mig, selvom det ikke er nemt".



Foto: Thor Hjarsen



Foto: Thor Hjarsen

6. ENS FORÆLDRE KAN JO GODT LIDE NÅR MAN ER GLAD

- interview med to unge

Dette afsnit er baseret på interview med en dreng og en pige fra to familier fra hhv. Afghanistan og Irak. Interviewene er foretaget hjemme hos de unge. Interviewet med pigen forgik på hendes værelse, mens det med drengen foregik i stuen, hvor faren også var med.

Det er værd at nævne, at de to unge kunne lide at blive spurgt og fortælle om deres liv og oplevelser på lejrene. Mahmoud afrundede vores interview med: ”Jeg kan godt lide at snakke om det her”.

Nasira er Hassans og Aidas datter

Nasira er 16 år, og har 5 søskende. Familien har boet i Danmark siden 2001.

Mahmoud er Ahmed og Adnans søn

Mahmoud er 15 år, og har ingen søskende. Familien har boet i Danmark siden 2006.

6.1 NU SKAL VI BARE NYDE DET HER

Nasira fortæller her, hvad hun kan lide ved at være på sommerlejr, ved at beskrive den bedste lejr hidtil: ”Jeg husker specielt én af de første lejre, hvor der var en arabisk familie med mange døtre, og vi var længe oppe om aftenen. Der var meget fællesskab, der var sådan en optimistisk stemning, alle var rigtig glade. Nu skal vi bare nyde det her. Pigerne var meget åbne, havde mange positive ting...”

Mahmoud fortæller om sin bedste lejr:

”Den bedste lejr var dengang, jeg var ret meget udenfor og fiskede med min far. Der var andre, som bare fangede en masse fisk, så jeg var ret misundelig. Jeg fangede næsten ingenting, selvom jeg stod der i lang tid. På den lejr snakkede jeg mere med de andre børn, der var der. Der var jeg meget mere sammen med de andre børn. De spurgte også, om jeg ville være med til fodbold og rundbold og sådan noget. Der hang jeg ud sammen med to-tre andre drenge”.

Begge unge peger på, at sommerlejrene betyder meget for dem og deres familie.

Mahmoud: ”Jeg er meget sammen med min familie. Det betyder meget for mig. Det er meget hyggeligt. Det er dejligt at være væk fra det her, skole, arbejde og alt det. Det at komme væk fra rutinen og lave noget andet. Og forældrene gør noget for deres børns skyld”.

6.2 DE SER MEGET LYKKELIGE UD

Nasira og Mahmoud har begge bemærket, hvordan deres forældre er mere glade og afslappede på lejrene:

Mahmoud fortæller: ”På lejren er mine forældre MEGET, MEGET mere rolige end de måske er herhjemme.

Virker mere rolige og afslappede. Det er det med at komme væk fra hverdagen, arbejdet, ikke bekymre sig om sit job eller hjemmet. At komme lidt væk”.

Nasira fortæller: ”Min mor og far er meget afslappede. Der er ikke så meget med at tænke over aftensmaden, indkøb, gøre rent og andre pligter. De skubber alle de der hverdagstanker væk og bare nyder øjeblikket. Der er ikke så meget at tænke på. De ser meget lykkelige ud. De smiler og snakker med andre og snakker også med hinanden. De nyder øjeblikket. Man kan mærke, når folk er anspændte, og når de slapper af. De der skuldre, der bare falder ned og bliver afslappede”.

6.3 FRIE - ANDRE TAGER OVER

At børn og unge også har brug for ferie, hvor andre tager sig af alt fra madlavning til spændende og sjove aktiviteter, er tydeligt i den følgende fortælling af Nasira: ”Min mor har meget ondt i ryggen, og er måske ikke så frisk hele tiden, så derhjemme tænker jeg: ”Måske skulle jeg lige ned og hjælpe med et eller andet.” Hvis min mor er ude at handle med min far, så tænker jeg, at jeg lige kan give hende en lille overraskelse og rydde op så hun ikke skal gøre det, når hun kommer hjem. På den måde gør jeg hverdagen lidt bedre for hende måske. Det gør, at hun er mere tryk. Hun bliver sådan rigtig glad. Det er rart, når hun siger, at hun kan mærke, at jeg er blevet ældre, og så kan man mærke, at der ligesom er brug for én”.

”Min far orker nogle gange ikke rigtig noget - heller ikke rigtig at snakke, og så skal man lige holde igen. Hvis man kan se, at han ikke er i så godt humør, så kan jeg godt tænke: ”Okay, kan man få hans humør op. Nogle gange bager jeg en kage, som han kan spise til sin kaffe. Gør små ting, som hjælper”.

”Nu hvor jeg er blevet lidt ældre, kender jeg til deres baggrund og historie om, hvorfor de flygtede. Det gør, at jeg ved, de har haft det hårdt, så jeg ved, hvordan de har det. Jeg har respekt, og når de træffer en beslutning, så forstår jeg dem også mere. Hvis min mor siger, at jeg skal hente en ting, så tænker jeg: ”Okay det gør jeg lige”, set i forhold til, da man var yngre. Der kendte man ikke baggrunden og historien, og så siger man: ”Ej hvorfor skal jeg gøre det?” Så forstår jeg dem også mere. Jeg føler, de har ofret meget for at komme til Danmark for at gøre vores fremtid bedre. Så føler jeg også selv: okay, måske skulle man også selv være lidt mere optimistisk. Nogle gange”.

6.4 ENS FORÆLDRE KAN JO GODT LIDE NÅR MAN ER GLAD

De unge er samtidig meget bevidste om, at deres forældre er meget opmærksomme på, at lejrene også gør deres børn glade.

Nasira fortæller: ”Det betyder meget for mine forældre, at vi får den her oplevelse med lejrene. Ens forældre kan jo godt lide, når man er glad. Om sommeren tager vi også et sted hen og hygger og slapper af. Det betyder meget for mine forældre, at vi har kvalitetstid sammen”.

”Det med at det betyder meget for mine forældre at vi er glade. Jeg kan se på min far engang imellem ift. min bror, at nu skal de to holde sammen, og så forkæler de ham lidt. Så bliver jeg ikke jaloux...mere glad for at alle har det godt. Det giver en tryk følelse af at alt er, som det skal være”.

Nasira tænker en hel del over tingene, og hun udbryder undervejs i interviewet:

”Lejren hjælper meget til at forene os, hvis man kan sige det sådan. I hverdagen sidder vi meget på hvert vores værelse, og laver hvert vores. Jeg kunne sagtens bruge en lejr mere om året. Det ville jeg synes var dejligt”.

6.5 KAN GODT LIDE AT VÆRE VED ET TRÆ

Vi er interesseret i at vide mere om, hvad de unge tænker om at være i naturen. Hvordan har de det selv med

at være i naturen? Bruger de selv naturen til noget? Bruger deres familier naturen til noget?

Mahmoud synes, det er lidt indlysende. Han bruger også naturen på egen hånd, hvor han bor: ”Selvfølgelig kan jeg godt lide at være ude i naturen, Nogle gange skal jeg bare væk fra det hele med musik i ørerne udenfor. Bare lukke det hele ude og slappe af. Jeg kan godt lide at være ved et træ, bare sidde der”.

”Jeg lå meget i en hængekøje på lejren, men det var lidt svært, fordi det var der mange, der ville. Eller jeg gik en lille tur, kastede sten i søen eller gik en lidt længere tur med musik i ørerne. Mest alene. Det er ikke sådan, at jeg bare ville væk fra alle. Det er bare det der med at gå en lille tur for mig selv”.

Nasira gør sig følgende tanker: ”Jeg tror, at mange af forældrene tilbringer meget tid indenfor. Man kan se på mange af de forældre, at de har en fortid, og de kan virke meget indelukkede. De lever inde i byen og kommer nok ikke så meget ud i naturen. Så det er fedt, de kommer ud i naturen”.

”For mig er det også ret dejligt. Man er meget afhængig af alle de teknologiske ting, men på lejren lægger man de ting til side. Nyder naturen og fællesskabet. Jeg kan godt lide det fredelige i naturen. Min lillebror bruger meget tid på spil. Så er det dejligt, at vi i stedet kan snakke om de nye mennesker, vi har lært at kende”.

Mahmoud og Nasira kan lide det meste af det, der foregår på lejren. Faktisk er det svært at finde noget, de ikke synes om, eller kunne tænke sig var anderledes eller erstatte med noget andet.

Mahmoud: ”Alt er hyggeligt. Jeg kan faktisk ikke komme i tanke om noget, der hverken var træls, kedeligt eller elendigt”.

6.6 NU SKAL JEG VISE HVORDAN MAN DANSER PÅ ARABISK

De fremhæver begge, at det er rart, at der er forskel på hverdagen og lejren.

Nasira: ”På lejren er der en plan, hvor vi skal en masse sjove ting i tre dage sammenhængende”.

For Nasira var venskabet og de mere intime snakke med veninder noget ganske særligt, og da hun skulle fortælle om det, illustrerede hun det med et hjerte.

Det at være sammen ALLE SAMMEN er også en ting, hun vender tilbage til flere gange under interviewet. Her er et lille citat fra en begivenhed en sen aften: ”Den sidste dag efter den sidste middag. Vi hygger langt ud på aftenen og alle levede sig virkelig ind i det. Det, der gjorde det så specielt, var, at alle var med, også vore forældre. Allesammen sammen omkring bålet. Ja, det var dejligt, jo flere jo bedre”.

Hun fortsætter: ”Der mødte jeg en lidt ældre pige, der skulle forloves. Hun var meget sød og forstående. Hun havde en mening til alt. Nogle sagde, at klokken var to, og så sagde hun: ”Det er da lige meget”, og så sagde hun: ”Nu skal jeg vise, hvordan man danser på arabisk”. Hun startede musikken og hev de andre med, og så dansede vi omkring bålet. Der var gang i hende”.

”Det er rart at kende nogen andre mennesker, end dem man kender fra skolen. Jeg mødte en pige, Arla. Vi taler stadig sammen på facebook. Man kender hinanden bedre på de lejre der. Til julearrangementet mødte jeg to piger, som jeg havde mødt på en endagstur, og de sagde: ”Vi har ventet på dig”. Så føler jeg mig elsket”.

Jævnaldrende venner og familier betyder selvfølgelig også meget for Mahmoud, men han har været igennem en svær tid, hvor han var meget alene. ”På en lejr snakkede jeg ikke særlig meget med nogen af de andre børn.

Jeg var for genert til bare at gå hen og præsentere mig selv. Jeg var ikke så meget sammen med de andre”. Mahmoud fik støtte fra en voksen kontaktperson, som vandt hans tillid, og i dag har han det meget bedre: ”I starten havde vi ikke tilladelse til at være i Danmark, og jeg var meget sådan ked af det og ikke sådan en social person. Jeg havde svært ved at tro på mennesker. Så kom Rikke og hjalp mig til at komme mere ud. Det har ændret mig. Jeg ville nok ikke have været den person, som jeg er i dag, hvis jeg ikke havde haft en kontaktperson”.

Mahmoud: ”Før var jeg meget genert. Det ændrede sig, da jeg var 12 -13 år. Der begyndte jeg at blive glad for at gå ud. Før havde jeg ikke været så glad for at gå ud, besøge familien og sådan. Der var jeg sådan meget indelukket, sad inde på mit værelse. Fra at være rigtig, rigtig generet – jeg er stadig genert – men ikke så meget som før, der turde jeg aldrig møde nye folk. Så noget med at stole på folk, var jeg ikke så god til”. Faren Ahmed fortæller: ”Han var meget, meget dårlig. Nu har han det meget godt. Han overnatter med venner og han har venner med her hjem”.

6.7 DERES ØJNE ER FANGET AF DET HER FÆLLESSKAB

Nasira bruger ordet fællesskab om lejrene, og her uddyber hun, hvordan hun ser det: ”Alle bidrager til det sociale, alle tager tingene seriøst, alle vil gerne være med og vil gerne have noget ud af det, folk bidrager med mange positive ting, det var ret dejligt, man kunne se at alle hyggede sig. Det var noget, der betød noget for dem”.

”Deres øjne er fanget af det her fællesskab, hvis man kan sige det på den måde. De var ikke meget væk, og folks øjne var ikke ukoncentrerede, som de er, når ens tanker er et andet sted”.

6.8 DET STYRKER DERES DANSKE SPROG

At snakke med andre lader til at være lige så vigtigt for de unge, som for deres forældre: Nasira: ”Jeg spiser sammen med dem, jeg snakker med dem, hygger og laver fælles aktiviteter med dem. Ved bålet snakker vi og lærer hinanden bedre at kende. Jeg snakker ikke så meget med de andre mødre og fædre. Mere med dem man sidder ved siden af”.

”Min mor og far får venner. Min mor sidder altid og snakker med de andre damer. De taler om, hvor de kommer fra, bager kager sammen og de udveksler opskrifter. Det styrker deres danske for nu skal de hoppe ud i det og kommunikere med hinanden så godt som muligt. Det er vigtigt, at de husker deres danske sprog, fordi vi bor i Danmark”.

6.9 MAN STARTER GLAD OM MORGENEN

Nasira fortæller: ”Hmm hvad jeg bedst kan lide... typisk om morgenen så er man frisk og siger god morgen til hinanden, og så er der legene ude på pladsen, det er en dejlig start på en frisk dag, man starter glad om morgenen. SÅ har man den der følelse af, at det skal nok blive en god dag. Og efter aftensmaden, så hygger vi ved bålet”.

Mahmoud holder også af at være ved bålet, hvor han ikke kun snakker: ”Jeg kunne også godt lide at sidde ved bålet og lytte til det, de andre snakker om. Snakke med andre eller høre musik. Jeg kan lige alt fra pop til rock”.

De to unge synes om, at der er forskellige temaer på lejrene. Nasira fremhæver indianertemaet på den første lejr, da hun godt kunne lide at lave ting til sig selv, såsom telefonholdere og anden udsmykning, og man inspirerede hinanden. Mahmoud synes, at det hele har været ok, men at det ikke skal være pinligt eller barnligt.



Foto: Thor Hjarsen

6.10 VED FÆLLESBORDET – DEN STORE LARM

Nasira er superglad for festen den sidste aften, hvor alle, traditionen tro, sidder ved et festpyntet langbord. Men hun er samtidig glad for, at det ikke er hver dag, alle sidder sammen. ”Det er fint at sidde med sin familie eller en gruppe af piger eller drenge sammen. Hvis man sidder en stor gruppe sammen ved et langt bord, så kan der godt komme den der store larm, for så snakker alle sammen i munden på hinanden. Det kan hurtigt blive for meget. Når vi sidder i små grupper, så starter man i små fællesskaber og lærer hinanden at kende, når vi sidder der ved bordet”.

6.11 BETYDNINGEN AF ANSATTE OG DE FRIVILLIGE

Nasira: ”Det betyder noget for min mor og far, at der er styr på tingene. At de ved, hvor vi er, at vi har det godt. De stoler på de frivillige, de er meget forskellige. De frivillige er meget åbne og friske. Jeg husker Signe, hun var rigtig sød. Med de kvindelige frivillige kan man mere være sig selv. Jeg kender måske Knud og Thor bedre”.

Mahmoud har et råd til de frivillige: ”De virkede flinke, da jeg snakkede med dem. Det er vigtigt, at de taler med os, er aktive, og laver noget med os. Jeg kan også godt lide at sidde ned og snakke med dem. At de er personer, man kan snakke med. Jeg kan godt huske nogle af de frivillige. Der var en, det var meget god. Jeg har snakket meget med hende. Også at de kan fortælle om sig selv, deres børn eller noget andet”.

6.12 DET ER DEJLIGT AT MAN KAN SIGE: ”VI SKAL PÅ LEJR”

Nasira: ”Når brevet med, at vi skal på sommerlejr, kommer, så kan man begynde at planlægge sommerlejren. At den uge er jeg optaget, og så begynder man at kunne forme, hvordan ens sommerferie skal se ud”.

Nasira fortsætter: ”Min mor siger også, at hun er glad for, at vi kom af sted. Luftforandringen – det er godt at komme ud og opleve noget nyt. Vi har ikke mulighed for at tage ud at rejse til et andet land, så det er dejligt, at man kan sige til andre, når de spørger, hvor man skal hen i sommerferien, så kan man sige at vi skal på lejr. At man har noget at fortælle. Man føler at man har noget at fortælle, har noget at snakke om. Man føler at man er en del af fællesskabet. Mange andre tager til sportslejr og har sommerhuse og skal udenlands på ferie med familien”.

Mahmoud synes også, det er ok at skulle noget: ”Jeg er ikke en person, der siger til alle hvad jeg skal lave i ferien. Men hvis folk spørger, vil jeg sige at ja, jeg skal på sådan en lille tur”.

6.13 NOGET MERE FOR OS TEENAGERE

Mahmoud og Nasira er ikke helt enige i, hvor barnlige temaer og aktiviteter må være. For Nasira er der intet, der er for barnligt, fordi hun mener, at det kalder barnet frem i alle.

Mahmoud er uenig: ”Natløbet og dengang I klædte jer ud og var i skoven - altså sådan nogle ting er jeg nok vokset fra. Indianertemaet kan jeg også huske – vi skulle selv lave bue og pil. Jeg brugte hele eftermiddagen på at lave den skide bue. Selvfølgelig vil det være godt at have noget til forskellige aldersgrupper. Bue og pil var nok mere sjovt for de små. Jeg kunne tænke mig flere ting til 14 -16årige. Måske kunne man tage til stranden for at svømme. Det kunne jeg godt tænke mig”.

Nasira fortæller: ”Man kunne godt lade de voksne få noget tid sammen. De kan jo ikke tale om alt, når deres børn er der. Så kunne de også få lov til at være de voksne sammen”.

6.14 HJEMME IGEN: ”KA’ DU HUSKE DÉR HVOR...”

Begge unge kan mærke forskel på mor og far, når de er hjemme igen efter lejren.

Nasira: ”De er mere afslappede. Så snakker og fortæller vi om det, der skete, fordi det er jo ikke altid, man havde tid til at fortælle om det, da det skete på lejren. Så ser vi måske på nogle billeder, griner og hygger over det. Vi fik en cd med billeder på et tidspunkt. Minderne er meget fede. Det kunne også godt være et fotoalbum, der ligger på nettet. Så snakker man om: ”Kan du huske på det tidspunkt der, hvor...”.

”På lejren er min far virkelig social, jeg kan virkelig godt lide hans personlighed. Han prøver altid at få det bedste ud af tingene. Det er også en af grundene til, at jeg så godt kan lide lejrene, fordi i hverdagen kan min far godt være mere træt, men på lejren er han mere udhvilet, mere frisk. Min mor og far er også smilende derhjemme, men det er ikke altid at man har energi til at grine hele tiden.

”Jeg skulle hilse fra min mor, og sige at hun er rigtig glad for de her lejre. Det er dejligt at se at alle har det godt, i hverdagen får man ikke set alle sine børn lige meget”.

TANKER OM HVEM MAN ER

Nasira på 16 år: ”Engang tænkte jeg, at der var meget forskel på mig og en almindelig dansk pige. Men nu synes jeg ikke længere, at der er så meget forskel. Vi har næsten den samme hverdag. Det, der er forskelligt er, at deres forældre er danskere, og de har talt dansk altid. Og så er der det med lektier. De kan altid komme til deres forældre og få hjælp med lektierne, hvor jeg kan sagtens spørge min storebror, men han har travlt på universitetet. Den store forskel er nok, at jeg må klare mine lektier på egen hånd. Derhjemme skal jeg holde styr på to sprog. Det er vigtigt at jeg forstår det afghanske, for det forstår min mor bedst, og det er jo vigtigt at min mor og mig har den forbindelse til hinanden. Også det der med min mor har ondt i ryggen, så skal jeg hente mine søskende og lave madpakker til dem. Mine venner har heller ikke så mange søskende. Der er mange som er enebørn. Jeg tror, jeg har flere ting at holde styr på. Jeg har mere ansvar. Men jeg bliver også mere forkalet. Fx bliver jeg kørt i skole eller får noget lækker med i madpakken. Det gør de ikke”.



Foto: Thor Hjarsen



Foto: Thor Hjarsen

7. DET HAR EN BETYDNING

- interview med frivillige

Hele vejen gennem projektet har vi haft samtaler med frivillige og gennemført interviews med henblik på at indsamle deres erfaringer og refleksioner.

Tidligt i projektet var vi ret optagede af, at forberede de frivillige til at arbejde med denne særligt følsomme målgruppe. Vi fandt dog hurtigt ud af, at dette nogle gange også gav anledning til unødigt nervøsitet og usikkerhed blandt de frivillige, om de nu kunne magte disse familier.

I stedet valgte vi at formidle familiernes ressourcer og derigennem ”normalisere” målgruppen i de frivilliges bevidsthed. Men samtidigt opprioriterede vi fagpersonalets rådgivende rolle på fx planlægningsmøder, daglige debriefing møder under ture og lejre, samt på efterfølgende evalueringsmøder med de frivillige.

I det følgende afsnit kommer de frivillige til orde gennem interviews og samtaler gennemført igennem projektforsløbet.

7.1 INDTRYK AF FAMILIERNE OG DERES RELATIONER

De frivillige, der har deltaget på lejrene, har et generelt positivt billede af de deltagende forældre og børn og deres indbyrdes relationer: ”Jeg synes, at familierne kom rigtig godt ud af det med hinanden – der blev grinet en masse over dårlige jokes ;) hvilket jo er herligt! Kvinder, der samles over broderi og i madlavning. Børnene var rigtig gode til at bruge hinanden og hyggede sig uden tvivl”.

Flere frivillige bemærker efter lejrene, at: ”Generelt må det siges, at jeg var overrasket over, hvor ”normale” jeg oplevede familierne. Taget i betragtning af deres situation som flygtninge i eksil og deres svære psykiske lidelser synes jeg, at der var en høj grad af ”normalisering” - altså glade børn, deltagende forældre, omsorgsfuldt miljø, tegn på kærlighed i familierelationerne, opdragelse af børn, mv”.

En vigtig målsætning under lejrene er, at give plads til ro og rekreation i nødvendigt omfang, så det opleves som en ferie for familierne. En frivillig bemærker, at: ”Det var tydeligt at se og mærke, at familierne slappede af og nød omgivelserne. Især de unge/børnene, oplevede jeg, fandt et frirum og nød hinandens selskab, og at der var plads til, at forældrene kunne gå til og fra aktiviteterne/det sociale rum alt efter, hvilket overskud der var til det”.

En anden frivillig fortæller: ”Derudover var det sjovt at se, hvor stolte børnene kan blive af deres forældre, fordi de er gode til at skyde i rundbold, eller fordi de laver noget flot kreativt. Samtidig er det skønt at se, hvordan de forskellige lege/samarbejdsøvelser styrker relationerne mellem familierne, og hvor meget de egentlig kan grine! De joker og hygger sig indbyrdes”.

På sommerlejren i 2012 byggede en afghansk far en slags trillebør til at lege med: ”En far byggede en ting til

at transportere varer på ud af træ fra skoven. Da han var færdig, satte han sine tre døtre op på den og de kørte af sted. Jeg er sikker på, at dette var en rigtig betydningsfuld oplevelse for både far og piger”.

7.2 BØRNENES INDBYRDES RELATIONER

Børnene, der deltager på lejrene, opleves som glade og smilende af de frivillige, og der var et lavt konfliktniveau i gruppen. Men de frivillige reflekterer også løbende over det, de ser ske, og tager ikke alt for pålydende: ”Jeg synes, der var bemærkelsesværdigt få konflikter mellem børnene. For det meste var de bare rigtig søde og rare, velopdragne, var ordentlige ved hinanden og flippede ikke ud - hverken på voksne eller andre børn. Med en hvilken som helst anden flok børn på sommerlejr, ville jeg forvente langt flere konflikter. Hvad det skyldes er jo svært at sige? Er det resourcer og velopdragenhed eller kan det være en opmærksomhed for forældrenes svære situation, der gør, at de gerne vil opføre sig pænt og repræsentere en god familie...?”.

De deltagende børn er ganske hurtige til at finde hinanden på lejrene og opbygger deres egne fællesskaber på tværs af etnicitet og alder: ”Fx havde seks - syv af børnene det hylende morsomt over at gå og digte uhyggelige historier og liste rundt om huset. En anden situation, jeg husker, er under forberedelserne til den afsluttende fest, hvor både drenge og piger havde det vældigt sjovt med at ”forvandle hinanden til pirater”, beretter en frivillig.

Alle børn deltog i aktiviteter på et tidspunkt på lejren og ifølge en frivillig, så det ud til, at forældrene nød at se deres børn udfolde sig fysisk og kreativt.

En frivillig bemærkede også relationerne mellem søskende. På nogle lejre var der familier med op til syv søskende: ”Jeg lagde mærke til, at der var en særlig omsorg blandt de søskende, der var med på lejren. Det virkede til at de var meget vant til at tage sig af hinanden - de hjalp hinanden mere, end de skændtes”.

7.3 AT VÆRE SAMMEN MED FLYGTNINGE

Når de frivillige er sammen med familierne, lægger vi vægt på, at de frivillige relaterer til forældre og børn på en naturlig måde. Det indebærer, at man for eksempel starter samtaler op. Ind imellem kan der komme svære ting på bordet – måske har forældre behov for at fortælle en frivillig lidt mere om sin baggrund. En frivillig beretter om dette: ”Der var enkelte gange, hvor nogle af forældrene fortalte mig om oplevelser i forbindelse med deres flugt og ankomst til Danmark”.

Den pågældende frivillige reflekterer videre over dette: ”Her oplevede jeg et slags rolleskift: De var mere vidende end jeg, og jeg måtte være passivt lyttende og ydmygt forsøge at forstå deres situation. Dette skabte en dynamisk relation - jeg var måske mere vidende om at være dansk, ung i Danmark, arrangere aktiviteter på lejren, det danske sprog, mv. Og de var mere vidende om at være flygtning, deres egen kultur, fremmed i Danmark, have svære oplevelser inde på livet. Det betød, at vi kunne begge lære af hinanden”. Den frivillige er inde på et mere jævnbyrdigt forhold som kan etableres mellem frivillige og målgruppen. Dette er netop en vigtig styrke ved denne type frivilligt socialt arbejde. Man indgår ikke i en behandler/patientlignende relation, hvor fx den frivillige er ”overlegen” og skal vise ”brugeren”, hvordan livet skal leves.

Men de frivillige var også opmærksomme på, at særligt forældrene var sårbare. De blev hurtigt trætte, og ind imellem trak de sig fra aktiviteterne: ”Selv om jeg har nævnt, at forældrene var deltagende, bemærkede jeg selvfølgelig, at de ikke var fuldt deltagende, som jeg ville forvente andre forældre være det. De deltog, når de kunne og havde lyst, og var ellers tilbagetrukket”.

Forældrenes træthed, som er et symptom af PTSD pga. manglende søvn, blev bemærket: ”Som en af de særlige ting, jeg lagde mærke til var en del snak om søvn blandt forældrene, om de havde sovet godt eller dårligt, og hvordan det påvirkede dem. De talte ret åbent om deres søvn”.

7.4 ALLE HJÆLPER TIL

Én af de ting, vi har bemærket gennem alle aktiviteterne i dette projekt, er forældre og børns store glæde og hjælpsomhed på lejre og ture.

En frivillig bemærker: ”En anden ting, jeg lagde mærke til, var hvor åbne familierne var. Mange deltog i madlavning og stod klar, så snart der var brug for den mindste hjælp. Dette er i mine øjne en tegn på en ro og et overskud familierne imellem og en tillid overfor os frivillige”.

En anden frivillig bekræfter: ”Det gjorde indtryk på mig, at familierne generelt var utroligt hjælpsomme. Ikke en eneste gang fik vi frivillige lov til at tage opvasken af service efter et måltid. Der var straks forældre og store børn i køkkenet til at ordne det! Det giver mig et indtryk af at hjælpeløsheden hos familierne ikke er gennemtrængende”.

I forbindelse med rekrutteringen af familierne til lejrene, var det bevidst at ca. 50% af de deltagende familier havde været med på en tidligere lejr, og den sidste halvdel var nye. Derved understøttede vi en overlevering af erfaringer og stemninger fra forrige lejr, og vi understøttede familierne i at være erfarne og dermed rollemodeller. Dette beskriver en frivillig med ordene: ”Nogle af familierne havde et forspring da de kendte Trente Mølle i forvejen. Det fungerer rigtig godt, at de på den måde var mere hjemme end os frivillige. Det gav en god dynamik, synes jeg”.

EFTER LEJREN

For det første var jeg enormt træt! Det er hårdt at være sammen med så mange og få så mange indtryk flere dage i træk:) Samtidig har jeg også været utrolig glad. Den måde familierne er på, og de stemninger der er på lejren gør, at man virkelig føler, at det faktisk har en betydning, at man er afsted. Familierne giver åbent udtryk for taknemmeligheden, og hvor glade de har været for det hele, hvilket gør, at man bare har lyst til at tage af sted med det samme igen (når man har sovet ud!). Jeg synes på ingen måde, at det var hårdt at være sammen med familierne på baggrund af deres flygtningestatus eller deres psykiske udfordringer.

(Frivillig på sommerlejren 2014)



Foto: Thor Harsen

7.5 LEJRENS REKREATIVE BETYDNING

Lejrene blev formidlet til familierne som ferie – og derfor handlede det om at give ro, overskud, glæde og rekreation videre. Om dette siger en frivillig i 2014: ”Det var tydeligt, at lejren blev opfattet som et frirum for forældrene, hvor de kunne hygge sig og slappe af, mens der var frivillige, der tog sig af børnene”.

Hun fortsætter: ”Samtidig er det fantastisk at se, hvordan selvtilliden kan øges på sådan en tur hos mange forskellige af deltagerne. Særligt en af mændene gjorde indtryk på mig, da han var meget tavs og konstant så ned i jorden ved ankomst, men da vi tog afsted var han smilende, med i de andre mænds fællesskab og vigtigst af alt: Han holdt blikket højt! Det viste sig, at han var dygtig til rundbold og særligt en svær balanceøvelse under sørøverløbet. Også en af kvinderne voksede meget, eftersom hun var en af de hovedansvarlige for madlavningen den ene aften, men også fordi hun kendte til fondant på kager, og derfor kunne vise de andre, hvordan man arbejder med dette, hvilket samtidigt betød, at hun stod for at rulle kagelåg ud, og samtidig producerede flotte figurer”.

Tilsvarende ændringer i forældrenes energiniveau før og efter en lejr er blevet bemærket af personalet fra ATT, som har været med til at sende familierne afsted på lejr, og set dem komme tilbage igen.

7.6 NATUREN OG BÅLETS BETYDNING

Projektet har i høj grad handlet om at introducere naturen som helende rum for de deltagende familier, samt at bruge naturen til at understøtte resiliens og relationer mhp trivselsforbedringer.

De frivillige er generelt enige i effekterne og skriver fx: ”Jeg er helt overbevist om, at naturen kan noget særligt med familierne, men jeg skal lige fokusere for at beskrive netop, hvilke oplevelser, der bekræfter det indtryk: Det virkede til, at der var en vis frihed i naturen. Den første dag gik vi (næsten alle) en tur i skoven og mange var nysgerrige på forskellige ting i naturen. Og så går snakken om løst og fast og man kan nå at have mange korte og lange samtaler med forskellige mennesker. Man kan være med/deltage på mange niveauer og måder – og man kan typisk selv styre det og sige til og fra, fordi det er nemmere bare at være... dette gælder nok også omkring bålet. Nogle snakker, laver sjov, lytter, stirrer ind i bålet osv. Man kan være aktiv på forskellige måder med sit nærvær, sin krop og sit sind. Naturen kan så at sige spille på mange kanaler”.

En anden frivillig skriver om den samme skovtur: ”På gåturen den første dag var det tydeligt, at flere af familiemedlemmerne var meget interesseret i det, som naturvejlederen kunne fortælle. Jeg bemærkede samtidig at flere af familierne samlede sig på en anden måde. F.eks. en af de unge knægte, der gik og hyggede med sin mor – kunne snakke om omgivelserne. En anden ting er bålet, som igen i år var en succes”.

På alle lejre og i de fleste en-dagsaktiviteter, bruges bålet som samlingspunkt for deltagerne.

Bålet formidler en række stemninger om følelser: ro, fordybelse, samtale, tryghed, varme, evt. positive minder med mere. Om bålet betydning fortæller tre frivillige:

”Der var hver aften hygge omkring bålet. Jeg er selv af den opfattelse at naturen påvirker os mentalt på en helt bestemt måde. Jeg finder selv roen i naturen, da jeg føler den tvinger en til at bruge sanserne og glemme tanker, og hvad der ellers måtte fylde for en stund”.

”Jeg tænker naturen giver gode rammer, og særligt bålet er samlingssted for hele lejren. Dog tænker jeg, at det mere er oplevelserne og sammenholdet, som virkelig giver familierne noget i det lange løb. Der er ingen tvivl

om, at alle jo nød at være udenfor, fordi vejret var godt, men det ikke var det centrale (i hvert fald ikke for alle)”.

”Bålet er en slags aktivitet fordi man kan være passiv og mere aktiv ved bålet og gå til og fra som man synes. Så det er socialt samtidig med passivt. Og så er det et fast og åbent rum, hvor man selv kan gå fra og til. Der var mange, især forældre som brugte dette rum”.

7.7 AKTIVITETER OG LEGE

På lejrene igangsættes en række aktiviteter, både lege og boldspil, men også mere rolige, kreative aktiviteter, som håndarbejde. Aktiviteter lægger sig ofte op af lejrenes temaer, således at deltagerne fx producerer udklædning eller andre effekter. Men at lave lagkager har også været en succes gennem flere år. Det er vigtigt at pointere, at alle disse værkstedsaktiviteter alle er foregået udendørs i grønne omgivelser, hvor forældre og børn sammen med de frivillige har siddet ved store borde-bænke-sæt.

En frivillig skriver: ”Faktisk var det mit indtryk, at de mange kreative workshops vi havde arrangeret (lige fra kagepyntning med fondant til brodering og læderværksted) virkelig blev værdsat, og både børn og forældre nød at vise deres evner. De fik samtidig voksende selvtillid. Derudover var det dejligt at se, hvordan familierne også nød hinandens selskab, og der blev snakket og hygget på tværs af etnisk oprindelse”.

En anden frivillige skriver om lagkagepyntningen i 2014: ”Det virkede som en aktivitet, hvor rigtig mange forskellige kunne bidrage, fra store til små, drenge og piger og flere af kvinderne havde snilde med at udforme figurer og havde helt sikkert erfaring. Tilmed var det en fordel at resultatet kunne udstilles, så alle kunne se indsatsen”.

Med denne lagekage-aktivitet lykkedes det også især at engagere kvinderne: ”Det var særligt en succes, fordi både børnene og kvinderne (som ofte ikke er med ved rundbolden, fodbolden, kongespil osv.) faktisk entusiastisk tog del! Flere af dem havde set det i fjernsynet, og ville meget gerne prøve. Så gerne at da den lille baby var klar til at skulle ammes, måtte han altså vente, fordi mor lige var i gang!”.

Om de kreative værksteder bemærkede en frivillig, at: ”De fungerede godt, ikke nødvendigvis fordi man skulle producere sørøverudstyr (2014-lejren), men mere at materialerne var til rådighed, og så lavede de ellers alt muligt andet med dem. Læderet blev ikke til små punge til guldmønter men snarere til flotte tasker. Generelt burde vi faktisk have meget mere materiale med, så det ikke slipper op, for de stoppede kun, fordi materialerne slap op! De er alle så engagerede, og har så mange gode ideer, som de fører ud i livet og inspirerer de andre til også at prøve!”.

Om det samme værksted fortæller en anden frivillig: ”Der blev rum for, at de selv kunne byde ind og bruge deres egen kreativitet - og vi som frivillige kunne støtte dem, som havde brug for det”.

Omkring aktiviteterne på lejrene – både værksteder, lege- og naturaktiviteter bemærker en frivillig: ”Stemningen var rar og derfor bidrog alle. Andre fælles aktiviteter som rundbold, lege på græsset mv. virkede rigtig godt fordi det gav et fælles indtryk af at alle var med, og der var en fællesskabsfølelse. Folk kunne være med på deres egne præmisser. Der var ingen tvang eller forventningspres om deltagelse, hvilket også var en vigtig faktor”.

En frivillig opsummerer: ”Generelt var alle familiedeltagernes store entusiasme og positivisme klart med til, at aktiviteterne blev en succes!”.

Eller: ”Familiernes enormt store taknemmelighed gjorde stort indtryk. Samtidig med den store taknemmelighed var også stort samarbejde særligt omkring maden”.

Madlavningen er en anden væsentlig aktivitet, som de frivillige har planlagt. Men her opleves også et meget stort bidrag og engagement fra de deltagende familier: ”Familierne tog aktivt og stor del i både madlavning og oprydning efter måltiderne, og det var mange forskellige der deltog – kvinderne sendte endda de frivillige ud af køkkenet og lavede aftensmaden selv!”.

7.8 DELTAGELSE AF FAGPERSONALE FRA ATT OG RED BARNET

På alle fire afholdte lejre, har der deltaget familierapeut Knud Eschen, ATT og naturvejleder Thor Hjarsen, Red Barnet. På sommerlejren i 2012 deltog desuden børnefaglig konsulent Dorte Rasmussen, Livsmodlab.

To frivillige fortæller om fagpersonalets deltagelse på lejrene:

”Jeg synes, de professionelle var særligt gode til at give de frivillige rum og plads til at udfolde deres ideer og kompetencer. De holdt sig i baggrunden - alligevel var det rigtig rart at have dem til støtte og spørge dem, hvis man var i tvivl”.



”Jeg synes de deltog på lige fod - med samme engagement og ansvar - som de frivillige”.

Om Knud Eschens deltagelse skriver en frivillig følgende: ”Det er klart, der er forskel på de frivillige og særligt Knuds relation. Der er virkelig stor respekt og glæde omkring Knud fra familierne, som ingen af vi andre selvfølgelig oplever. Knud er en meget vigtig person for familierne, og det er tydeligt, at de er meget glade for at have ham med. Selvom han er professionel, og selvfølgelig har et helt andet øje for familierne end vi andre, oplevede jeg dog ikke, at han ikke var med på lige fod med os andre. De henvendte sig ikke kun til ham ved problemer, men det er bare som om, at Knuds tilstedeværelse giver en helt særlig ro, og så kan vi andre ellers nærmest finde på hvad som helst. Knud har også en særlig evne til at få særligt fædrene med i fodbolden/rundbolden, og det virker ikke på samme måde, hvis vi inviterer. Hans måde at omfavne og inkludere folk på er helt særlig, og hans invitationer bliver overvejet mere nøje end vores andres. Det skal ikke forstås som, at vi frivillige ikke kan få nogle til at være med, for det kan vi sagtens! Men Knud kan få forældrene med fra starten, hvilket kan være svært for os frivillige, og vi får dem først med, efter de har kigget på lidt tid”.

Om Thor Hjarsens deltagelse skriver to frivillige:

”Thor er rigtig god til at få ting til at ske. Mulighederne for, at de unge kan udfordre sig selv igennem aktiviteter i naturen, synes jeg er fantastisk. For mange var det en udfordring at sove udendørs, men mange gjorde det, og derfor giver det også lidt plus på selvtillidskontoen”.

”Mange af de ældre drenge ville gerne sove i telt eller i hængekøje. De henvendte sig til Thor, og havde tydeligt respekt for hans naturviden. Han hjalp dem til at finde sig til rette med telt, soveposer, lygter m.m. Den første nat sov fire drenge i det store telt og en dreng sov i hængekøje alle nætterne. Drengene i teltet fortrød dog i løbet af natten, og de rykkede indenfor, hvor de indrettede sig i en stor sal. Om dette fortæller den frivillige: ”Det blev dog for utrygt for de 4 drenge, og de rykkede indenfor, men lavede i stedet en soveplads/lejr i den store sal med stole rundt om dem. Det så virkelig hyggeligt ud og vidnede om, at de havde noget særligt sammen - måske et slags venskab”.



8. KONKLUSION, PERSPEKTIVERING OG ANBEFALINGER

8.1 KONKLUSION

Red Barnet's Natur & Fællesskabsprogram, Afdeling for Traume- og Torturoverlevende (ATT) i Odense og Livsmodlab.dk startede i 2011 et fireårigt pilotprojekt, der skulle undersøge og udvikle mulighederne for en helhedsorienteret rehabiliterende indsats for børn i traumatiserede flygtningefamilier på Fyn ved fagligt reflekteret brug af naturen og friluftslivet som ramme.

Naturen har vist sig – og særligt på de fire gennemførte familielejre – at rumme muligheder, der fordrer behandlingsmæssige perspektiver for de PTSD-ramte familier.

Fra projektets aktiviteter og de erfaringer, vi har høstet undervejs, kan vi se, at aktiviteter, der samler familierne, skaber ro og overblik, samt mulighed for at kunne trække sig tilbage efter behov, spiller en vigtig rolle, både fra projektets fagfolks perspektiv og fra familiernes perspektiver. Fysisk og psykisk skal der ikke fokuseres på at bryde grænser, og deltagerne skal inviteres og motiveres til deltagelse.

Erfaringsmaterialet fra dette pionérprojekt rummer en lang række læringspunkter og erfaringer omkring brug af naturen:

- Igennem friluft aktiviteter har vi set styrkede relationer mellem forældre og deres børn. Børn og unge, der oplever deres forældre i en anden kontekst end kun at være meget syge, men nu som resourcefulde, engagerede og glade forældre. Forældrene fortæller, at når de oplever disse øjeblikke, hvor deres børn er glade og trygge, får de det også betydeligt bedre selv.
- I naturen har vi erfaret, at flere forældre gennem fagligt reflekterede aktiviteter i naturen har fået strategier til at dæmpe sin uro og konstante stresstilstand.
- Forældrene og børn har fortalt os, at især sommerlejrene gav dem mulighed for at føle sig som en almindelig familie, der bare var på ferie. Det betyder, at alle de svære tanker og bekymringer for en stund var parkeret og afløst af glæde og håb for fremtiden.
- Om friluft aktiviteter og lege fortæller mange børn og unge, at det at være fysisk aktiv i naturen, og gerne sammen med forældrene, er en dejlig og positiv fornemmelse.
- Vi har erfaret, at børnene og de deltagende unge får mulighed for at introducere deres forældre til dele af deres danske liv i børnehaven og skole.
- Børnene, de unge og forældrene har knyttet nye venskaber både på ture og lejre, og det er sket med andre, som er i genkendelige livssituationer.
- Deltagerne på lejrene og en-dagsturene kommer ofte fra mange forskellige steder i verden, og fællessproget er derfor dansk.

- Vi har også introduceret forældrene til de muligheder, der er for rekreative oplevelser i den danske natur, og som alle har adgang til, og derigennem styrket familiernes inklusion i det danske samfund.
- Vi har set tydelige og lovende tegn på stærke behandlingsrelaterede effekter af de aktiviteter, vi har gennemført, herunder både traumeeksponering og reminiscensarbejde.
- De frivilliges inddragelse i projektets aktiviteter, og slutteligt som forankring af aktiviteterne, er helt afgørende for projektets succes. Vi har løbende sat fokus på de frivilliges store betydning for det relationelle og resiliensstyrkende arbejde gennem kurser, rådgivning, supervision og debriefing.
- De frivillige og fagvoksne, der deltager, skal være synlige, nærværende og facilitere gode oplevelser og positivt samvær. Det kan ske gennem lege, spil, snitning, bål, gåture eller andre helt almindelige og rekreative aktiviteter.

Gennem at arbejde med styrkelse af familiernes resiliens efter ”De 5 C’er” (Competence/Community/Caring/Connection/Confidence) har vi via de gennemførte observationer og interviews erfaret, at både forældre og børn fra de PTSD-ramte flygtningefamilier oplever at drage nytte og have stor glæde af lejrene, både under lejrene og efterfølgende. Familierne har fået øget deres trivsel og styrket deres indbyrdes relationer.

Et øget kendskab til natur og friluftsliv, som understøttedes af Red Barnets naturvejleder, kan både være isolationsbrydende, og have en sundhedsmæssig effekt i kraft af, at deltagerne stimuleres til at bevæge sig meget mere end i hverdagen. Dette er sket gennem de naturaktiviteter og lege, der igangsættes af frivillige og fagpersoner, eller aktiviteter som familierne selv tager initiativ til.

Endvidere er vi blevet meget opmærksomme på, at omgivelser og faciliteter er vigtige for at skabe den fornødne ro og rekreation. Dette stiller krav til de steder i naturen, man vælger. Naturen og faciliteterne skal være overskuelige, rummelige, tilgængelige og trygge. Her byder Trente Mølle Naturskole på Sydvestfyn på en noget nær perfekt ramme.

Projektets målsætning var oprindeligt 275 børn og forældre. Pga. udvidelse af aktiviteterne, og effektivisering af indsatsen, har vi formået at involvere 850 forældre og børn i alt i dette projekt.

Projektet har i perioden 2011 til 2014 årligt omfattet fire sommerlejre, ca. seks-otte en-dagsture, en-to årstids-events om året, som fx fastelavns- og julekomsammen.

Effekten og forankringen af projektet hviler i høj grad på de frivilliges indsats. Igennem samtaler og spørgeskemaer har de frivillige givet udtryk for, at de oplever en stor værdi af den indsats, de yder. De aflæser effekten på de glade børn og positive voksne, som nyder at være i naturen. De frivillige føler i væsentlig grad, at de gør en forskel i forhold til denne målgruppe.

Frivillige har også deltaget på alle aktiviteter, og forankringen er nu sikret gennem Red Barnets lokalforening i Odense, som har en gruppe på 15 frivillige, der planlægger og udfører aktiviteterne, således både sommerlejre og ture. Der er gennemført flere kurser for frivillige tilknyttet Red Barnet, og mere end 80 frivillige har deltaget i disse.

Den frivillige indsats er nu forankret med en gruppe på 10 -15 frivillige, alle primært med bopæl i Odense og flere med relevant børnefaglig eller socialfaglig baggrund. Pilotprojektet er afsluttet men aktiviteterne sikret fremadrettet gennem:

- En familieoplevelsesklub med deltagelse af 35 - 50 forældre og børn fra socialt udsatte familier i lokalområdet.
- En eller flere årlige lejre med deltagelse af op mod 25 - 30 forældre og børn.

8.2 PERSPEKTIVERING

Projektet har givet Red Barnet og ATT en række gode og brugbare erfaringer med samarbejdet mellem en humanitær organisation og en offentlig behandlingsmyndighed. Heri har samarbejdet med og inddragelse af frivillige i arbejdet med PTSD-ramte flygtningefamilier store perspektiver.

Der er både fra Red Barnet og ATT et stort ønske om at fortsætte og udvide samarbejdet, som imidlertid vil være afhængig af ekstern finansiering.

Der er forskellige modeller til en sådan udvidet indsats, men Red Barnets og ATT tror på baggrund af erfaringer i dette pilotprojekt, at inddragelse af frivillige vil have et stort potentiale. Vi har imidlertid også draget en anden vigtig erfaring, som handler om at normalisere PTSD-ramte flygtningefamilier i de frivilliges bevidsthed, og dermed undgå at stigmatisere familierne. En sådan tilgang har vist sig at være en brugbar vej. Det er således vigtigt, at vi fokuserer på de forældre og børn, der deltager, som resourcefulde, men også skaber muligheder og aktiviteter, der er rige på positive stemninger og inviterende fællesskaber sammen med andre, familier såvel som frivillige og professionelle.

Dette pionérprojekt har peget på meningsfulde perspektiver i at bringe PTSD-behandlingen ud i naturen, således at et team bestående af psykolog, fysioterapeut, familieterapeut, naturvejleder og psykiatrisk bistand (medicinering), kunne gøre brug af naturens muligheder eksempelvis i forbindelse med traumeeksponering og reminiscens.

Overvejelserne går på at kunne tage en-to familier med på Trente Mølle og arbejde intensivt med traumbearbejdning, traumeeksponering og indsigt i kroppens reaktioner og de familiemæssige udfordringer over et antal dage.

8.3 ANBEFALINGER

Gennem dette pionérprojekt har vi opnået en lang række erfaringer på mange niveauer. Mange af dem fremgår løbende gennem denne rapport. Her et vigtigt udpluk i forhold til frivillige-perspektivet.

De frivillige skal i deres første en-to år følges af fagpersoner fra ATT og Red Barnet, som kan rådgive og understøtte udviklingen af aktiviteterne. Egentlige kurser i PTSD for frivillige er afprøvet, men den bedste læring og forankring af viden, sker gennem løbende rådgivning og supervision samt egne oplevede erfaringer. De frivillige skal have mulighed for løbende at få rådgivning både i inddragelse af naturen, men også i samværet med familierne.

Vores frivilliges ideer er særdeles brugbare og meningsfulde, og er på alle lejre lyttet til og implementeret. Fagfolkene har trådt et skridt tilbage her og har i stedet rådgivet og vejledt i forhold til bl.a. praktiske forhold og børn og forældres livssituationer og formåen. De frivillige fik overladt det fulde ansvar for lejren i 2014, og indsatsen må siges at være forankret.

Fra 2015 har projektgruppen overvejelser omkring hvorvidt, at fagpersoner kun skal deltage en enkelt dag på lejren, frem for samtlige fire dage. Fagpersonalet kan primært have fokus på tilsyn, samt være telefonisk

bagvagt og rådgivere for de frivillige. Baggrunden for disse overvejelser er bl.a., at de frivillige har opbygget viden og erfaringer, som gør dem i stand til at afvikle lejrene i forhold til væsentlige dele af de respektive projektformål.

Imidlertid forudsætter en sådan beslutning, at indsats og målsætninger som traumebehandling og det faglige og praktisk arbejde gendrøftes og besluttes i Red Barnet og ATT.

Det skal dog påpeges, at egentlig traumbearbejdning kun kan foregå via uddannet personale fra Afdelingen for Traume og Torturoverleverere.

Overvejelser og drøftelser er i gang, men er endnu ikke besluttet ved denne rapports afslutning.

Deltagelse af fagpersoner i projektet vil imidlertid stadig være væsentligt for at sikre overgange mellem aktiviteter og lejre, og løbende vidensindsamling i de respektive organisationer. Ligeledes også til den mere traumebehandlende og familiehelende del, som foregår i regi af ATT.

Fremtidige lejre vil være et særskilt tilbud under Red Barnet og med frivillige til lige netop denne lejraktivitet. De frivillige vil bestå af personer med kendskab og deltagelse i de forudgående lejre. Lejrene ligger økonomisk under Red Barnet lokalforening Odense, og der fundraises til aktiviteterne med støtte fra Red Barnets sekretariat.

Oplevelsesklubben for Traumatiserede flygtninge familier er nu ligeledes fuldt ud integreret under Red Barnet lokalforening Odense og dermed forankret.

Der er søgt midler til at kunne udbrede oplevelsesklubber for Traumatiserede flygtningefamilier i den øvrige del af Region Syddanmark med forventet svar i slutningen af 2014.

Projektgruppen vil imidlertid også opfordre til forskning af effekter af denne pionérindsats. Det kunne være særdeles relevant at få en mere dybdegående analyse af, om børn og unge i disse familier oplever ændringer eller forbedringer på nogle af flg. områder: selvforståelse, tillid til sig selv og sin livssituation, mindre ensomhed, mere fællesskab, samvær med venner, bedre forhold til forældrene, skole- og institutionsliv, øget inklusion i det omgivende samfund, deltagelse i foreningsliv m.m. Flere af disse områder belyses i interviewene formidlet i rapporten, men ikke tilstrækkeligt dybdegående over tid. Vi vil derfor opfordre til en mere systematisk og gerne forskningsbaseret indsats for at undersøge, hvorvidt familiernes livssituationer forandres eller forbedres over tid.



KILDELISTE

Berg R. og .Kjær C. (2011). *Torturoverlevende og deres børn*. Månedsskrift for almen praksis, nr. 12.

Elsass, P. (1995). *Torturoverleveren*. Gyldendal.

LeBlanc, J., Talbot, P., & Craig, W. (2005). Psychosocial health in youth: An international perspective. In M. Ungar (Ed.), *Handbook for working with children and youth: Pathways to resilience across cultures and contexts*. (pp. 165-189). Thousand Oaks, CA: SAGE Publications, Inc.

Pedersen, J. F. (2012). *I krig med sig selv*. DVD. Farfilm/DR/TV2.

Red Barnet (2013). *Natur og Sociale Indsatser* - Red Barnets vidensrapport udarbejdet i forbindelse med konferencen af samme navn i oktober 2013 på Skovskolen.
Rapporten kan læses på www.redbarnet.dk/natur.

Regeringens Psykiatriudvalg (2013). *En moderne, åben og inkluderende indsats for mennesker med psykiske lidelser*.

Russell, S & M. Carey (2007) *Narrativ Terapi*. Hans Reitzels Forlag.

Vitus, K. & Signe Smith Nielsen (2011). *Asyldbørn i Danmark – en barndom i undtagelsestilstand*. Hans Reitzels Forlag.

Links:

<http://traumeogtorturoverlevende.dk/wm410615>

www.redbarnet.dk/natur

www.livsmodlab.dk



ISBN 978-87-91682-58-2