

Psykologi

Kilde 2: Psykoedukation i Røde Kors - fra mentale skemaer til handling i fællesskaber

Denne kilde er uddrag fra artiklen ”Psykoedukation i Røde Kors - fra mentale skemaer til handling i fællesskaber” af Peter Berliner & Malin Wiking. Artiklen er fra tidsskriftet Psyke & Logos, nr. 1, 2004. Artiklen handler om, hvordan deltagerne selv ser på den støtte, de tilbydes. Det drejer sig her om unge asylansøgere, der er overlevende fra krige og etniske udrensninger, dels på Balkan, dels i mellemøsten. Spørgsmålet er her, hvad de selv ser som væsentligt i støtten? Hvordan ser de på forholdet mellem behandling og støtte? Hvordan indgår deres oplevelser og den støtte, de tilbydes, i deres almindelige liv og interesser som unge? Hvorledes skal man tilrettelægge støtten, så den hjælper dem bedst?

Indledning

Dansk Røde Kors Asylafdeling har siden sin etablering i 1984 forsøgt at opbygge en struktureret og tryk hverdag for både børn, unge og voksne asylansøgere i form af skole, og tilbud om fritidsaktiviteter ude på sine centre. Psykoedukationsforløbene [der er en støtte bestående af gruppe-møder, hvor der er undervisning om reaktioner på voldsomme hændelser, erfaringsudveksling og fælles aktiviteter, red.] til børn blev et ekstra tilbud som følge af den høje traumatiseringsgrad, der blev påvist blandt de kosovoalbanske flygtninge, når de ankom til Danmark i 1999. Man fandt ved den tilbudte screening i Dansk Røde Kors, at mange af børnene befandt sig i farezonen for udvikling af psykiske problemer efter udsættelse for belastende hændelser.

Man ønskede fra Røde Kors’ side at skabe et forum for dialog mellem de professionelle og brugerne, hvori man kunne identificere og almengøre de problemstillinger, som asylsøgerne står overfor.

I Danmark har behandlingen af traumatiserede flygtninge generelt, og torturoverlevende mere specifikt, traditionelt bestået af individuel terapi, der hovedsageligt har været psykodynamisk orienteret. I modsætning til et sådant individuelt terapeutisk tilbud, *ønskede* man i Røde Kors igennem særlige gruppeforløb at mindske sygeliggørelsen af asylansøgerne og arbejde sundhedsfremmende i stedet for sygdomsbehandlende.

Eftersom der var tale om en gruppe mennesker, hvor en meget stor andel havde været i traumatiske situationer og oplevede følger af dette, kunne man ikke som i den normale traumediskurs tale om en individuel psykologisk reaktion på en ualmindelig hændelse. Derimod var der tale om hændelser og reaktioner, der desværre var blevet almindelige for mange mennesker fra de berørte regionerne i det tidligere Jugoslavien. Man *ønskede* derfor ligeledes at imødekomme behovet i det kollektive rum.

Opdagelse af det høje antal af børnene, der var i farezone for at udvikle psykiske problemer sammen med disse overvejelser førte til formuleringen af et pilotprojekt, hvor man ville tilbyde psykoedukation som led i det forebyggende sundhedsarbejde lokalt ude på centrene.

Denne artikel beskriver baggrunden samt det teoretiske udgangspunkt for disse forløb med de kosovoalbanske børn, samt resultaterne af de forskellige evalueringer. Dette vil

lede videre til en evaluering af de opfølgende psykoedukationsforløb i løbet af 2001. Disse forløb er baseret på erfaringer, man havde gjort sig med de kosovoalbanske børn.

At tale om traumer, så der åbnes for fremtiden

Det er interessant at bemærke ved disse gruppeforløb, at selvom der blev taget udgangspunkt i ressourcer, eller man blev bedt om at illustrere noget fra sit hjemland, sit hus eller sine fremtidshåb, så kom flere af deltagerne alligevel flere gange ind på traumatiske hændelser.

I erfaringsopsamlingen fra Skibby nævnes det, i den forbindelse, at når samtalen var faldet på PTSD, emigration eller flugt, havde de drenge, der havde lyst, fortalt om deres oplevelser og måder at klare hverdagen på, men kun sagt det, som de selv ønskede. Det at italesætte blev altså ikke brugt som en helingsstrategi i sig selv, men drengene fik mulighed for at fortælle spontant, når de havde lyst. Disse fortællinger var ofte generelle og blev ofte udtrykt i metaforer, der indeholdt et håb, eller et konkret ønske om en ændring i fremtiden.

De skulle modellere noget fra egen kultur, som betød noget særligt. En af drengene modellerede en mand uden ben med et bat over skulderen siddende på en rød plads. Fortællingen lød, at han havde mistet benet, fordi han havde trådt på en mine, pladsen var rød, fordi den normalt blev brugt til henrettelser og afhugning af lemmer. Men på trods af, at han havde mistet sit ben, ville han blive ved med at have lyst til at spille bold.

I gruppens afsluttende fællestegning var det vigtigt for gruppen at påpege, at stadion var til sport og ikke til henrettelser. Det lader til at traumehistorien fortalt på denne måde ikke alene former et håb, men også peger fremad mod handlemuligheder og aktiv skabelse af et nyt tilfredsstillende liv.

At mestre og have indflydelse

Samtaler, der fulgte efter historier om savn eller barske hændelser eller påpegelser af, at man kunne blive ked af det, blev som nævnt drejet ind på, hvad man kunne gøre for at få det bedre og altså mestre sin situation. Dette førte til udveksling af gode råd som at gå en tur, høre musik, læse en bog etc. Som et andet eksempel kan nævnes, at man efter at have talt om kroppen og smerter gik videre til at tale om mestringsstrategier i forhold til disse, hvilket blev koblet til udførelse af fodboldspil og afspændingsøvelser. Begge tiltag blev af deltagerne oplevet som gode strategier for kroppen. Samtidig er der eksempler på, at gruppeforløbene har været medvirkende til, at der er blevet igangsat ændringer på centrene, fx i forhold til fritidsaktiviteter, som i det følgende eksempel.

Ved et af forløbene på Skibby blev pigerne spurgt, hvad de kunne i Danmark, som ikke var muligt i deres hjemland. De svarede, at der i Danmark var større autonomi og frihed. Ved forespørgsel om, hvad de forbandt med dette, svarede de: ”at kunne cykle”. Asylcenteret havde heldigvis cykler stående i kælderen. De blev hentet frem, og afprøvet til stor glæde for pigerne. Cyklerne fungerede på resten af kurset som en konkret metafor for refleksioner over frihed, flugt og mestring. Samtidig blev der iværksat et cykelkursus for pigerne i deres fritid.

Et andet eksempel kommer fra gruppen med de yngre drenge på center Skibby. Børnene blev bedt om nogle stykker sammen at tegne noget, der gjorde dem glade og bagefter fortælle om tegningerne.

Vi har tegnet en park, hvor folk kommer og laver drager og hygger sig. Der er husblokke og gader, og det der er mig og min far (siger den ene dreng), og det der er mig og min far og min lillebror (siger den anden). Drager minder mig om de gode ting fra mit land. Kan man lave drager i Danmark?

Det kan man – og det blev der efterfølgende gjort.

Fordelen ved, at der i forløbet deltog personale fra centrene, var at sådanne diskussioner kunne følges op med konkret handling, der kunne skabe nye - gode - oplevelser for deltagerne og deres ledsagere som fx at spille fodbold, flyve med drager og at cykle. Der blev skabt et blik mod mulige konkrete ændringer.

Et andet eksempel på dette er fra forløbet med familierne på Bornholm, hvor familierne gav udtryk for, at de fandt det ydmygende, at kvinder og mænd skulle bruge de samme toiletter. På centeret tog man denne kommentar alvorligt og videreformidlede den til de ansvarlige. Dette resulterede i, at toiletforholdene blev ændret. På den måde kan man sige, at man gav deltagerne erfaringer med at have indflydelse på deres betingelser.

Det er vigtigt at bemærke, at nogle af de væsentlige positive ændringer er, når der ud af fællesskabet i grupperne vokser ideer til konkrete ændringer, der kan blive igangsat uden for interventionsrummet. Denne øgede oplevelse af, at tingene kan være anderledes kræver dog naturligvis, at man i livspraksis uden for kurset er villige til at følge op på ideerne og rent faktisk ændre livet.

Afslutning

Man kan med fordel forsøge at tænke videreudviklingen af gruppeforløbene med asylsøgende børn, unge og familier ind i en community psykologisk ramme, således at man i endnu højere grad forsøger at medtænke den aktuelle livssituation, som personerne befinder sig i og herunder de materielle, sociale og diskursive (sproglige) forhold. Dette åbner et spændende perspektiv, hvor både terapeuten og facilitatoren af psykoedukation må rejse sig og gå ud og cykle i regnvejret sammen med de unge asylansøgere - metaforisk, og meget praktisk, formuleret. Den restorative praksis har ikke nogen på forhånd givet facitliste, men er fyldt med overraskelser, medmenneskelighed, humor, engagement og livsglæde. Netop derved udfordrer den volden, magten, torturen, den organiserede undertrykkelse og døden - som den udsætter ved at lade glæden ved livet, medmenneskene og livsmulighederne dominere et øjeblik.