

# Innhold

Innledning . . . . .	9
Å være fremmed . . . . .	10
Å være overlever . . . . .	12
Å arbeide med flyktninger . . . . .	16
Kapittel 1	
Hvem er flyktning? . . . . .	19
Brudd, tap og det gamle og det nye hjemstedet . . . . .	21
Helsearbeideres møte med mennesker i «umulige» situasjoner . . . . .	24
Utfordringer . . . . .	26
Fra passivt offer til såret overlever . . . . .	27
Kapittel 2	
Hvilke problemer og symptomer har flyktningpasienten? . . . . .	28
Forebygging, rehabilitering og behandling . . . . .	28
Relasjonsarbeid med flyktninger . . . . .	28
Hvilke problemer og symptomer har flyktningpasienten? . . . . .	31
Kroppen og psyken . . . . .	36
Evaluering av kulturelle forhold . . . . .	40
A Kulturell identitet . . . . .	43
1 Etnisitet og språk . . . . .	43
2 Kulturelle forhold i utvikling og oppdragelse . . . . .	43
3 Hvor mye er pasienten involvert i sin opprinnelseskultur og i vertslandets kultur? . . . . .	44
B Kulturell forklaring av sykdom og helse . . . . .	45
1 Sykdomsoppfatninger . . . . .	46
2 Sykdomsatferd og forestillinger om hva som hjelper . . . . .	47

Generelle prinsipper for forebygging, behandling og rehabilitering . . . . .	49
Forebygging og tidlig intervensjon . . . . .	51
Tidlige intervensjoner er forebyggende og til hjelp for dem som er syke . . . . .	54
Behandling og rehabilitering: hånd i hånd . . . . .	55
<b>Kapittel 3</b>	
<b>Flyktningpasienten i helsetjenesten. . . . .</b>	<b>61</b>
Traumatisering og tap. . . . .	63
Symptomer og plager etter ekstreme påkjenninger . . . . .	65
Psykkiske plager og symptomer . . . . .	65
Fysiske plager og symptomer . . . . .	66
Konsultasjonen. . . . .	66
Somatisk undersøkelse . . . . .	67
Behandling og henvisning. . . . .	68
Den gode samtalen. Muligheter og vanskeligheter . . . . .	68
Den emosjonelle relasjonen mellom behandler og pasient . . . . .	69
Hvordan bør vi intervenere i relasjonsarbeid i primærhelsetjenesten – allmennpraksis . . . . .	71
<b>Kapittel 4</b>	
<b>Traumatisering. . . . .</b>	<b>76</b>
Hva er traumatisering, og hvordan skal vi forstå det? . . . . .	76
Hva er traumatisering, og hvordan skal vi forstå posttraumatiske tilstander? . . . . .	81
Traumatisering som prosess . . . . .	81
Tenkning og hjernens funksjoner . . . . .	85
Kroppen, psyken og relasjonene . . . . .	88
Hvordan skapes mening – og hva gjør det vanskelig? . . . . .	91
«Traumet» – finnes det? . . . . .	96

<b>Kapittel 5</b>	
Resiliens . . . . .	98
Julio . . . . .	101
Mihail . . . . .	103
Miriam . . . . .	104
Hvilke prosesser fremmer resiliens? . . . . .	108
Tilknytningsteori . . . . .	110
Traumatisering og utvikling . . . . .	113
Psykologi og nevrobiologi . . . . .	115

<b>Kapittel 6</b>	
Psykisk helsearbeid . . . . .	119
Forutsetninger og grunnleggende elementer . . . . .	119
Traumatisering og relasjonen . . . . .	122
Traumatiske erfaringer: Hvordan blir de husket? . . . . .	124
Hvordan vi blir berørt . . . . .	127
Psykodynamisk relasjonsarbeid . . . . .	129
Grunnleggende elementer i psykodynamisk relasjonsarbeid . . . . .	130
Relasjonsarbeidets ramme . . . . .	132
Samtalerommet . . . . .	133
Terapeutisk lytting . . . . .	135
Følelsen og fortellingen . . . . .	136
Hvordan kan vi forstå det som skjer i terapeutiske relasjoner: Overføring og motoverføring . . . . .	139
Når ord mangler . . . . .	141
Hva er mangeloverføring? . . . . .	143
Symbolisering: Å finne ord . . . . .	145
Traumebaserte relasjonelle scenarier . . . . .	148
Empatisk forståelse og pasientens livshistorie . . . . .	154
Personlighetsvurdering . . . . .	157
Hukommelse og tilknytning . . . . .	161
Terapeutisk holdning . . . . .	163
Relasjonelle arbeidsmåter . . . . .	164
Når smerten blir vanskelig å bære . . . . .	180
Den sårbare alliansen . . . . .	181
Når fortid og nåtid blir ett . . . . .	184

Kroppslig og psykisk kommunikasjon . . . . .	186
Hvilke forhold er viktig i relasjonelt psykisk helsearbeid? . . . . .	189
 Kapittel 7	
Kjønnsdimensjonen i flyktningerfaringen . . . . .	192
Kvinneligheten og mannlighetens mange former . . . . .	194
Hva vet vi om kjønnsbestemt traumatisering?. . . . .	197
Før flukten . . . . .	198
Under flukten . . . . .	201
Etter flukten . . . . .	203
Eksil . . . . .	203
 Kapittel 8	
Tolken som formidler av mening og kultur . . . . .	206
Utdanning av tolker i psykoterapeutisk og psykososialt arbeid . . . . .	208
Det lingvistiske nivå: Hva skjer med det pasienten sier i tolkeprosessen? . . . . .	211
Arbeidsalliansen . . . . .	213
Overføring og motoverføring i tolkebasert psykisk helsearbeid . . . . .	215
Konklusjon. . . . .	218
 Referanser . . . . .	 220
 Stikkord . . . . .	 236