

Innhold

Forord	9
--------------	---

Del I Flukt

Kapittel 1

Hva nå, flyktning?	13
Helse- og sosialarbeiderens møte med asylsøkere og flyktninger. . .	17
Eksil og utvikling	19
Kultur møtet	22
Vår hjelpeløshet.	22
Ambivalensen overfor den traumatiserte	23
Anerkjennelse	24
Vårt ansvar	25

Kapittel 2

Flyktningers bakgrunn.	27
Hvorfor flykte?	27
Samfunn i oppløsning.	31

Kapittel 3

Flukten	37
Flyktninger, nasjonalisme og nasjonalstaten.	37
Flukt: veien til det ukjente.	39
Ungarn 1956. Vietnam i 1970-årene.	
Gunstig politisk klima for flyktninger	40
Kurdiske flyktninger – et nytt politisk klima	41
Forskjellige skjebner	42
Menneskerettighetsbrudd under flukten	43
Uten kontroll	45
Flyktninger i dag: virkeligheter	47
Definisjoner	48
Bakgrunn.	49

«Illegale» flyktninger	52
Internflyktninger.	54
Kapittel 4	
En historie om forfølgelse, flukt og eksil	55
Hvor sitter minnene, og hvordan formidles historien om overgrep og traumer?	55
Isha og Shirin	58
 Del II Traumatiseringens konsekvenser	
 Kapittel 5	
Hvordan virker traumatisering på mulighetene for utvikling og vekst?	73
Den traumatisertes virkelighet.	76
Hassans virkelighet	83
Relasjoner og symbolisering. En modell	85
Det symboliserende sinn	86
Hassans historie	89
Behandlingen	96
 Kapittel 6	
Traumatiseringen i den indre verden. Symbolisering og mentalisering.	100
Psykisk traumatisering: hjelpeløs og sviktet	101
Traumatisering: skade på «det mentale vevet»	104
Forstyrrelser i regulering av følelser.	105
Forstyrrelser i mentaliseringsevnen	107
Forstyrrelser i det psykiske forsvar	111
 Kapittel 7	
Traumatisering, tap og sorg.	120
Uten gravsted	120
Tap eller fravær: sorgarbeidets problemer.	122
Sorg: mestring og ritualer	126
Fra mangel til tap	131

Kapittel 8

Vold og terror	132
Voldens ansikter	132
Dehumanisering	134
Former for dehumaniserende vold	136
Er menn mer voldelige?	142
Skam og skamløshet	143

Kapittel 9

Psykiske lidelser hos flyktninger. Hvordan møte flyktningpasienten? .	146
Tortur	148
Den posttraumatiske prosess: symptomer og problemer	151
Fysiske plager og symptomer	157
Mennesket – ikke sykdommen	157
Farida	158
Utvikling, sosial og kulturell bakgrunn.	160
Familiehistorie	160
Forløp	161
Psykodynamiske overveielser	161
Kulturell sykdomsforståelse	162
Diagnoser	162
Undersøkelse av flyktningpasienten	163

Del III Livet i eksil**Kapittel 10**

Eksil	167
Hjem	169
Hjem og tid	171
Identitet	177
Eksil: nye muligheter eller stagnasjon	181
1 Fra kjærlighet og hat til ambivalens	182
2 Nærhet og avstand	183
3 «Hvis bare ...» og «en dag så ...»	187
Å snakke – å forstå	189
Splittelse eller integrering	192
Traumatisering og språklæring.	194

Integrasjon eller assimilasjon	195
Integrasjon	197
Isolasjon/tradisjonell	198
Assimilasjon	199
Marginalisering	200
Eksil som frigjørende individuasjon?	201
Asylsøkerfasen	204
Eksilfasen	208
Kapittel 11	
Utvikling av resiliens	210
Hvilken behandling og rehabilitering er best?	
Innledning	210
Forskjellige oppholdstillatelser	215
Papirløse flyktninger	216
Helsetilbud til asylsøkere og flyktninger	216
Behandling og henvisning	218
Kommunale introduksjonsprogrammer for nyankomne flyktninger og innvandrere	219
Behandling og rehabilitering	220
Psykoterapeutiske behandlingsformer	222
Kapittel 12	
Tolken som formidler av mening og kultur	233
Utdanning av tolker i psykoterapeutisk og psykososialt arbeid.	235
Det lingvistiske nivå: Hva skjer med det pasienten sier i tolkeprosessen?	237
Arbeidsalliansen	240
Overføring og motoverføring	241
Konklusjon	244
Referanser	245
Register	255

Forord

Mennesker velger å flykte i situasjoner der det oppleves som det beste alternativet for å komme vekk fra farer. De flykter fra vold og krig, og mange bærer med seg erfaringer fra situasjoner som har vært overveldende og skadelige både for kropp og sjel. Volden og undertrykkelsen rammer den enkelte, men også familien og gruppen og dermed de nære ressursene som kan hjelpe. Flyktingtilværelsens uunngåelige tap har som regel begynt lenge før flukten ble bestemt. Vanskelige tap, både av nær familie, av muligheter og ikke minst av trygghet, gjør det til en formidabel oppgave å bygge livet opp igjen og skape gode sammenhenger i eksil.

Denne boka handler om flyktingers bakgrunn, deres opplevelser før, under og etter flukt og hvordan dette preger den enkelte og deres nærmeste. Den handler også om hvor vanskelig det er å finne gode løsninger og å se de mulighetene som kan være til stede for å gjenskape trygghet og skape noe nytt, både i den indre og den ytre verden.

Et hovedfunn i flyktingforskning er at det som skjer etter store påkjenninger som traumatiseringer og tap, er avgjørende for hvordan det vil gå senere både når det gjelder psykisk helse, integrasjon og utvikling. Det betyr at eksiltilværelsen også er mulighetenes område, og at vi som mottar flyktinger kan legge forholdene til rette for vekst og utvikling gjennom målrettet rehabilitering, behandling og andre tiltak, vel vitende om at det også er mange hindringer. Et hovedperspektiv i denne boken er å se på disse mulighetene: Hvor fungerer det, hvor svikter det og hva kan gjøres bedre?

Flyktinger er eller kan bli en verdifull ressurs. Det er mennesker med et sterkt potensial for å klare seg under vanskelige forhold og som kan utvikle seg i den vanskelige overgangsfasen som et eksil innebærer, bare det blir lagt til rette for det. Mange kjemper med vanskelige «sår» etter alvorlig traumatisering. Den enkelte og familien blir rammet på forskjellige måter og har derfor ulike problemer å forholde seg til. Det viktigste er å fremme utvikling fra den enkeltes og eventuelt deres familiers ståsted.

Denne boka er en omfattende revidering av boka *Flukt og Eksil* som kom ut i 2003. Som nevnt er hovedmålet å bringe oppdatert kunnskap om flykt-

ningtilværelsen; hva det vil si å være asylsøker og flyktning og spesielt å skissere hvordan forholdene kan legges til rette for vekst og utvikling. Derfor er resiliensperspektivet så sentralt for å forstå hvordan vekst skjer.

Det er en bok som ikke bare handler om å hjelpe flyktninger der de er, men spesielt å gjøre dem i stand til å leve egne selvstendige liv der de kan ta vare på sin egen identitet samtidig som de kan finne sin måte å leve på i sitt nye land Norge. Dette er en forandringsprosess med muligheter for vekst, også for oss nordmenn og -kvinner.

Det er viktig å få innsikt i den menneskelige siden ved flyktningssituasjonen. Det er lett å bare tenke i tall: hvor mange vi kan ta imot eller ikke ta imot, eventuelt sende ut. Men bak tallene skjuler det seg menneskeskjebner. De som måtte velge flukt, har ofte tidligere blitt sveket og krenket på det groveste og er rimeligvis meget sårbare for det samme i eksil. Empati med og forståelse for flyktingers «bagasje» er derfor viktig. Dette kan svikte når administrasjon av mottak organiseres eller når flyktningspørsmålet blir salderingspost i politiske agendaer. Det er et håp at boken kan bidra til en mer innlevende forståelse som igjen kan øke forståelsen for medmennesker på flukt.

Dette arbeidet hadde ikke vært mulig uten et meget stimulerende samarbeid med forlagsredaktør Mariann Bakken i Universitetsforlaget, kreativt samarbeid med Marianne Opaas og Mehdi Farshbaf i min forskergruppe og god støtte fra det faglige fellesskapet ved Høgskolen i Oslo og Akershus. Jeg føler også stor takknemlighet til de mange flyktingene jeg har møtt i behandling og andre sammenhenger. Disse møter er selve grunnlaget for den forståelsen som er presentert her i boka, og jeg håper jeg har gitt en god nok framstilling av deres situasjon.

Oslo, juni 2015

Sverre Varvin