

# frivilligt arbejde blandt **FLYGTNINGEBØRN**



→ Grundviden om flygtninge, kulturmødet og de udfordringer, det kan medbringe.

→ Det vigtige fællesskab i fritidsklubber, kirker, lejre m.v.



© Danmarks Folkekirkelige Søndagsskoler 2022  
soendagsskoler.dk

#### ALLE RETTIGHEDER FORBEHOLDNES

Kopiering fra dette hæfte må kun finde sted på institutioner, der har indgået aftale med COPY-DAN, og kun inden for de i aftalen nævnte rammer. Undtaget herfra er korte uddrag til anmeldelser.

#### Billeder

Anne Marie Vejen Najbjerg: Børneklub i Vinderslev (forsiden, side 2, side 35)  
Stella Meldgaard: Det kreative værested, Allerød (side 25, 29)  
Ben Haman: Thomas (side 39) / Privat: Line (side 39)  
Øvrige: gettyimages.dk

#### ARBEJDSGRUPPEN

Line Hede (red.)  
Konsulent i DFS med fokus på bl.a. flygtningefamilier og internationalt samarbejde  
Thomas Kildeholm Jensen  
Missionær i Indre Mission med fokus på familie- og tværkulturelt arbejde

Bestil hæftet på [soendagsskoler.dk](http://soendagsskoler.dk)

# Indhold

<b>FORORD: DERFOR DETTE HÆFTE</b> .....	<b>4</b>
<b>BAGGRUNDSVIDEN</b> .....	<b>6</b>
Asylansøgere i Danmark .....	6
Case: Hvad hvis det var dig? .....	8
Børn med traumer .....	10
Case: Børnene på Sjælsmark .....	12
<b>NY IDENTITET</b> .....	<b>14</b>
Mødet med ny kultur .....	14
Identitet og ny struktur .....	16
<b>HVORDAN MØDE BARNET?</b> .....	<b>18</b>
Opdragelse er kulturel .....	18
Forskelligt syn på værdier .....	22
Børn med udfordringer .....	24
Sådan skaber I relationer .....	26
Øvelse .....	27
<b>PRAKTISK</b> .....	<b>28</b>
Hvordan gør vi det så? .....	28
Opbyg en samling .....	30
Eksempel på en klubsamling .....	34
<b>EGENOMSORG</b> .....	<b>36</b>
Pas på dig selv .....	36
Øvelse .....	38
<b>RESSOURCER</b> .....	<b>39</b>

## DERFOR DETTE HÆFTE

*Vi ønsker at klæde dig på til et berigende og vigtigt arbejde med børn, der potentielt har en tung bagage og møder en fremmed kultur i Danmark.*

I efteråret 2018 blev vi spurgt til at være klubledere for en gruppe flygtningebørn. Lokale frivillige havde tidligere hjulpet til, men var udfordret af børnenes adfærd, der blandt andet skyldtes traumer, men også kulturmødet i form af forældresamarbejde og opdragelse.

Vi kom begge med erfaringer fra kultur møder, international arbejdserfaring og arbejde blandt udsatte børn, så vi gik ind i arbejdet med en god portion erfaring, faglighed og med flere værktøjer som hjælp.

Alligevel blev vi også udfordret i arbejdet med børnene. Derfor besluttede vi os for at lave et materiale til andre ledere, som arbejder med lokale flygtningebørn i klubber, på lejre, i spejdergrupper eller i kirken.

### ET FAGLIGT HÆFTE

Vi har dykket ned i relevante teorier og samlet en række praktiske redskaber, som vi prøvede af i klubben.

Hæftet er blevet skabt i samarbejde med en psykolog, pædagoger med erfaring i kultur mødet, en terapeut med fokus på PTSD samt fagfolk hos Dansk Flygtningehjælp og fra netværket Refugee Highway Partnership. TAK for alt det samarbejde, vi har haft med organisationer og enkeltpersoner, som har hjulpet os på vej og lært os så meget, at vi kunne skrive dette materiale.

### KONKRETE VÆRKTØJER TIL DIG

Udgangspunktet i hæftet er arbejdet med flygtningebørn, men der er også viden om kultur møder, identitetsdannelse og opdragelsesmønstre. Derfor kan du også læse med som leder, hvis I har klubbørn, der ikke nødvendigvis er flygtet til Danmark, men blot har en flerkulturel baggrund.

Vi ønsker med hæftet at give redskaber til arbejdet med flygtningebørn og opmuntre dig i dette vigtige arbejde. Kirken og foreningslivet kan gøre en stor forskel, når vi prioriterer tid og samvær med disse børn. Børnene har brug for et godt fællesskab at komme i, samvær med andre lokale børn og nogle voksne rollemodeller her i deres nye land Danmark.

Vi berører en faglig tilgang til traumer, hvordan traumer kommer til udtryk hos børn, og hvad ledere kan gøre - og ikke skal gøre. Endeligt er der henvisninger til en række online ressourcer fra organisationer og fagbøger, hvor du kan fordybe dig yderligere i emnerne.

Emnet er blevet uhyggeligt påtrængende pga. den aktuelle flygtningestrøm fra Ukraine. Selvom kulturen i Danmark og Ukraine minder mere om hinanden, end Danmark og fx Syrien, Eritrea og Afghanistan, vil meget i hæftet være relevant, hvis du møder disse børn. Og fremtiden vil vise, om der kommer nye typer af flygtninge, fx klimaflygtninge og nye konflikter. Uanset hvad, kan du gøre en forskel, lige der, hvor du er!

*Line Hede og Thomas Kildeholm Jensen  
Marts 2022*



## ASYLANSØGERE I DANMARK

*Få viden om, hvad en flygtning er, nøgletal om asylansøgere i Danmark, PTSD og børn med traumer samt den indvirkning det har at leve på et dansk udrejsecenter.*

Hvad er egentlig forskellen på en flygtning og en migrant? Det er begreber, der florerer i medierne, men det er godt at få styr på forskellen.

### EN FLYGTNING ER ...

En person, som er flygtet fra en farlig eller livstruende situation, fx krig, et totalitært styre, forfølgelse, organiseret vold eller naturkatastrofer. At være flygtning er en status, der skal opnås gennem asylprocessen og først efter, at jeg har opnået asyl i det pågældende land, bliver jeg anerkendt som flygtning rent juridisk. Indtil da er jeg i systemet juridisk set migrant eller turist.

Tabet af beskyttelse fra hjemlandet og deres nationale identitet gør flugten ekstra farlig. Denne beskyttelse opnår jeg først, når jeg har fået asyl i et andet land. Som asylansøger lever jeg med risikoen for at blive afvist og udvist.

FN's Flygtningekonvention beskriver en flygtning som "et menneske, der som følge af velbegrundet frygt for forfølgelse pga. sin race, religion, nationalitet, sit tilhørsforhold til en særlig social gruppe eller pga. sine politiske anskuelser befinder sig uden for det land, hvori han har statsborgerret, og som ikke er i stand til eller pga. en sådan frygt ikke ønsker at søge dette lands beskyttelse."

### EN MIGRANT ER ...

En person, som rejser af egen fri vilje eller på grund af dårlige levevilkår i sit hjemland, fx for at få et bedre job.<sup>1</sup> De fleste indvandrere i Danmark er migranter, og de bærer ikke rundt på flere traumer end den typiske etniske dansker.

### ASYLANSØGERE I DANMARK

Ifølge FN's Flygtningeorganisation er en asylansøger en person, hvis ansøgning om international beskyttelse stadig er under behandling.<sup>2</sup>

Der er mange forskellige holdninger til asylansøgere på dansk jord. Politikere bliver både beskyldt for at være for hårde og for milde mod asylgruppen. Dog viste et stort videnskabeligt studie i 2016, at synet på asylansøgere er overraskende ens i mange europæiske lande. Videnskab.dk skriver på baggrund heraf om dansk kontekst: "Herhjemme har mange travlt med at fortælle, hvor forfærdelige vi danskere er over for asylansøgere. Nogen gange kan man nærmest få det indtryk, at vi lever i 30'ernes Tyskland. Men resultatet understreger, at danskerne ikke er værre eller bedre end resten af Europa."<sup>3</sup>

1 Dansk Flygtningehjælp: Flygtningebørn i daginstitutioner, 2015

2 UNHCR: [unhcr.org/nej/dk/om-os/hvem-vi-hjaelper/asylansoegere](http://unhcr.org/nej/dk/om-os/hvem-vi-hjaelper/asylansoegere)

3 Videnskab.dk (09-2016): [videnskab.dk/kultur-samfund/afvist-europaeerne-gider-ikke-muslimske-asylansoegere](http://videnskab.dk/kultur-samfund/afvist-europaeerne-gider-ikke-muslimske-asylansoegere)

Du kan nedenfor se tallene for asylansøgere og antallet, der faktisk modtog asyl i Danmark i perioden 2015-2021. Tallet for asylansøgere i Danmark er faldet markant siden 2015, hvor der dog

også kom ekstraordinært mange. I Danmark kom i 2020 flest fra følgende lande: Syrien, Eritrea, Marokko, statsløse, Iran, Afghanistan og Irak.

	2015	2016	2017	2018	2019	2020	2021
<b>Antal asylansøgninger</b>	21.316	6.266	3.500	3.559	2.716	1.515	1.526 (pr. medio oktober)
<b>Antal udstedte opholdstilladelser til asylansøgere</b>	10.849	7.493	2.750	1.652	1.783	531 (pr. 30. november)	? (Tal ikke klar 03/22)

Tallene er fra Udlændingestyrelsen.<sup>1</sup> Sammenlignet med de andre nøgletal i Udlændingestyrelsens oversigt over opholdstilladelser i 2020 er asylansøgere 531 ud af ca. 54.500. Langt de fleste opholdstilladelser gives pga. EU-, erhvervs- eller studiemæssig tilknytning samt familiesamførsler. 143 ud af de 531 opholdstilladelser til asylansøgere var uledsagede mindreårige.

- Antallet af flygtninge med opholdstilladelse i Danmark er faldet drastisk siden 2015.
- Over de seneste fem år er antallet af asylansøgere faldet næsten hvert år.
- Antallet af både ansøgere og tildelt asyl blev

halveret fra 2019 til 2020. Udlændinge- og Integrationsministeriets hjemmeside forklarer også, at "flere flygtninge forlader Danmark, end der kommer ind"<sup>2</sup> allerede i 2019.

- Antallet af flygtninge, der søgte asyl i Danmark i 2020, er faldet trods store kriser i civilsamfund og mange naturkatastrofer i verden.
- I 2022 sidder ca. 2.500 indkvarterede i asylcentre, hvoraf 700 bor i et af de tre udrejsecentre<sup>3</sup>.
- Tallene vil ændre sig markant i 2022 pga. situationen i Ukraine.

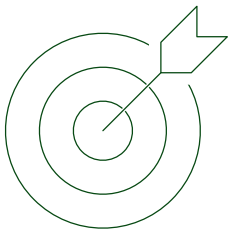
<sup>1</sup> Udlændingestyrelsens hjemmeside: Tal på udlændingeområdet pr. 30.11.2020 samt [refugees.dk/fakta/tal-og-statistik](https://refugees.dk/fakta/tal-og-statistik)

<sup>2</sup> [uim.dk/nyheder/2020/2020-05/flere-flygtninge-forlader-danmark-end-der- kommer-ind](https://uim.dk/nyheder/2020/2020-05/flere-flygtninge-forlader-danmark-end-der- kommer-ind)

<sup>3</sup> [refugees.dk/fakta/tal-og-statistik](https://refugees.dk/fakta/tal-og-statistik)

## HVAD HVIS DET VAR DIG?

*Før, under og efter flugten. Det kan gøre det lettere at forstå andre, hvis vi prøver at forestille os deres situation.*



Forestil dig, at du kommer hjem fra arbejde. Der har været tumult i dit område, og du og din familie har været bange i et stykke tid, men du havde aldrig forestillet dig, at du skulle flygte.

En granat falder i naboens have, og der er splinter og røg overalt. Du og din familie frygter for jeres liv, og I pakker, hvad I kan bære og absolut ikke

kan undvære, i et par tasker.

I løbet af natten lister I jer væk og søger mod sikkerhed - forhåbentlig. Væk fra jeres hjem, jeres naboer og venner. Væk fra stedet, hvor jeres børn er vokset op. Fra job, sikkerhed og måske en høj status i samfundet.

I går nu mod uvished, usikkerhed og en ukendt fremtid. Det er utrygt og voldsomt.





Når folk flygter fra deres hjem, sker der store tab. Ikke blot materielle tab, men tab af alt det kendte og sikre. Der er både tale om sprog, kultur, job, trosfællesskab, status, forståelse af samfundsregler og normer. Folk går fra at være en del af majoriteten til minoriteten; fra os til dem. De er pludselig på ydersiden af samfundet.

Langt de fleste flygtninge i verden flygter til andre steder i deres eget land. De bliver altså internt fordrevne personer (i 2020 var der 48 mio. internt fordrevne)<sup>1</sup>. Andre flygter til nabolande, hvor mange ting er nye, men sproget og kulturen ofte ligner det, de kommer fra. Langt de færreste flygter til lande langt væk. Asylansøgere og flygtninge uden for hjemlandet var i 2021 31 mio. personer. Der er i alt sket en stigning fra ca. 40 mio. i 2010 til 80 mio. i 2020.

Når en person flygter fra trygge rammer, en kendt fremtid og kendte normer og samfundsregler, kan disse omvæltninger kaste selv det mest robuste menneske ud i traumatisering. Flugtens

påvirkning er ikke kun den tid, hvor mennesker kæmper sig igennem et vildt landskab eller farligt hav. Flugten starter allerede, når man forlader sit hjem og fortsætter, når man ankommer til et center eller en teltlejr et fremmed sted. Både børn og voksne kan opleve grusomheder, før de forlader deres hjemegn; lige så vel som overfald, død, sult, vold, ondskab, sorg eller voldtægt, mens de bevæger sig igennem fremmede lande eller over havet og er ofte i kontakt med skrappelløse menneskesmuglere.

### EKSILTIIVÆRELSE

Når man er på flugt eller venter på afgørelsen på sin asylsag, befinder man sig i en eksiltiværelse, hvor man ikke hører til nogle steder. Uvisheden er stor og kan være stressende uanset alder. Eksiltiværelsen og de mange uvisheder om fremtiden kan være med til at forværre ens mentale helbred og i sidste ende udløse traumer, angst, stress eller depression.

<sup>1</sup> Tallene på denne side er fra [unhcr.org/refugee-statistics](https://www.unhcr.org/refugee-statistics)

## Lær mere

Lær mere om børn og traumer på vidensportalen [traume.dk](https://traume.dk/traume.dk/content/viden-om-traumer)

## BØRN MED TRAUMER

*Alle flygtninge bliver påvirket af rejsen ud i det uvisse, men ikke alle bliver traumatiseret.*

### HVAD ER TRAUMER OG PTSD?

Trauma er græsk og betyder sår. Traumer kan ligesom fysiske sår have forskellig grad og alvorlighed. Mennesker har en særdeles stærk overlevelsesdrift. De belastninger, man kan opleve under en flugt, bliver ofte blokeret af hjernen under selve flugten, fordi overlevelsesdriften er så høj.

For mange flygtninge er det først, når de er ankommet til et midlertidigt opholdssted og kroppen er faldet til ro, at de mange grusomme oplevelser begynder at hemsøge kroppen og hovedet.

Ordet traume er en bred definition af eftervirkninger på en voldsom hændelse, og det kan komme til udtryk både fysisk og mentalt.

Mennesker, som har oplevet noget traumatisk, kan opleve tab af identitet, nationalitet, kultur, relationer, familiestruktur og faglige kompetencer. For børn kan det være, at deres skolegang er sat på pause eller delvist skal tages om. Det kan også være tab af sprog, venner og trygge rammer.

Hvis en person bliver udsat for mange traumer eller lever i en stressfyldt hverdag over lang tid, kan vedkommende udvikle diagnosen PTSD (posttraumatisk stresssyndrom), som kan komme til udtryk gennem intens frygt, hjælpeløshed, følelse af tab af kontrol m.m.

Traumer rammer ikke nødvendigvis ved ankomsten eller i starten af et ophold i et nyt land, men kan også ramme kroppen efter noget tid.

### BØRN MED TRAUMER

Dansk Flygtningehjælp skriver:

“Typiske traumatiske oplevelser for flygtningebørn kan være forældres eller nære slægtninges død, at være udsat for eller overvære vold eller overgreb, at skulle leve adskilt fra sin familie i længere tid, deltagelse i krigshandlinger, fattigdom og nød på grund af krig, samt selve flugten. Diagnosen PTSD stilles til både børn og voksne [...] Børn er særligt udsatte, og traumatiske oplevelser kan få betydning for deres emotionelle og kognitive udvikling.”<sup>1</sup>

Ofte forekommende symptomer hos børn er:

- Mareridt
- Angst for at være alene
- Let vakt ophidselse og vrede
- Uro og hyperaktivitet
- Vanskeligheder ved social kontakt
- Koncentrationsbesvær
- Indlæringsvanskeligheder
- Indesluttethed
- Kropsspændinger.


### HVORDAN SER MAN BØRN MED TRAUME?

Traume kommer til udtryk på mange måder. Derfor skal man ikke kun tilskrive traumer til børn, der er højtråbende, udadreagerende eller

<sup>1</sup> Dansk Flygtningehjælp: Flygtningebørn i daginstitutioner, 2015

## RESILIENS OG KOKOSPALMER

Traumer kan mærke flygtningebørn for livet. Heldigvis er vi mennesker ofte i stand til at håndtere stress, katastrofer og anden modgang - et begreb kaldet resiliens. Tim Elverson fra Life Transitions Refugee har sammenlignet det at være flygtning i et nyt land med en kokospalme:



En kokospalme vokser ofte steder med orkaner og voldsomt vejr (mit traume). **Rodnettet** er det i mig, som er permanent, uforanderligt og giver mig styrke (fx min identitet, familie og værdier). **Stammen** er de situationer i mit nye liv, hvor jeg må være fleksibel og tilpasse mig (fx min mentalitet og selvbillede). Den bøjer sig i stormen. **Toppen** af palmen er ting fra mit tidligere liv, som jeg bliver nødt til at slippe i den nye tilværelse. Det kan jeg ikke holde fast på i stormen. Blade og frugter knækker og falder af i stormen.

Billedet hjælper til at forstå, at selvom blade og frugter flyver og stammen bøjer sig, så er rodnettet stærkt og jeg er ikke helt væltet. Og jeg ved, at frugterne nok skal komme igen, når palmen (min livssituation) har fået ro omkring sig.

forstyrrende. De stille børn kan også være ramt. Traume kan komme til udtryk både som kortvarige fysiske reaktioner (fx flashbacks og angst) eller som gennemtrængende adfærdsmønstre (vrede, koncentrationsbesvær og uro).

Hvis man har en mistanke om, at et barn har et traume, så snak med forældrene om at søge professionel hjælp.

En måde at hjælpe børnene kan være et MindSpring-forløb - en underafdeling af Dansk Flygtningehjælp. MindSpring laver forløb, hvor der anvendes i gruppeforløb for og med flygtninge og indvandrere med henblik på at styrke handlekompetencer hos deltagerne gennem ny viden og en bevidstgørelse af egne reaktioner på krig, flugt og livet i eksil.

MindSpring-gruppeforløbene tilbyder deltagerne værktøjer til at handle på konkrete udfordringer i deres tilværelse i Danmark. MindSpring kan også afholdes som forløb for og med børn i alderen 9-14 år.

Dog er MindSpring ikke en professionel behandlingsindsats, men kan derimod være en god forebyggende indsats også for flygtningebørn, der kan forebygge psykisk og social mistrivsel samt skabe grundlag for et socialt netværk. I følge MindSpring kan børn med traumer med en professionel indsats hjælpes i en sådan grad, at de kan komme til at leve et normalt liv.

Du kan, efter en snak med forældrene, kontakte MindSpring gennem deres hjemmeside for mere hjælp: [mindspring-grupper.dk](https://mindspring-grupper.dk)

## NÅR FORÆLDRES TRAUMER GÅR UD OVER BØRNE

Børn kan også påtage sig såkaldt sekundær traumatisering, dvs. at traumatiseringen får de fra forældre eller en anden nær relation.

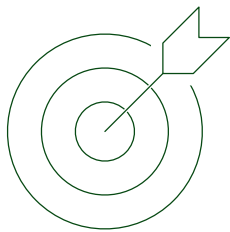
Forældrenes mentale tilstand kan påvirke barnet i så høj grad, at de overtager symptomer og reaktioner fra forældrene. Ikke alle flygtningebørn er traumatiserede, men alle er ekstra udsatte. Fx kan en traumatiseret far reagere voldeligt og aggressivt i en situation af mindre betydning, eller en mor kan være mentalt fraværende i lange perioder og næsten virke ligeglad med relationen til barnet.

Disse ændrede forhold mellem forælder og barn kan påvirke barnets mentale velvære og sociale adfærd. Særligt hvis det sker gentagne gange over lang tid.

Vær gerne opmærksomme på forældrene, men vær ikke mistænksom på forhånd. Snak gerne med forældrene og vær omsorgsfuld og ærlig, når du gør det. Du kan altid få hjælp ved kommunen, hvis du er bekymret over det, du ser.

Hvis du får kendskab til, at et barn udsættes for vanrøgt eller nedværdigende behandling, har du ifølge loven pligt til at underrette kommunen. Som underretter bliver du ikke part i sagen.

# Case: Børnene på Sjælsmark



Der sidder børn på forskellige centre i Danmark - både på ankomstcentre og udrejsecentre. Livet er ikke nemt på et sådan center, for ingen ved,

hvornår man skal videre, og om man får lov at bo i Danmark eller sendes ud af landet til en ukendt fremtid. Den lange ventetid og usikkerhed har en stor psykisk påvirkning på både børn og voksne.

Et ophold på et udrejsecenter skal i teorien være et kort ophold før udrejse, men en stor gruppe børn og voksne har frem til 2020 opholdt sig i længere tid på Udrejsecentret Sjælsmark, Nordsjælland. Et stort fokus på forholdene på udrejsecentret gjorde, at Røde Kors udarbejdede en rapport.

## RØDE KORS' VURDERING

I en officiel rapport fra Røde Kors udgivet i 2019<sup>1</sup> forklares forholdene på Sjælsmark, og hvilken mental påvirkning de lange ophold med skærpede vilkår har på børnene. Rapporten blev lavet, fordi der var stigende mistrivsel blandt børnene:

“Tidligere kunne børnefamilier blive boende på opholdscentre indtil kort tid før afrejse. Nu skal familierne flytte til hjemrejsecentre eller udrejsecentre umiddelbart efter afslag på asyl. Det medfører lange opholdstider på disse centre under skærpede vilkår [...] I slutningen af 2018 havde cirka en tredjedel af børnene boet på Udrejsecentret Sjælsmark i over et år” (s.13).

“De 24 familier, som har været i Danmark i tre år, er gennemsnitligt blevet flyttet 5,2 gange mellem asylcentre. [...] Forældre og børn oplever asylcenterskift og skoleskift som en meget belastende del af asyllivet. Børnene mister ofte relationer til venner, lærere eller pædagoger, og de mister

gradvist interessen i at danne nye relationer” (s.13).

Rapporten vurderer, at halvdelen af børnene på Udrejsecenter Sjælsmark har traumer. Rapporten konkluderer desuden, at “der er grund til alvorlig bekymring for børnenes trivsel og udvikling, at der er reel risiko for, at børnene stagnerer i deres udvikling, og at deres aktuelle symptomer bliver kroniske” (s.4).

En af rapportens endelige anbefalinger er flere fritidstilbud såsom klubber. I rapporten hedder det, at der er brug for “et helt nødvendigt frirum, hvor de kan udvikle sig gennem leg, samvær og venskaber. For alle børn på centret er det vigtigt, at der findes en mulighed for samvær med andre børn i trygge rammer” (s.40).

## TRYGGE FÆLLESSKABER GØR EN FORSKEL

Klubber og trygge fællesskaber med andre børn er altså særdeles vigtige for flygtningebørnenes velbefindende.

Et sted, hvor børnene fra Sjælsmark kunne finde et fristed, var i børneklubben i Trampolinhuset, København. I maj 2019 lavede forfatterne af dette hæfte et interview med den ansatte psykolog ved Trampolinhuset, som arbejder med børnene fra Sjælsmark. Hun vurderede, at alle børn på Sjælsmark nu er traumatiserede pga. deres ophold på centret. Hun fortæller, at ikke alle børn var ramt af traumer, da de ankom til Danmark, men efter at have boet på Sjælsmark er de alle blevet det.

Trampolinhuset blev lukket i 2021, men er delvist åbnet igen i starten af 2022 i Apostelkirken, København. Dog på nedsat tid og ressourcer.

<sup>1</sup> Trivsel hos børn på udrejsecenter Sjælsmark - en psykologisk undersøgelse, Røde Kors 2019

# Tal sammen i lederflokk

Det er et kæmpe dilemma for afviste asylansøgere at skulle vælge at blive i et land, hvor de ifølge deres behandlede sag ikke længere er velkomne. Hvis I var afviste asylansøgere med familie, ville I så vælge at blive i uvis tid på et udrejsecenter? Hvad taler for at blive? Hvad taler imod at blive? Børnene er gidsler i disse situationer - men husk, at forældrene gør det i den bedste mening, fordi de har et håb og en tro på et andet udfald af fx en klagesag.

Rapporten kan hentes på [rodekors.dk/sjaelsmark](http://rodekors.dk/sjaelsmark)



# TRIVSEL HOS BØRN PÅ UDREJSECENTER SJÆLSMARK



En psykologisk undersøgelse



RØDE KORS

# Ny identitet

## MØDET MED EN NY KULTUR

*Vores identitet bliver udfordret, når vi møder en ny kultur. Det gælder både mig, der er ny i landet, og dig, der møder de nye i landet.*

Hvis det er første gang, du møder en flygtning, så vil vedkommende være fremmed på den ene eller anden måde. Hvis du derimod prøver at sætte dig i flygtningens sted og se deres nye hverdag igennem deres øjne, så er det dig, der er den fremmede. Derfor er det godt at være åben, når du møder noget, du måske synes er underligt.

At være flygtning betyder ikke blot, at du forlader alt det kendte og forudsigelige fra hjemlandet - kulturen, normer, sprog, skolegang, mad, det lokale klima og relationer som familie og venner.

Før var du en del af majoriteten; en del af samfundet. Som flygtning er du pludselig blevet en minoritet. Du forstår ikke alle de usagte regler, normer og forventninger.

I både store og små hverdagsinteraktioner kan der opstå forvirring eller misforståelser. Det kan være i relationen til naboerne, som klager over forskellige ting som støj, lugte, opførsel eller rod, men de har aldrig taget en samtale med dig og delt de uskrevne regler om naboskab og "her plejer vi at ..." -forventningerne.

Eller når du er på ude i samfundet, og du føler presset til at opføre dig "ordentligt" og "rigtigt" fx i køen i Netto, i bussen, i netværksgrupper, til møde med pædagogerne, i børnehaven, hos sagsbehandleren, i klubben eller på jobbet. Der er usagte forventninger til dig som forælder, som mand/kvinde og som medarbejder, der ikke ligner dem, du kender fra din egen kultur og dit hjemland.

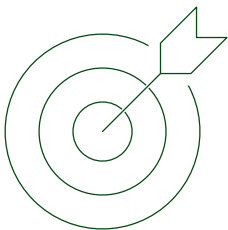


I hverdagsmøder som disse, hvor du ikke ved, hvad du er forventet at gøre, eller hvad du kom til at gøre "forkert", kan mentale udfordringer som traumer og PTSD forstærkes, og trangen til at gemme sig væk i sit eget hjem og isolere sig kan være fristende.

Typisk vil mænd og kvinder fra andre kulturer reagere meget forskelligt, og det vil yderligere forstærke oplevelsen at være værende fremmed.

Fx vil kvinder fra lande, hvor der kultur eller religiøse normer for at kvinder er underdanige og indordner sig, lettere kunne accepteres af den nye kultur, fordi de netop tilpasser sig autoriteter (der kan være pædagoger eller spejderledere).

Mænd fra samme kultur vil i højere grad skille sig ud og måske fremstå oprørske, når de blot følger en kultur med at manden eller den lokale klanleder har autoritet og skal have det sidste ord.



Kulturforskeren Iben Jensen<sup>1</sup> forsker i mødet mellem kulturer. Hendes forskning viser, at manglen på kulturforståelse kan skabe misforståelser eller reducere folk til blot at være et produkt af deres kultur.

Et eksempel kunne være, at når etnisk danske forældre kommer lidt for sent til et møde i børnehaven, tænker pædagogen måske, at "det var nok

på grund af trafikken, måske var bussen forsinket, eller den mindste ville ikke i sit overtøj".

Samme pædagog kan i mødet med forsinkede flygtningefamilier måske komme til at tænke: "Tja, i deres kultur kommer man jo altid for sent", selvom forældrene havde samme udfordring som de etniske danske. På den måde er flygtningefamilien blevet reduceret til et produkt af deres kultur.

<sup>1</sup> Iben Jensen: Grundbog i kulturforståelse, 2018 (3. udgave)

## Tal sammen i lederflokk

Har du flere eksempler på, at folk er blevet reduceret til at være et produkt af deres kultur?

## IDENTITET OG NY STRUKTUR

*Familiestrukturer og religiøse strukturer og normer kan blive udfordrede i en kultur som den danske, der er på en helt anden måde.*

### IDENTITET OG NY FAMILIESTRUKTUR

Det nye liv i et fremmed land kan også påvirke familiestrukturen. Manden har måske ikke lov til eller mulighed for at arbejde, og det giver et ekko i hele familien. Mange flygtningefamilier i Danmark kommer fra lande, hvor normen er, at manden er den primære forsørger, og kvinden bruger sin tid i hjemmet med børn, naboer, slægtninge og husligt arbejde.

Når denne familie så skal starte sin nye tilværelse i Danmark, men manden ikke kan leve op til sine egne eller familiens forventning om at være primær forsørger, leder dette ofte til drastiske ændringer i familiens dynamik og selvforståelse hos begge forældre.

Dertil kommer, at kvinder ofte er hurtigere til at lære både sprog og at skabe sig nye netværk end mænd. Der viser forskning blandt minoritetsfamilier i Danmark:<sup>1</sup>

“Nogle mænd kan i den forbindelse opleve, at deres plads i hjemmet - den eneste magtposition, de måske har tilbage - udfordres [...] Modsat kan kvinder - ud over nye muligheder - også opleve en kontinuitet på tværs af migrationsprocessen, fordi de i høj grad bibeholder ansvaret for børn og familie [...] Dette kan medvirke til, at kvinder ofte

er bedre til at tilpasse sig den ændrede livssituation, som migrationen medfører, end mænd er”.

De nye familiemønstre og dynamikker leder til flere skilsmisser blandt etniske minoriteter. Ny forskning fra 2020 viser denne stigning blandt muslimske par, der er opvokset i Mellemøsten, men bor i Danmark nu<sup>2</sup>.

En imam fortæller her om mændenes indre kamp med det nye paradigmeskift:

“Mandlige muslimer, de har meget svært ved at acceptere den nye rolle, de har fået, og den nye rolle for deres kone. Det vil sige, han kan ikke fordøje eller synke, at nu kan min kone være selvstændig og have sin egen konto, og hun kan godt selv gå ud uden mahram [følge].

Hun kan sidde med andre mænd i klassen og få undervisning, og hun kan gå på arbejde, og hun kan køre bil selv. Alle de ting har de arabiske, muslimske mænd generelt svært ved at acceptere” (s.248).

Uanset religiøst tilhørsforhold vil mange mænd være udfordret af de danske køns- og familienormer. Det kan få en mærkbar effekt på mange nyankomne familiers ægteskab, forældreskab og opdragelse.

<sup>1</sup> Etniske minoritetskvinder og skilsmisse – med fokus på muslimske praksisser, s.248. VIVE – Viden til Velfærd, 2020  
<sup>2</sup> ibid.



## IDENTITET OG NY RELIGIØS STRUKTUR

Langt de fleste asylansøgere kommer fra lande med en stærkere national religiøsitet end Danmark. Om individerne selv tilslutter sig det almene religiøse syn er forskelligt, men fælles for langt de fleste er, at religiøsitet er tæt knyttet til kulturelle normer og til hverdagslivet.

Den nationale religiøsitet kan være den trygge ramme, som gav hverdagen form eller det regime, man valgte at flygte fra på grund af religiøs forfølgelse. Ankomsten til Danmark er derfor også på den religiøse front en stor omvæltning.

En stor andel af asylansøgere i Danmark kommer med en kristen baggrund, bl.a. fra Eritrea, Den

Demokratiske Republik Congo og Iran. Selvom Danmark anses for at være et kristent land med en dertilhørende statsstøttet kirke, er den nye tilværelse også en omvæltning for kristne flygtningefamilier. Gudstjenester og menighedsliv i danske kirker ligner slet ikke, hvad de er vant til.

Organisationen Folkekirkens Migrantsamarbejde deler fortællinger fra landets migrantmenigheder. Der sker mange spændende tiltag i mødet mellem danske folkekirker og de forskellige migrantmenigheder, men kultur- og kirkemødet har også sine udfordringer. Her er altså endnu et sted, hvor nyankomne familier er på usikker grund.

## Lær mere

### Her er forslag til mere læsning

- Grundbog i kulturforståelse (3. udgave 2018) af Iben Jensen
- Flerkulturelle Rødder (2012) af Maria Christensen og Svend Løbner Madsen
- Artikel om flerkulturelle børn: [imta.dk/inspiration/vis/artikel/boern-med-flerkulturelle-roedder](http://imta.dk/inspiration/vis/artikel/boern-med-flerkulturelle-roedder)

### Kirkelige organisationer, der arbejder med migranter/flygtninge

- Folkekirkens Migrantsamarbejde: [interchurch.dk](http://interchurch.dk)
- Tværkulturelt Center: [tvaerkulturelt-center.dk](http://tvaerkulturelt-center.dk)
- Indre Missions Tværkulturelle Arbejde: [imta.dk](http://imta.dk)

# Hvordan møde barnet?

## OPDRAGELSEN ER KULTUREL

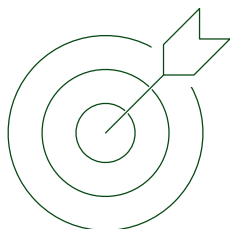
*Hvad en klubleder måske synes virker som dårlig opførsel, er ofte tegn på en opdragelse, der har de samme elementer med, bare i en anden rækkefølge.*

Når vi arbejder med flygtningebørn, vil vi ofte opleve, at de er opdraget på en anden måde end den, vi er vant til. Dvs. at de kan have nogle andre normer, værdier og syn på, hvad gode dyder er.

I praksis kan dette komme til udtryk i barnets adfærd og din ageren som voksen over for barnet. Måske oplever du, at barnet ikke lytter eller handler på det, du siger. Du synes måske, at barnet er respektløst. Eller du er helt grundlæggende udfordret af at skabe en god kontakt og relation til barnet. Det samme kan vi også opleve, når vi arbejder med etnisk danske børn, men alligevel oplever vi, at mennesker fra forskel-

lige kulturer har forskellige måder at tænke på. Vi har forskellig opvækst, forskellige erfaringer og kontekster. Det kan være en stor hjælp at være opmærksom på vores kulturelle baggrund, for det kan have afgørende betydning for din relation til barnet. Som vi kommer ind på senere, er relationen det vigtigste at fokusere på først, når vi møder et flygtningebarn - om det er i kirken, klubben, spejdergruppen eller på en lejr.

Vi tager udgangspunkt i en case. Hvert afsnit starter med et eller to spørgsmål, som du kan reflektere over selv eller med dit team.



Det er blevet torsdag og tid til børneklub. Ali på 8 år er lige flyttet til byen sammen med sin familie.

Hans forældre er født og opvokset i Irak, men er flygtet til Danmark. I dag skal Ali i børneklub, fordi hans forældre er blevet kristne og derfor ønsker, at Ali lærer noget mere om Bibelen.

Da Ali træder ind i lokalet, sidder alle børnene stille og lytter. Jytte, en af klubbens ledere, kommer smilende hen til Ali og byder ham velkommen, hvorefter hun fortæller: "Vi startede altså

for 10 minutter siden. Du er nødt til at komme til tiden, ok?"

Ali sætter sig ned, men får øje på en bold, som ligger på en stol lidt væk fra ham. Han rejser sig straks og henter den. Han afbryder Kenneth, som er ved at fortælle noget til børnene, og spørger: "Skal vi ikke spille bold i dag? Det vil jeg gerne". Kenneth fortæller ham, at han skal være stille og lytte. Lige nu skal de ikke spille bold.

Ali tager bolden og kaster den hen til en anden dreng i klubben og griner.

## Tal sammen i lederflokket

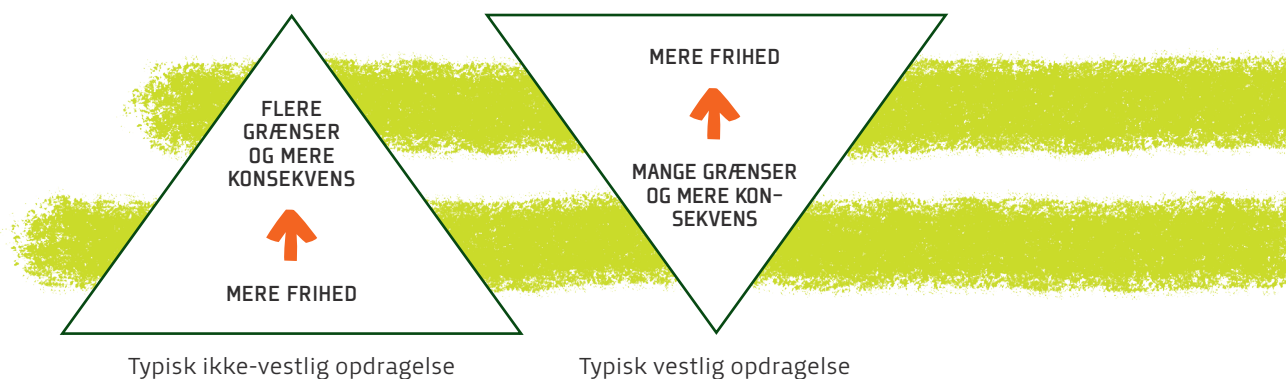
Hvis du var Kenneth, hvordan ville du så reagere?

Hvad kunne du som leder gøre i denne situation?

## OPDRAGELSESPYRAMIDERNE

En af de største forskelle, groft skitseret, er måden at tænke opdragelse på. I en mellemøstlig og en asiatisk tradition vil man ofte opleve, at man - muligvis ubevidst - opdrager ud fra en omvendt opdragelsespyramide end den, vi bruger i Danmark og en række andre vestlige lande.

I Danmark peger flere pædagogiske retninger på, at det er vigtigt at sætte grænser og udstikke rammer for børn. Overtræder børnene disse grænser, bør der være en konsekvens. Disse grænser og konsekvenser er der flere af, jo yngre barnet er, mens der bliver færre, jo ældre barnet bliver (se figuren herunder).



## EKSEMPLER PÅ FRIHED VS. GRÆNSER

I typisk vestlig opdragelse vil barnet opleve mere frihed i takt med, at det bliver ældre. I de fleste danske hjem skal børn smage på al maden og blive siddende, indtil alle har spist op. Det kaldes bordskik.

I typiske ikke-vestlige kulturer vil dette opfattes som en underlig måde at opdrage på. Derfor kan en klubleder synes, at der ikke er bordskik i en østasiatisk familie, fordi børnene kun spiser det, de har lyst til og løber fra og til bordet.

Opdragelsen begynder med meget frihed i typiske ikke-vestlige familier, hvor små børn nærmest

må alt. Der er ikke mange grænser, men med alderen snævres rammerne for adfærden ind med flere krav og grænser. Rammerne snævres oftest hurtigst for pigerne, mens drengene typisk får længere snor. Det kan virke uretfærdigt for en typisk vestlig klubleder, der er opdraget i en individualistisk kultur, hvor der i forhold til normer ikke er forskel på kønnene.

I eksemplerne handler det ikke om god eller dårlig opdragelse af børnene fra de ikke-vestlige kulturer, men om at kulturen giver meget frihed til børnene, der først med tiden vokser ind i kollektive grænser og regler.

I en omvendt opdragelsespyramide af den danske

får barnet ikke sat nær så mange grænser, og hvis barnet ikke overholder disse grænser, vil det ikke nødvendigvis udløse en konsekvens.

Man kan opleve, at barnet får lov til meget mere uden nogen påtale. Men når barnet bliver ældre, bliver opdragelsen omvendt strammet til.

Det store barn vil nu møde flere regler og krav, som skal overholdes. Konsekvenserne kan nu være ændret fra 'næsten fraværende' til 'særdeles strenge'.

I praksis betyder dette, at de mindre børn ikke er vant til at opleve en konsekvens efter en handling, og barnet har derfor ikke lært, hvorfor det skal overholde et bestemt sæt regler.

I casen ovenfor ser vi Ali, som ikke har lært, at det er vigtigt at komme til tiden, da det ikke er en fast regel i hans familie og hans families kultur.

At man skal række hånden op, lytte og være stille, når en anden taler, er måske heller ikke noget, han har lært vigtigheden af endnu.

## **MERE TÅLMODIGHED, STADIG KONSEKVENNS**

Jytte og Kenneth er derfor nødt til at være mere tålmodige over for Ali. Samtidig skal de være ekstra opmærksomme på konsekvenser, når han skal lære klubbens regelsæt.

Lederne er nødt til at forklare Ali, hvad han må og ikke må - hvad der forventes af ham ved både udtalte og ikke-udtalte normer og regler. Hvis han ikke overholder klubbens regelsæt, skal der så være en konsekvens.

Nogle eksempler på konsekvenser kunne være, at han for en stund må lave en aktivitet i et andet rum, få lidt tid med en leder i hjørnet af lokalet, eller lederne kan tage en samtale med forældrene (uden Ali) om udfordringen.

Husk dog altid at gøre det med smil og tålmodighed, fordi barnet gør det ikke for at være på tværs, men fordi han ikke har redskaberne til at være inden for de rammer, du som leder har sat. Derfor er det også vigtigt, at barnet tydeligt får at vide, hvilke regler og rammer, der findes i denne klub, kirke eller lejr. Ligeledes må man gøre det tydeligt, hvad konsekvensen kan være, hvis man ikke overholder dem.

Se mere på side 28 under afsnittet om en fast pædagogisk linje.



# Hvordan møde barnet?

## FORSKELLIGT SYN PÅ VÆRDIER

Når vi arbejder med flygtningefamilier, kan vi opleve, at vi lægger stor vægt på helt forskellige dyder. Andre gange er det vores forståelse af dyderne, der er helt forskellig.

I mødet med et barn - uanset etnisk og kulturel baggrund - kan vi opleve, at vi kan have meget forskellige værdier. Værdier, som kan ligge til grund for barnets adfærd og handlemåde i forskellige situationer. Værdier kan også kaldes dyder. De er en del af vores ubevidste tankegang og påvirker vores handlinger.

Derfor kan de forskellige syn på dyder ofte kolliderer, uden vi er bevidste om, hvorfor den anden handler så anderledes, end vi selv ville gøre.

I alle kulturer kan man tale om forskellige dyder, der udgør en god moralsk opførsel. Dyderne

sniger sig ind i opdragelse og dannelse, og de bliver en del af normen for, hvad det omgivende samfund mener, en god opførsel er.

### HVAD MENER VI MED DYDER?

Her betyder dyder værdibaserede egenskaber, som er vigtige i relationen til andre mennesker. Hvis man efterlever alle disse dyder i enhver situation, så kan man tale om at være et dyds-mønster. Udfordringen med dette ideal er, at vi som mennesker ikke er i stand til at efterleve alle

Eksempler på værdier	Forklaring (hvordan det ser ud i praksis er meget afhængigt af kulturen)
Barmhjertighed	Du viser medfølelse, er næstekærlig og har et ønske om at opnå enighed.
Indsatsvilje	Du er aktiv og er villig til at arbejde. Du lader ikke andre om arbejdet.
Tålmodighed	Du er sen til vrede, tilgiver og viser nåde. Du ønsker at løse en konflikt i fred.
Venlighed	Du er medlidende og empatisk. Du har sympati uden fordomme.
Ydmyghed	Du er uselvisk og respektfuld. Din opførsel er beskeden og du anerkender i højere grad andre, frem for at ophøje sig selv.
Retfærdighed	Du ønsker at behandle alle rimeligt og fair og mener, at alle har samme rettigheder - inden for den lov og ret, samfundet/kulturen opretholder.
Ærlighed	Du holder dig til sandheden og er oprigtig. Du står ved dig selv, siger din mening og jeg kan stole på og regne med dig.
Gavmildhed	Du ønsker at højne trivsel og velbefindende hos mennesker omkring dig.
Selvkontrol	Du er i stand til at leve efter dine egne regler og værdier i stedet for at gøre det, der er populært eller det, du umiddelbart bliver fristet af.
Kyskhed	Du er seksuelt afholdende (typisk før ægteskabet) ifølge moralske, kulturelle eller religiøse normer og værdier. Du opfører dig moralsk og sømmeligt.
Udholdenhed	Du har en uændret væremåde uanset omstændigheder (en stoisk ro). Du undgår følelsers indflydelse på dine beslutninger og kan adskille følelse og fornuft.
Respekt for autoriteter	Du mener, at der er brug for autoriteter (fx ældre) til at vise dig en retning.
Åbenhed/nysgerrighed	Du ser det som positivt at lære nyt, både viden og ift. andre mennesker.

vi vil **se** den enkeltes værdi  
**bygge** trygge relationer  
**være** rummelige fællesskaber

dyderne, hvor meget vi end gerne ville.

Vi er præget af vores opvækst og baggrund, og derfor lægger vi også bevidst eller ubevidst mere vægt på nogle af dyderne end andre.

Vores opvækst og baggrund gør, at vi anser nogle bestemte for at være særligt vigtige. Vi kan også have en tendens til at lægge mindre vægt på andre dyder, da vi anser dem for mindre vigtige.

Men ofte forbliver dyderne usagte og usynlige. Her kan personer med forskellig kulturel baggrund gå meget forkert af hinanden.

Hvad betyder det fx at være kysk, altså at være ren i sin opførsel? Hvad vil det sige at respektere sine forældre og familiens ære? Eller hvad betyder tilgivelse i forskellige kulturer? Her kan dyderne betydning også være påvirket af ens religiøse ståsted.

Her på siden kan du se Danmarks Folkekirkelige Søndagsskoler tre værdier. Læs mere om dem på [soendagsskoler.dk/om-dfs](http://soendagsskoler.dk/om-dfs)

På hjemmesiden kan vi læse: "Vi har nogle grundlæggende værdier. Værdierne fortæller, hvad der er vigtigt for os, og hvordan vi gerne vil have det

hos os. Det er det, vi vil måles på i dagligdagen."

På samme side ligger et samtalehæfte, der gennemgår de forskellige værdier med en række arbejdsspørgsmål.

#### EKSEMPEL: BØRN OG INDIVIDUELT ANSVAR

Børn fra kulturer med stor respekt for autoriteter kan i en vestlig kulturel kontekst synes falske eller utroværdige, fordi de nogle gange tilsyneladende lyver eller benægter ting, de har gjort ved et uheld.

Det kan potentielt give store konflikter hos jer, hvis et barn ikke vil indrømme en fejl og måske står og kigger ned i jorden. I en individualistisk kultur vil vi gerne have, at børnene kigger os i øjnene og er i stand til at tage individuelt ansvar og sige undskyld, men overvej i eksemplet, om der kan ligge andre dyder bag, hvis barnet tilsyneladende lyver ufortrødent.

Det er typisk fordi barnet føler stor skam ved handlingen. Denne skam går ud over hele familien, ikke kun individet. Derfor kan det være socialt korrekt at lyve, hvis familiens ære derved reddes.

## Tal sammen i lederflokket

Har du overvejet, hvilke dyder og værdier, der er vigtigst for dig?

Er der andre værdier, I synes er vigtige?

Er der nogle dyder, der historisk set har mistet deres betydning i Danmark, evt. mere end i andre kulturer?

Kan jeres team blive enige om tre værdier, som er de vigtigste, barnet skal møde i jeres fællesskab?

Kig på oversigten af dyder overfor og reflekter over, hvilke tre dyder, du selv synes er vigtigst i din relation til andre mennesker?

Har Jytte, Kenneth og Ali forskelligt syn på dyder? (Jf. casen på s.18)

# Hvordan møde barnet?

## BØRN MED UDFORDRINGER

*Her er fire råd, der tilsammen kan få en samling i en forening med flygtningebørn til at køre lettere - og i praksis give mere tryghed til alle børnene.*

Alle børn har udfordringer - men nogle kæmper med flere end andre. Nogle børn har så store udfordringer, at de er svære at håndtere. Ja, måske vil vi opleve, at vi som voksne i sidste ende heller ikke kan håndtere dem.

Her er fire gode råd til, hvordan du kan imødekomme denne udfordring. Det handler først og fremmest om de rammer og regler, I som voksne stiller op. Rådene er særligt tiltænkt arbejdet med flygtningebørn, som er opdraget ud fra en omvendt opdragelsespyramide (se side 19).

### 1. EN TYDELIG LEDERFLOK

Lederflokken skal være bevidst om at være tydelige ledere. Flygtningebørn fra ikke-vestlige lande vil ofte være opdraget til at adlyde øverste autoritet. I samfundet er det statslederen, i kirken er det præsten, i skolen er det skolelederen, i bussen er det chaufføren.

Gør det tydeligt, at lederflokken bestemmer her, og italesæt jeres autoritet. Det kan virke lidt som en autoritær lederstil i dansk kontekst, men det kan være med til at skabe gode rammer for børn, som kommer til et nyt samfund.

### 2. EN TYDELIG STRUKTUR

En fast og genkendelig ramme skaber tryghed og forudsigelighed, som er vigtige elementer for barnet - specielt hvis barnet bærer på traumer.

Se gode råd til at lave tydelig struktur hos jer på s.30-34.

### 3. RESPEKTÉR BØRNEENS TRO

Lær børnene at bede og vis dem, at du tager deres tro seriøst. Herigennem giver du børnene plads til at fortælle, hvad de har på hjertet af stort eller småt.

Her skal være plads til både at nævne dybe be- deemner, som fx, at deres far er i fængsel. Men der skal også være plads til de mindre dybe, fx at de gerne vil bede om at få mere chokolade i skolen.

Vis børnene, at de må bede om hvad som helst, og at deres bønner er vigtige. Efterfølgende kan I som samlet gruppe lægge alle bønner - store som små - over til Gud ved sammen at bede til ham. Slut med at nævne alle børnenes navne i bønnen.

## Tal sammen i lederflokken

Hvad synes du ville være en bedre reaktion fra Kenneth i forhold til Ali? (Jf. casen på s.18)



#### 4. MAD/SNACKS SKABER FÆLLESSKAB

Medbring noget lækkert. Hvis sprog er en udfordring, og børnene ikke forstår dig eller store emner som tro og bøn endnu, så lad dem smage din omsorg gennem noget spiseligt. Sukker og søde snacks er ikke så velset i mange danske institutioner og familier. Men overvej at lægge kostrådene på hylden i denne situation. Det vigtigste er, at børnene oplever din omsorg for

dem og derigennem Jesus' kærlighed gennem det kristne fællesskab.

I kan opleve sproglige udfordringer, og måske er børnene udfordret af sorg, tab eller traumer, der fylder hoved og krop med smerte og angst. Børnene kan måske ikke høre eller opfange, hvad du prøver at fortælle med ord. Men de kan smage det, når vi skaber fællesskab gennem noget lækkert. Noget, de elsker og kan glædes over.



# Hvordan møde barnet?

## SÅDAN SKABER I RELATIONER

*Alle børn er helt grundlæggende helt vidunderlige, men nogle gange skal der konkrete øvelser til, for at I kan være der for det enkelte barn og skabe en god relation.*

Med de foregående afsnit i baghovedet vil vi nu se på, hvordan du skaber en god relation til børnene. Vi tager udgangspunkt i gode tilgange til barnet - nemlig at se og høre barnet, og respektere det.

Alle børn har et grundlæggende behov for at blive set og hørt. Nogle har et større behov end andre. Dette kan bl.a. skyldes, at de ikke har oplevet det i deres liv indtil nu. Børn, der er blevet svigtet, kan have svært ved at skabe en relation til en voksen, fordi de er bange for at blive svigtet igen. Svigtet har gjort, at barnet har svært ved at stole på andre voksne.

Uanset om de børn, som du er sammen med, er blevet svigtet eller ej, er du nødt til at se dem og høre dem. De skal have en oplevelse af ikke at være ligegyldige, men at være værdifulde lige netop nu - her sammen med dig.

### HVORDAN SE OG HØRE ET BARN

Først og fremmest må du se barnet for, hvad det er, og ikke for dets handlinger. Det kan være en svær øvelse i nogle situationer, og derfor kan det være givtigt at lave en lille 'positiv øvelse' (se de to metoder overfor). Barnet er først og fremmest Guds vidunderlige skabning: helt unik skabt med sine egne unikke evner. Vi ser barnet ved at udvise interesse, gennem kropssprog og talesprog.

Kropssprog kan være at smile, have øjenkontakt og evt. en fysisk berøring. Talesprog kan være at spørge ind til barnet; dets dag og interesse. Gør dette med en rolig og tålmodig stemme, så barnet oplever, at der er tid og plads til at være sammen lige nu. Ofte vil dette kræve, at du er den aktive part, og det kan være en stor hjælp, hvis I som lederteam opstiller nogle rammer herfor. Det kunne fx være, at:

- En voksen står ved døren og byder børnene velkommen med navns nævnelser, et "Dejligt at se dig!" og evt. et håndslag eller kram.
- I begynder med at sidde ned i en rundkreds og spørger hver enkelt barn, hvordan det går og giver tid og plads til svaret.
- I slutter med at sige farvel og "Godt at se dig. Håber vi ses igen næste gang!"

Herigennem oplever barnet sig set og hørt, hvilket skaber fundamentet for den gode relation. Hvis du husker det, når du langt. Men midt i alt dette er det vigtigt, at du sætter tydelige rammer for fællesskabet, men også markerer dine egne grænser. Det skaber tryghed for barnet, og det skaber et godt miljø for dig som voksen og for barnet. Du kan opleve, at det føles ret hårdt i begyndelsen, når du sætter grænser, da børnene ikke nødvendigvis er vant til konsekvente og firkantede rammer jf. opdragelsespyramiden. Men hold ud - rammer og gentagelse er sundt for alle børn.

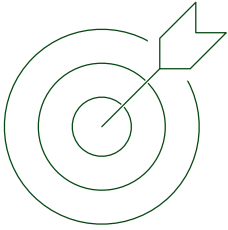
## Tal sammen i lederflokket

Hvordan har du tidligere skabt en god relation til et barn?

Hvad har fungeret? Hvad har ikke fungeret?

Hvordan vil I se og høre børnene hos jer?

# Øvelse



Øvelsen kan gøres på to måder, afhængigt af om målet er at støtte barnet, eller om det i højere grad handler om at støtte jer som team, for at kunne være der mere for det enkelte barn.

## FØRSTE ØVELSE: STØT BARNET

Placér barnet i midten af hele gruppen. Barnet må ikke sige noget, men blot tage imod. Her skal I på skift i børne- og voksenflokkene hver sige en positiv ting om barnet. Det kan være: "Du er meget hjælpsom", "... god til at tegne" eller "... spille fodbold". Som voksen er det godt, at du prøver at fokusere på den, barnet er, i stedet for det, som barnet kan. Dvs. egenskaber som omsorgsfuld, sjov, hjælpsom frem for noget, barnet er god til.

## HVORDAN VISE RESPEKT

Når I er sammen, er respekt et helt afgørende element. Dansk Flygtningehjælp opfordrer altid til samtale om respekt i relationen gennem disse spørgsmål. Respekt, når du møder barnet, når du snakker med barnet, og gennem de ting, I laver sammen. At opleve sig respekteret, som den man er, har en meget positiv effekt på alle mennesker. Så føler barnet sig set og hørt. Drøft disse etiske overvejelser i jeres team.

## ANDEN ØVELSE: STØT LEDERFLOKKEN

I samles i lederflokkene uden børnenes tilstedeværelse. Øvelsen er den samme, hvor I på skift siger noget positivt om et barn, I har valgt - måske fordi barnet er særligt udfordrende for jer.

De positive ord skriver I ned i et hæfte, så I kan tage det frem og læse det igen. Det er vigtigt for øvelsen, at der ikke bliver talt om de negative facetter.

Denne øvelse kan være med til at ændre fokus fra alt det negative ved barnet, som vi kan opleve dræner os for energi og lyst i arbejdet. I stedet hjælper øvelsen os til også at se alle de positive facetter.

Har I

- respekt for barnets grænser?
- respekt for traumatiserede forældre?
- respekt for barnets religiøse og kulturelle baggrund?
- respekt for de andre børn i fællesskabet?
- respekt for egne grænser?
- respekt for tavshedspligt og underretningspligt?

# Tal sammen i lederflokkene

Tror du, Ali føler sig respekteret i casen? (se side 18)

Hvordan føler du dig respekteret?

Hvad er 'respektløshed' for dig?

## HVORDAN GØR VI DET SÅ?

*Det er vigtigt, at teamet bliver enige om en fast pædagogisk linje og laver en fælles forventningsafstemning.*

### FORBEREDELSE I TEAMET INDEN OPSTART

Når du er leder i en klub, på en lejr, i en spejdergruppe eller en anden slags gruppe, hvor I har flygtningebørn, er de vigtigste trin forberedelse og viden: At være godt forberedt og gøre sig nogle grundlæggende overvejelser, inden arbejdet begynder.

Sørg for at samle hele lederflokket og afstemme forventninger med hinanden. Læg en linje sammen, som I alle kan følge. Her er nogle spørgsmål og overvejelser, som I eventuelt kan samtale om.

### FORVENTNINGER TIL BØRNE

Hvilke forventninger har I til denne gruppe børn? Hvilke grænser ønsker I, der skal være - hvad må de, og hvad må de ikke? Vær opmærksom på, at I måske vil opleve en anderledes adfærd blandt børn, som ikke er opdraget eller opvokset i Danmark. Dvs. at de måske ikke er vant til de rammer, som vi tænker er normale for en flok børn. Ydermere vil nogle af børnene bære rundt på nogle svære oplevelser eller muligvis traumer, hvilket kan påvirke deres måde at reagere på. Måske vil I opleve, at de reagerer voldsomt på en banal opgave. Skru derfor forventningerne ned, så I ikke bliver skuffede, men tværtimod får lov at se bag børnenes til tider udfordrende adfærd.

### FORVENTNINGER TIL JER SELV

Hvilke forventninger har du til dig selv som leder? Hvad er dine kernekompetencer? Er du fx en dygtig konfliktløser, levende bibelfortæller, god til at håndtere kaos eller er struktureret? Og omvendt: Hvad er dine udfordringer? Det er godt for hele

teamet at kende hinandens kompetencer og udfordringer, så I ved, hvor I har hinanden. Specielt når I bliver udfordret i arbejdet, er det afgørende at vide, hvilke styrker og udfordringer, teamet har.

### FORVENTNINGER TIL SAMLINGEN

Hvilke forventninger har I til samlingen med børnene? Hvad er jeres succeskriterier? Skal de lære noget om Jesus hver gang? Skal alle have det sjovt hver gang? Skal alle planlagte punkter gennemføres? Vær her bevidst om, at børn med traumer og forskellige diagnoser kan have en dårlig dag og simpelthen ikke være i stand til at gøre det, du forventer - eller lære det, du håber, de skal lære.

### EN FAST PÆDAGOGISK LINJE

- Snak om, hvad gode grænser er, og hvordan I fastholder dem. Det er vigtigt, at børnene oplever faste grænser, som er ens hos alle i lederflokket, så de ikke kan gå over til en anden leder og få deres vilje gennemtruffet. Det vil skabe ro i kaos, og børnene bliver heller ikke så nemt skuffede, fordi de udmærket ved, hvor grænsen er. Herved slipper I for ofte at skulle sige nej.
- Snak om, hvad I gør, når børnene ikke opfører sig hensigtsmæssigt. Hvem gør hvad og hvordan? Hvad er konsekvenserne?
- En god idé vil være at lave regler sammen med børnene, fordi det skaber en ejerforholdelse for dem. Hvis børnene overtræder en af reglerne, kan I henvise til det, I er blevet enige om med børnene.



## OPBYG EN SAMLING

*STROF-modellen er en god måde at opbygge en samling på, hvad enten det er i klub eller på lejr, i en spejdergruppe eller henne i kirken.*

### STROF-MODELLEN

Dette pædagogiske værktøj blev udviklet af den svenske børnelæge Lars Gustafsson i 1980'erne, og den er efterhånden blevet brugt af mange skoler, foreninger og organisationer i Danmark - heriblandt Dansk Flygtningehjælp. Her er nogle overvejelser om brugen af STROF.

### S STRUKTUR

“Struktur kan være med til at modvirke indre kaos og den uforudsigelighed, som mange børn i traumatiserede flygtningefamilier kan være ramt af. Struktur skaber genkendelighed, som på sigt hjælper barnet til at få den ro, det kræver at udvikle sig og dermed lære.

Strukturen kan skabes gennem faste rammer, forudsigelighed og orden. Det kan gøres gennem organisering af undervisningen og indretningen af rummet [...], for eksempel gennem aktiviteter i små grupper og generel orden. Også kontinuitet i ledergruppen er vigtig, så børnene har forudsigelighed i forhold til de voksne, der omgås dem”<sup>1</sup>.

Derfor er det afgørende med en fast struktur, som børnene kan genkende:

#### Mødested

Ophold jer så vidt muligt i samme rum hver gang, og gør det til deres rum.

#### Program - gerne med piktogrammer

Hav en struktur, som I gør tydelig for børnene. Start med at præsentere dagens program og fortæl, hvad de kan forvente. Her kan I bruge piktogrammer, fx dem som Danmarks Folkekirkelige Søndagsskoler har udviklet. Nogle af piktogram-

merne er brugt her på siderne. Piktogrammer kan vise, hvad der sker lige nu, og hvad der skal ske senere.

#### Det fysiske og emotionelle rum

Når nye børn ankommer, kan det være godt for dem at få lov til at mærke rummet. Giv barnet tid til at lære rummet, de skal være i, at kende. Gerne sammen med en voksen, hvis muligt. Det skaber tryghed for barnet og forudsigelighed.

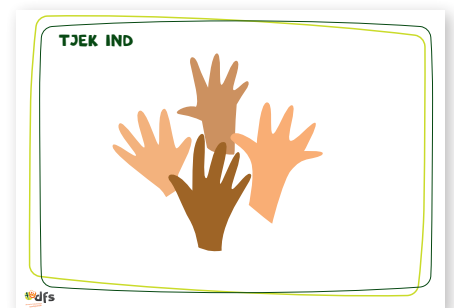
Hvis barnet undervejs ikke kan være i rummet, hvis det enten er forstyrrende eller er ked af det, så gør det tydeligt, at her i gruppen er det okay at trække sig og være for sig selv en tid. Det har mange flygtningebørn et særligt behov for. At kunne trække sig kan være en stor hjælp for både ledere og børn, uden at barnet opleves som 'den svage' eller 'den forstyrrende'. Italesæt det som en mulighed.

Vær desuden opmærksom på, hvad der er i rummet, som kan virke distraherende og fristende. Det kan være inventar som legetøj, puder og madrasser. Det kan også være redskaber og materiale til en senere aktivitet, som fx sakse og papir, som kan gøre det svært at holde børnenes fulde opmærksomhed på den nuværende aktivitet.

#### Velkomstritual

Overvej, hvordan I indretter lokalet og tjekker ind.

Hvor skal børnene sidde? Skal der være faste pladser? Skal I gennem et velkomstritual først? Hvornår skal de forskellige aktiviteter og materialer findes frem?



### En tidsplan med plads til ændringer

Nogle kan godt lide at lave en tidsplan for samlinger med børn. Det er godt, men i forhold til denne gruppe børn kan du ikke altid forvente, at tidsplanen holder.

Der kan opstå en række uforudsete ting, som det er nødvendigt at tage sig af. Det kan være, at I oplever, at de ikke kan koncentrere sig til bibelfortællingen. Så skal I måske springe videre til noget andet i stedet for at prøve at gennemføre som planlagt. I kan også opleve det modsatte, at de er særligt interesserede i bibelfortællingen en dag. Så er det okay at bruge mere tid end planlagt.

Der kan også opstå konflikter, som tager længere tid at løse. Eller at en leg eller aktivitet kan være svær at forklare, fordi ledere og børn ikke har samme sproglige forståelse. Forvent derfor ikke, at jeres tidsplan altid holder.

## T TALE OG TID

Brug tid på at tale med barnet, hvor du som voksen er rummelig og anerkendende over for det, barnet siger. I en klub kan det fx være spørgsmål og samtale i forlængelse af bibelfortællingen.

En måde at vise anerkendelse på er at anvende et positivt sprog over for barnets oplevelser, følelser og meninger. Hvis et barn er ked af det, kan du fx sige: "Jeg kan se på dig, at du er ked af det. Er det noget, du ønsker, vi snakker om nu?"

Når du er i dialog med barnet, er det vigtigt, at samtalen foregår på barnets præmisser. Vær derfor forstående og lyttende. Mød barnet dér, hvor han eller hun er. Grib fat i det, barnet siger. Hjælp barnet med at sætte ord på de følelser, der

knytter sig til det, barnet taler om, ved at spørge ind. Dog

bør du respektere, hvis barnet ikke ønsker at tale om det svære. Åbenhed fra barnet kommer ofte gennem tillid og tryghed. Her er det vigtigt med god tid, så spring ikke hurtigt videre i samtalen.

Pas samtidig på med at grave for dybt i det, som har været svært for barnet. Det er meget tidskrævende at snakke dybt med et barn, og du kan havne i en snak, hvor barnet har mere brug for en professionel psykolog, da det kan omhandle et traume. Her er det bedre, at du forsøger at henvise til en anden professionel voksen. Som frivillige ledere kan vi komme til at rive op i ting hos barnet, som vi ikke selv kan håndtere og derfor vil skade barnet i stedet for at støtte det.

Hvis barnet selv åbner op, så er det vigtigt at lytte og evt. stille spørgsmål, men husk, at du ikke kan redde barnet, når du ikke er uddannet til at håndtere traumer. Men bare det at møde en voksen, som vil bruge tid og gerne vil lytte, har stor betydning for barnet.

At barnet får en stund, hvor den indre smerte ikke er altdominerende, er også positivt. Derfor er det ultimative mål, at børnene har en sjov tid sammen med jer, hvor de hygger sig og glemmer deres bekymringer og smerte for en tid. Sådanne pusterum har de ikke nødvendigvis mange af.

## R RITUALER

Ritualer skaber også genkendelighed og dermed tryghed. Ritualer kan være i forhold til dagligdagen, fx i spisesituationer eller en fast måde



at begynde og slutte dagen på en lejr. Husk at forklare, hvordan I gør og hvorfor, uden at det skal tages op til diskussion. I snakken om højtider kan I både snakke om påsken, julen og pinsen samt ramadanen, hvis der er muslimer med. Billeder kan her være en hjælp til at illustrere og fastholde på en visuel måde, hvad ritualerne er. Både de kontinuerlige (her kan I bruge piktogrammerne) og dem, som kun sker en gang imellem. Billeder hjælper også for de børn, som har vanskeligt ved at forstå dansk.

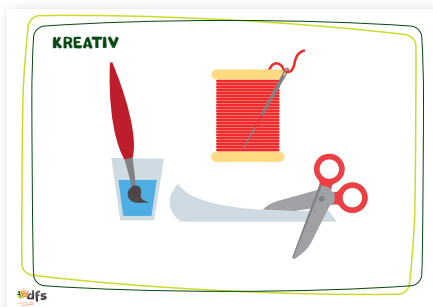
## O ORGANISERET LEG OG AKTIVITETER

Organiseret leg kan hjælpe med at bryde forvirring og kaos. Det gøres gennem planlagte aktiviteter, som forklares tydeligt af en voksen. Sørg for at bruge tid på dette, så alle forstår, hvad der nu skal ske, og hvad det går ud på. Vær her opmærksomme på, at det ikke må være lege med komplicerede regler. Helt simple lege fungerer bedst.

Tag udgangspunkt i det, som børnene har lyst til, jf. at det primært handler om, at de har det sjovt, imens I er sammen med dem. Det kan være en fordel at tænke lege som en del af bibelfortællingen. Børn lærer bedst, når deres krop er aktiv.

I kan også lave en aktivitet, som strækker sig over to aftener eller dage, men vær opmærksom på,

at det skal fange dem i nuet og være noget, de interesserer sig for, for ellers kan de have svært ved at koncentrere sig særligt længe ad gangen.



På [legekasse.dk](http://legekasse.dk) er der masser af lege, løb og kreative aktiviteter, og der er flere andre gode og gratis hjemmesider med aktiviteter, som I kan blive inspireret af. De fleste lege, vi kender, kan sagtens også leges med flygtningebørn.

Aktiviteterne og legene behøver ikke at være nye hver gang, da gentagelser er gode og skaber genkendelighed. I finder hurtigt ud af, hvilke lege, der bliver børnenes yndlings.

Undgå så vidt muligt lege, som kan have et præg af krig, flugt og våben, da dette kan misforstås for barnet og rode op i nogle dårlige minder.

## F FORÆLDRESAMARBEJDE

Forældre er som regel taknemmelige for, at der sker noget sjovt og spændende for deres børn. Mange forældre med flygtningebaggrund kan være hårdt prøvede i det nye liv i deres nye land og/eller være tynget af mentale eller kulturelle udfordringer.

Derfor kan deres overskud være begrænset, hvilket får betydning for deres tid sammen med børnene. Af denne grund er det vigtigt, at vi støtter forældrene i at genvinde og genopbygge forældrerollen ved at skabe et godt forældresamarbejde. Et godt samarbejde skabes ved at være lyttende og interesserede i dem og deres udfordringer, frem for at være bebrejdende.

Har I udfordringer med et barn, så forsøg over for forældrene at fremhæve de gode sider ved barnet og understreg, at I gerne vil have barnet i jeres fællesskab, men at I sammen skal arbejde på nogle ting, som skal forandres. Understreg, at I siger



Find piktogrammer til nem struktur (inkl. blanke sider, så I selv kan tegne videre, hvis I mangler noget) på [piktogrammer.soendagsskoler.dk](http://piktogrammer.soendagsskoler.dk)

det for at støtte og hjælpe barnet. Fokusér på det positive og mulighederne, frem for på de negative sider og begrænsningerne.

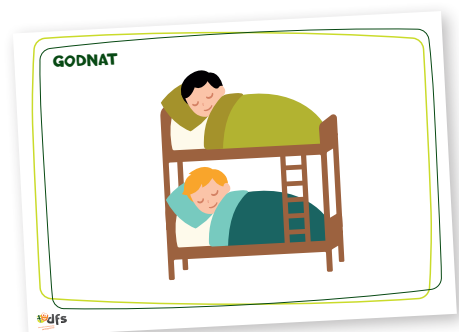
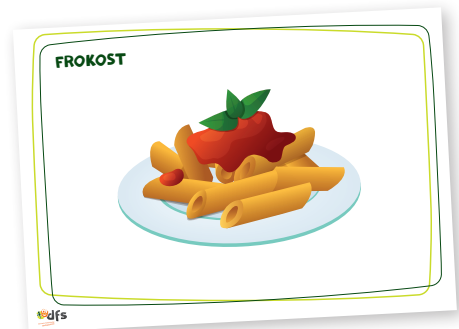
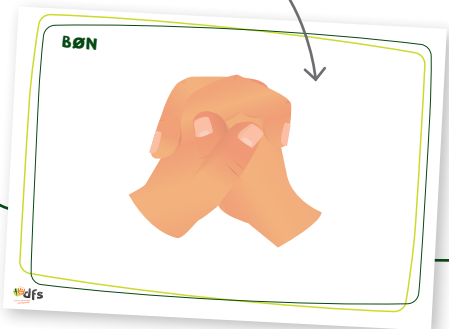
Hvis forældrene er udfordret på opdragelse, findes der godt materiale på IMTA's hjemmeside:

Et godt liv for børn



1

[imta.dk/inspiration/vis/artikel/boerneopdragelse-i-et-bibelsk-perspektiv](http://imta.dk/inspiration/vis/artikel/boerneopdragelse-i-et-bibelsk-perspektiv)



## EKSEMPEL PÅ EN KLUBSAMLING

Her har vi brugt STROF-modellen til en konkret samling, så det er let at gå til.

Her har vi gengivet et konkret eksempel på strukturen i en samling, som fungerer.

### S STRUKTUREN

#### Velkomst

Inden børnene går ind i lokalet, giver vi dem hånden, ser dem i øjnene og byder dem velkommen.

#### Ophængning af navne

Børnene har hver især skrevet deres navn på et lille stykke karton og sat et klistermærke på. Dette er blevet lamineret, og der er blevet sat et stykke velcro på, så de kan sætte deres navn op på væggen, når de kommer. Dette markerer, at de er kommet, og det får de selv får lov til at tage initiativ til. Desuden hjælper ritualet os til at huske deres navne, og se, hvis der mangler nogen.

#### Gennemgang af dagens program

Vi fortæller kort, hvad vi skal høre om, og hvad der skal ske i løbet af samlingen. Vi bruger pikto-grammer, som vi på forhånd har sat op på en væg, og så peger vi på dem én efter én, mens vi kort gennemgår programmet.

#### Bibelfortælling

Vi holder en kort bibelfortælling, enten med brug af PowerPoint, som levende fortælling, med et lille filmklip eller en flonellograf. Efter bibelfortællingen stiller vi nogle spørgsmål, som tager udgangspunkt i deres hverdag. Bibelfortællingen tager nogle gange 5 minutter, andre gange 15 minutter.

#### Bøn

Her inddrager vi børnene og spørger dem, hvad vi skal bede om. Nogle gange får de lov til at skrive eller tegne deres bønner og lægge dem i en lille æske. Nogle gange er der kun lederen, som beder,

andre gange beder børnene også - det kommer an på børnenes koncentrationsevne den givne dag.

#### Aktivitet

Her leger vi forskellige lege som Byen sover eller Kongens efterfølger. Vi laver forskellige simple kreative aktiviteter. Nogle gange spiller vi også fodbold med de større drenge og piger.

#### Kage og saft

Reglen er, at vi voksne hælder saftevand op og giver kage eller snacks, mens børnene bliver siddende på deres pladser. Ellers får de ikke noget. Vi har også på forhånd bestemt, hvor meget de kan få, og det kan der ikke ændres på.

### T TALE OG TID

Læs hæftet, og særligt afsnittet på side 31, igennem, og snak om, hvad I vil lægge vægt på hos jer.

### R RITUALER

Læs særligt afsnittet på side 31-32 igennem, og snak om, hvad I vil lægge vægt på hos jer.

### O ORGANISERET LEG OG AKTIVITETER

Læs særligt afsnittet på side 32 igennem, og snak om, hvad I vil lægge vægt på hos jer.

### f FORÆLDRESAMARBEJDE

Læs særligt afsnittet på side 32 igennem, og snak om, hvad I vil lægge vægt på hos jer.



## PAS PÅ DIG SELV

*Der er meget godt at gøre i det vigtige arbejde med flygtningefamilier. Men det er også nemt at glemme sig selv og sine egne grænser.*

Dit velvære er grundlæggende, hvis du skal holde til arbejdet i længden. I relationen til individer og familier, som har så desperat brug for stabilitet, nyt netværk og trygge relationer, er det afgørende, at du har det godt i arbejdet, at du kender og kan mærke dine egne grænser, og at du har ressourcer, du kan trække på, når du begynder at føle dig presset eller udbrændt.

Egenomsorg - at passe på sig selv - er helt essentielt, når du arbejder blandt traumatiserede børn og voksne. I hæren og i organisationsverdenen findes der en lang række processer og værktøjer, som de udsendte til konfliktområder har med sig eller kommer hjem til. For ingen er upåvirkede over for menneskelig lidelse, sorg eller ondskab.

Selvom du ikke står midt i et brændpunkt et sted ude i verden, kan du stadig blive ramt af de voldsomme historier og tab, som flygtninge kan bære på. Tro dig ikke usårlig.

### KROPPENS ADVARSELSTEGN

Det kan gå galt, hvis du ikke balancerer empati og omsorg for flygtninge med egenomsorg. Kroppen har nogle advarselsslamper, du skal være opmærksom på. Det er fire områder, hvor din krop og dit sind kan blive påvirket, når du arbejder med udsatte og traumeramte personer:

#### Fysiske tegn

- Udmattelse og øget træthed
- Hvis du oftere har ondt og føler dig syg og appetitten måske skifter
- Søvnbesvær
- Afhængighed og misbrug af alt fra mad og alkohol til mere seriøse afhængigheder.

#### Sociale tegn

- Følelse af at være uengageret
- Ensomhed, isolation

- Over-kritisk over for andre - eller dig selv
- Begynder at tage unødvendige chancer.

#### Mentale tegn

- Følelse af nederlag og tvivl om egne evner
- Skyldfølelse, depression
- Vrede, irritation, frustration, kynisme
- Manglende motivation.

#### Åndelige tegn

- Tab af glæde eller fred
- Tab af vision for arbejdet
- Tvivl på det kristne kald
- Distance fra sig selv, Gud og andre troende.

### FIRKLØVEREN FOR EGENOMSORG

Et konkret værktøj, som du kan arbejde med selv eller i jeres ledergruppe, er firkløveren for egenomsorg, inspireret af en model, organisationen La Posada bruger. Egenomsorg er bevidst og vedvarende omsorg for hele dit væsen (og modsvarer kroppens fire advarselstegn): Fysisk, socialt, følelsesmæssigt/mentalt, åndeligt.

Egenomsorg er at skabe rum i hverdagen og træffe bevidste valg, der styrker dit velvære. Udvikl rytmer og rutiner i dit liv, som gør dig robust og ligevægtig i dit frivillige arbejde med skrøbelige individer. Planlæg opbyggende og styrkende aktiviteter for dig selv på de fire områder.

Brug idéerne fra firkløveret til at lave din plan for egenomsorg. Gør det regelmæssigt og del dine tiltag med en god ven, et familiemedlem, en medvandrer, en præst eller en fra din menighed, som kan hjælpe dig med at holde dig til din aftale med dig selv. Du kan også spørge vedkommende om forbøn eller mødes til en walk'n'talk, hvor du kan dele udfordringer og velsignelser i dit arbejde.

Se også øvelsen på s. 38.

## fysisk

Vær aktiv, gå ture  
Lav strækøvelser  
Dans rundt til glade sange  
Sørg for en balanceret diæt  
Tag D-vitaminer og drik rigeligt vand  
Kom ud i naturen, få godt med vind  
i håret og sol i ansigtet

## Mentalt

Læs en god bog  
Lær nye færdigheder  
Skriv dagbog  
Læg puslespil eller spil et godt spil  
Lav mad og prøv en ny opskrift  
Tag pauser fra skærme, sociale  
medier og nyheder

## Socialt

Del dine tanker og følelser med en udvalgt  
person, som følger dig i dit arbejde  
Nyd at være sammen med andre  
uden at måle og veje dig selv  
Brug tid på venner og familie og gør  
det med god samvittighed  
Hold en hyggeaften  
Skriv et brev

## Åndeligt

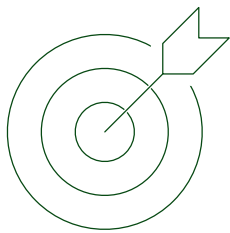
Gå i kirke  
Sæt tid af til din smågruppe/bibelgruppe  
Bed, eventuelt sammen med andre  
Prioriter andagtslæsning  
Hør en prædiken eller podcast  
Lav lovsangsplaylister  
Bed om forbøn

Eksempel på en udfyldt  
firklover for egenomsorg



Prioriter at finde ud af,  
hvad de gode forslag er for dig

# Øvelse



Det er vigtigt med egenomsorg og at kende sine egne grænser, både for jeres egen skyld, men også for barnets.

Denne øvelse kan gøres på to måder, afhængigt af, om målet er at støtte barnet eller om det i højere grad handler om at støtte jer som team, så I kan være der mere for det enkelte barn.

## FÆLLES RAMMESÆTNING

Start med at sætte en ramme op, både som individer og som samlet gruppe. Find ud af, hvor jeres grænser går. Det er essentielt at vide, før I begynder. Så oplever I ikke at stå i en situation, hvor jeres grænser pludselig bliver overskredet.

## SVÆRE SAMTALER

Traumer kan blive værre for den traumatiserede, hvis du spørger ind til episoder, som den traumatiserede ikke er klar til at bearbejde eller dele. Det kan være et uskyldigt spørgsmål som: "Hvad med din familie i dit hjemland?" eller nysgerrighed om flugten eller situationen i hjemlandet.

Hvis du ikke er i stand til at hjælpe den traumatiserede i bearbejdningen af sorg og smerte, så pas på. Del gerne fra dit eget liv, men vent til barnet selv deler, hvad han eller hun har lyst til. Gør dog op med dig selv, om du kan rumme svaret, inden du spørger ind.

Vær opmærksom på, at børn og voksne lader traumer komme forskelligt til udtryk. Voksne deler

oftere voldsomme historier og sorg, mens børn oftere viser deres traumer kropsligt og i opførslen.

## SÆT GRÆNSER FOR DET GODE SAMVÆR

Hvad gør I, når et traumatiseret barn bliver udadreagerende? Hav nogle gode strategier klar som ledergruppe, så ét barn ikke bliver stopklods for det igangværende program - både for det ene barns og for fællesskabets skyld.

Her er et par eksempler:

- Giv barnet ro i et andet lokale eller lad en leder gå til side med barnet, mens en anden leder kører videre med resten af flokken.
- Giv barnet en aktivitet i hjørnet af lokalet, så barnet kan få aktiveret hænderne.

## DIALOG MELLEML BØRNENE OG FAMILIERNE

Tal med hele børnegruppen om at lave gode rammer for alle, når et eller flere børn kommer til at fylde meget i fællesskabet.

På den måde skabes der ikke en kløft mellem den store børnegruppe, der plejer at komme i gruppen eller klubben, og de børn, som har brug for lidt ekstra.

Således kan I forhåbentligt forhindre, at de andre børn (og deres familier) ikke føler sig nødt til at stoppe, fordi enkelte børn kommer til at fylde mere end de andre. Den gode relation kommer gennem dialog.



## EN HILSEN FRA FORFATTERNE

I dette hæfte har vi prøvet at beskrive grundviden om flygtninge, kulturmødet og de udfordringer, det kan medbringe, samt det vigtige fællesskab i fritidsklubber, kirker, på lejr m.fl.

Vi håber, at du og dit lederteam har lært noget nyt, har set situationer fra nye vinkler og fået snakket sammen, hvordan netop I vil skabe et godt og rummende fællesskab.

Pas på jer selv og vid, at I ikke kan lykkes med

alt, hvad I planlægger. Når I arbejder med udsatte børn og forældre, kan målet ikke være at nå alt på tjeklisten. Nogle ting vil ikke kunne lykkes. Men I vil få så meget andet med - fællesskab, nye relationer, ny forståelse. Tid med børnene er og bliver det vigtigste. Når de planlagte punkter ikke lykkes, må vi sige "pyt", sætte os ned ved siden af barnet og bare være der.

Husk, at du er ikke alene! Vi står sammen om denne indsats - at være en ressource i et trængende menneskes skrøbelige og nye hverdag.

Guds velsignelse til jeres arbejde.

## RESSOURCER

Her er en samlet liste over de ressourcer, vi henviser til i hæftet. Der er også tilføjet et par ekstra online ressourcer og titler til videre læsning.

### OM FLYGTNINGE

- [flygtning.dk/media/5719911/25\\_spoergsma-l\\_2020\\_web.pdf](http://flygtning.dk/media/5719911/25_spoergsma-l_2020_web.pdf)
- [traume.dk/content/viden-om-traumer](http://traume.dk/content/viden-om-traumer)
- [mindspring-grupper.dk](http://mindspring-grupper.dk)

### OM KULTURMØDE

- Iben Jensen: Grundbog i kulturforståelse (3. udgave 2018)
- Maria Christensen og Svend Løbner Madsen: Flerkulturelle Rødder (2012)
- Kultur og identitet: [familieudvikling.dk/wp-content/uploads/2020/12/UNDERVISNINGSPLAN.pdf](http://familieudvikling.dk/wp-content/uploads/2020/12/UNDERVISNINGSPLAN.pdf)
- Indre Missions Tværkulturelle Arbejde om flerkulturelle børn: [imta.dk/inspiration/vis/artikel/boern-med-flerkulturelle-roedder](http://imta.dk/inspiration/vis/artikel/boern-med-flerkulturelle-roedder)
- Tim Elverson: The Coconut Palm: [Itrefugee.org/resilience-builder.html](http://Itrefugee.org/resilience-builder.html)

### OM BØRNEOPDRAGELSE OG FÆLLESSKAB I FRITIDSKLUBBER

- Dansk Flygtningehjælp: Leg og læring - klubber for flygtningebørn: [drc.ngo/media/xk3mkzwv/lo\\_l\\_ha-ndbog\\_web.pdf](http://drc.ngo/media/xk3mkzwv/lo_l_ha-ndbog_web.pdf)
- Danmarks Folkekirkelige Søndagsskoler's piktogrammer: [piktogrammer.soendagsskoler.dk](http://piktogrammer.soendagsskoler.dk)
- Indre Missions Tværkulturelle Arbejde om børneopdragelse for flygtninge/migranter: [imta.dk/inspiration/vis/artikel/boerneopdragelse-i-et-bibelsk-perspektiv](http://imta.dk/inspiration/vis/artikel/boerneopdragelse-i-et-bibelsk-perspektiv)



Line



Thomas

# frivilligt arbejde blandt FLYGTNINGEBØRN

Hvis du har oplevet, at du gerne vil tage hånd om flygtningebørn i fællesskaber, men mangler ressourcer og gode råd - og måske også gerne vil have afmystificeret området lidt først - så er du kommet til rette sted og skal læse dette hæfte!

Hæftet klæder dig på til at møde børn, der ofte er glade, men potentielt har en tung bagage og møder en fremmed kultur i Danmark.

Arbejder du med flygtningebørn, vil du samtidig opleve, at det er et arbejde, der er berigende og giver dig mange gode oplevelser.



I Danmarks Folkekirkelige Søndagsskoler vil vi gerne klæde kirker og skoler, klubber, spejdergrupper og andre steder i kirkeligt regi, der er i berøring med flygtningebørn, grundigt på.

Vi håber, at du har lyst til at læse med og bruge hæftet som en konkret vejledning.

Du er velkommen til at kontakte din lokale konsulent i Danmarks Folkekirkelige Søndagsskoler, hvis du har en konkret udfordring. Se hvordan på [konsulenter.soendagsskoler.dk](http://konsulenter.soendagsskoler.dk)

Udgivelsen er støttet af følgende sponsorer.  
Se mere på [blaakors.dk](http://blaakors.dk) og [kompashotel.dk](http://kompashotel.dk)

BLÅ KORS  DANMARK



K O M P A S  
HOTEL AALBORG