

Mental sundhed og trivsel i skolen hos unge flygtninge og indvandrere og etniske danskere

Forskningsprojekt

OASIS Behandling og rådgivning for flygtninge og Institut for
Psykologi, Københavns Universitet

Projektledere Else Ryding og Ingrid Leth

2011 - 2013

Gøre det usynlige synligt

- 1. Projektets design og metoder
- 2. Resultater
- 3. Hvordan kan vi forstå resultaterne?
- 5. Skolens betydning og hvad man kan gøre

Formål

Overordnet formål: At *forebygge mistrivsel* i skolen hos børn fra traumatiserede flygtningefamilier.

Formål:

- At undersøge hvordan unge fra traumatiserede flygtningefamilier *oplever trivsel eller mistrivsel* i skolen.
- At undersøge hvordan unge fra *etnisk danske familier, indvandrerfamilier og flygtningefamilier* oplever mental helse i skolen.
- At *formidle* projektets resultater til skoler, rehabiliteringscentre for flygtninge, det politiske system og andre interesserede.
- At udvikle *anbefalinger* og eventuelt undervisningsmateriale som støtte til lærernes undervisningssituation.

Projekts organisation

Interviewundersøgelse

- Unge fra traumatiserede flygtningefamilier
Spørgeskema til lærere og skoleledere
- *Spørgeskemaundersøgelse*
Skoleklasser til de interviewede

Undersøgelsespopulationen

Interviewundersøgelsen

- 15 unge fra flygtningefamilier 11-17-år
- 15 klasselærere og 11 skoleledere

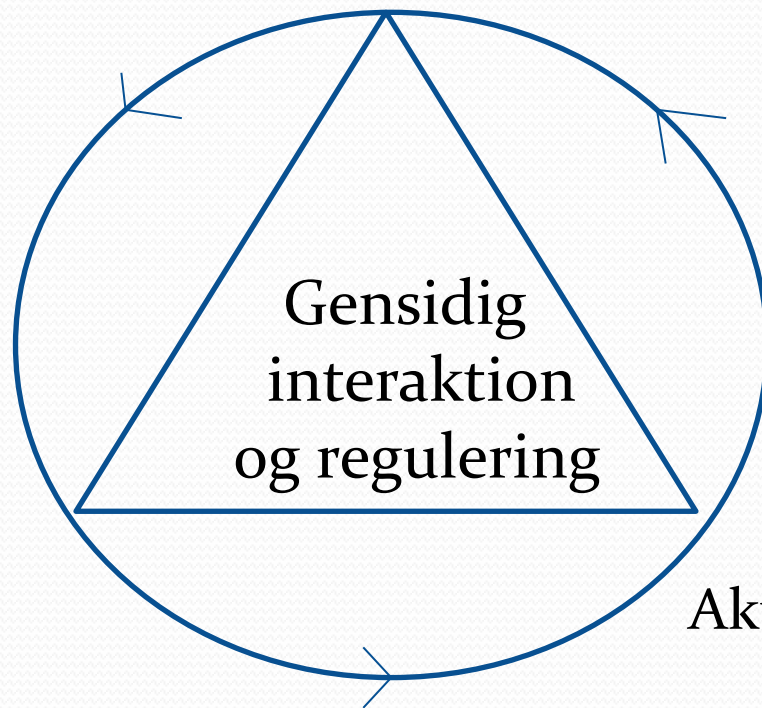
Klasseundersøgelsen

296 børn og unge 8 - 18 år fra skoleklasser og lektiecaféer.

- 67 flygtninge
- 81 indvandrere
- 148 etnisk danske

Udvikling af trivsel

Personens potentialer og behov



Selvregulering

Aktiver i omgivelserne

Traumatisk stress

- **Post Traumatic Stress Disorder - DSM-IV**
- Oplevelse af en hændelse
- Indtrængen i bevidstheden
- Undgåelse af påvirkninger
- Forøget årvågenhed og vagtsomhed
- Tilstand varet i mere end en måned.

Klasseundersøgelsen

Resultat

- Næsten ingen forskelle på indvandrere og danske
- Flygtninge har tydeligt flere svar med angst og internaliseringsproblemer end både indvandrere og danske unge

Tal: Interviewundersøgelsen

- **Tilfredshed med tilværelsen**

11 personer af femten ligger mellem 8 og 10 trin

- **Egenskaber for at trives**

4 personer

3

3

} 10

12 positive svar

11

10

} 10

- **Evne til at styre og regulere sin udvikling**

1

4

3

7 målrettede svar

6

3

Tema: Trivsel hvordan

Trivsel og positiv udvikling

- Egenskaber for at trives
- Relevant støtte fra forældre og lærere
- Evne til bevidst at styre og regulere sin udvikling

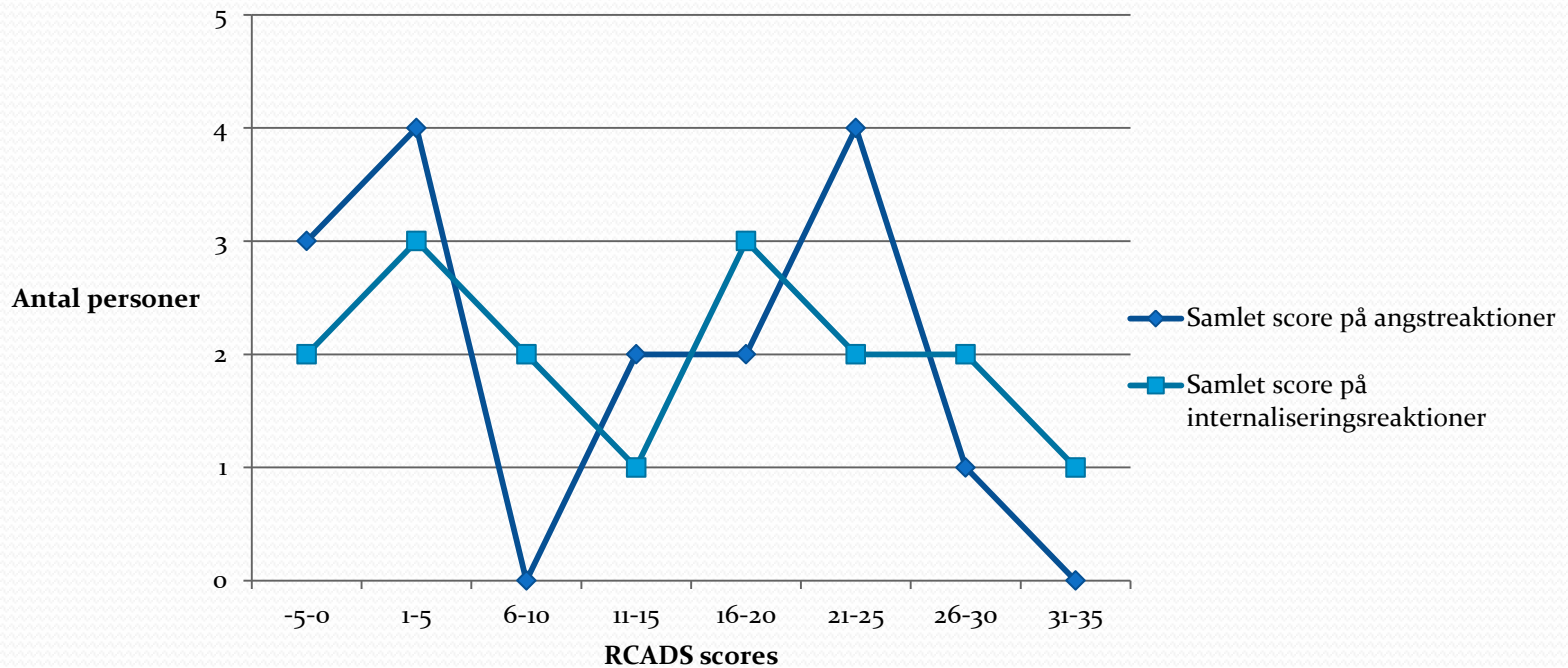
Bevidst om at styre sin udvikling

- *”(et skub?) Ja - Jeg skal tage mig mere sammen og nå alt det, jeg skal, lektier – (giver du dig selv et skub?) Ja, men når jeg gør det, synes jeg, det går værre for mig. (eksempel.) ...læseprøver ...Denne gang, sagde jeg til mig selv, nu skal jeg tage mig sammen, sidste gange fik jeg et 4-tal og det var ikke godt. Så nu skal jeg gøre det godt, og så fik jeg 0 i karakter. Når jeg troede, jeg havde gjort det godt, kom det 4 pil ned”*

Psykiske vanskeligheder

•

RCADS resultater



Stress-symptomer

- På vagt, anspændt
- koncentrations-hukommelsesvanskeligheder
- Søvnvanskeligheder, mareridt
- Bange og ængstelige
- Indtrængende billeder
- Alene, ensomme, isolerede
- Træt, manglende energi, ondt i hovedet
- Selvbebrejdelser, selvkritik, selvhad
- Føler sig mærkelige med skøre tanker

Koncentrationsvanskeligheder

- *"Jeg har svært ved at sidde stille. Ikke hver dag - når jeg har det godt og er glad, kan jeg godt tage mig sammen. Når jeg er træt og ikke har sovet om natten, og er vågnet for sent, kan jeg ikke."*
- *"Det er bare mig der ikke kan. (Det er dig selv?) Ja. (Hvad tror du, det hænger sammen med?) - (pause) - (Er det noget i skolen?) Nej. (Derhjemme?) Hvis mine forældre er lidt sure, kan jeg tænke mere på dem end det, jeg tænker på, jeg skal lave i på skolen. Nogen gange er jeg helt væk."*



Indtrængende billeder

- *”Når det kommer op, tænker jeg kun på tegneserier og bedre tanker som afledning. (Virker det?) Nej, det gør det faktisk ikke. Når jeg tænker på det, kan jeg slet ikke få min hjerne til at tænke anderledes, det er som om jeg skaber endnu uhyggeligere billeder. Så tager jeg min telefon for at se et eller andet sjovt, og så går det væk. (Det hjælper at få noget at kigge på?) Når jeg tænker på noget, der gør mig glad, så skabes der pludseligt et nyt billede, som er værre end det første.”*

Angst

- *"Det er også fordi nogen gange - så er det sådan - altså - jeg er nemlig - det som vi talte om lige før - så er det også, at jeg er skræmt nogen gange eller ofte. Jeg har det også sådan, når jeg er i et stort mørkt rum alene, kan jeg ikke holde det ud. Jeg må simpelthen bare løbe ud, jeg kan ikke holde det ud, jeg bliver rigtig bange og tænker på alle mulige ting, uhyggelige og skræmmende ting."*

Alene, ensomme, isolerede

- *"Jeg føler mig lidt alene nogle gange. Men jeg har det ikke dårligt med min skole. Det er ikke sådan, at jeg har det dårligt med min familie, men jeg er ikke så meget sammen med familien. Jeg sidder ikke så meget sammen med dem, jeg plejer at sidde inde på mit værelse. (Er du lidt alene i skolen?) Nej ikke i skolen. Jeg er lidt alene indvendig."*

Stressbelastninger

- 1. Forfølgelse og Flugt
- 2. Usikkerhed om ophold - flygtningestatus
- 3. Forældrenes traumatiske tilstand og bekymringer om deres helbred
- 4. TV billeder og oplysninger fra hjemlandet
- 5. Ulykker
- 6. Chikane og mobning
- 7. Forældrenes manglende muligheder for støtte
- 8. Ringe danskkundskaber

Tavshedens "sammensværgelse"

1. De unges forsøger at mestre og skjule deres problemer
2. Virkningen fra stress og traumatisk stress - skam og dissociering
3. Lærerne har meget lidt viden om stress, traumatisering og flygtninges vilkår
4. Skolen kategoriserer flygtninge som indvandrere
5. For lidt samarbejde mellem skole og socialforvaltning og PPR
6. Forældrene opslugt af egne problemer, fokuserer på det positive
7. Meget lidt forskning specielt på børn og unge fra flygtningefamilier
8. Behandlings- og rehabiliteringscentre for flygtninge har meget lidt fokus på børn og unge

Spørgeskema til lærere og skoleledere

Lærere

- 10 lærere havde ingen forudgående viden om traumatisk stress.
- 11 lærere havde ingen forudgående generel viden om flygtninge.
- Mange efterlyste mere viden om hvad det vil sige at være flygtning og at være traumatiseret.

Skoleledere

- 6 skoler og 7 lærere havde modtaget information om, at de modtog et flygtningebarn.
- Skolelederne efterlyst mere viden om traumatisering og mere kontakt til socialforvaltning og PPR.

Skolens store betydning

- 1. Betydningsfuld som socialiseringsfaktor.
- 2. Central som sted, hvor de unges problemer opdages.
- 3. Fokus på udvikling af styrker og selvregulering.
- 4. Viden om traumatisk stress og flygtninges vilkår må tilføres skolen.
- 5. Konkret støtte målrettet til lærerne.
- 6. Ledelsesmæssig og politisk opmærksomhed og handling.