

UC Diakonissestiftelsen, 15. september 2016

## Udsatte flygtninge

## DFH Integration

Lærdansk

Frivillignet

En del af Dansk Flygtningehjælp

CENTER FOR  
UDSATTE  
FLYGTNINGE

**DFUNK**  
DANSK FLYGTNINGEHJÆLPS UNGENETVÆRK

Integrationsnet

En del af Dansk Flygtningehjælp

FLYGTNINGE  
HJÆLPENS  
TOLKESERVICE

## Den næste time

- > Krig, vold, flugt
- > Traumer og PTSD
- > At møde traumatiserede

# KRIG, VOLD OG FLUGT

## Anerkendte flygtninge...

- > Har været udsat for eller risikerer **forfølgelse pga. race, nationalitet, religion, politisk overbevisning eller tilhørsforhold til særlig social gruppe** (får konventionsstatus)
- > Har været udsat for eller risikerer **dødsstraf, tortur, umenneskelig eller nedværdigende behandling** (får beskyttelsesstatus)
- > Kommer fra **krig og konflikt** (får midlertidig beskyttelsesstatus)

## Flygtninge registreret af UNHCR

- Tyrkiet: 2.700.000
- Libanon: 1.100.000
- Jordan: 650.000
- Irak: 250.000
- Egypten: 120.000

- Plus mange ikke-registrerede

## I regionen

- Ca. 4,8 mill. syriske flygtninge i aug. 2016
- Ca. 3,8 mill. i feb. 2015

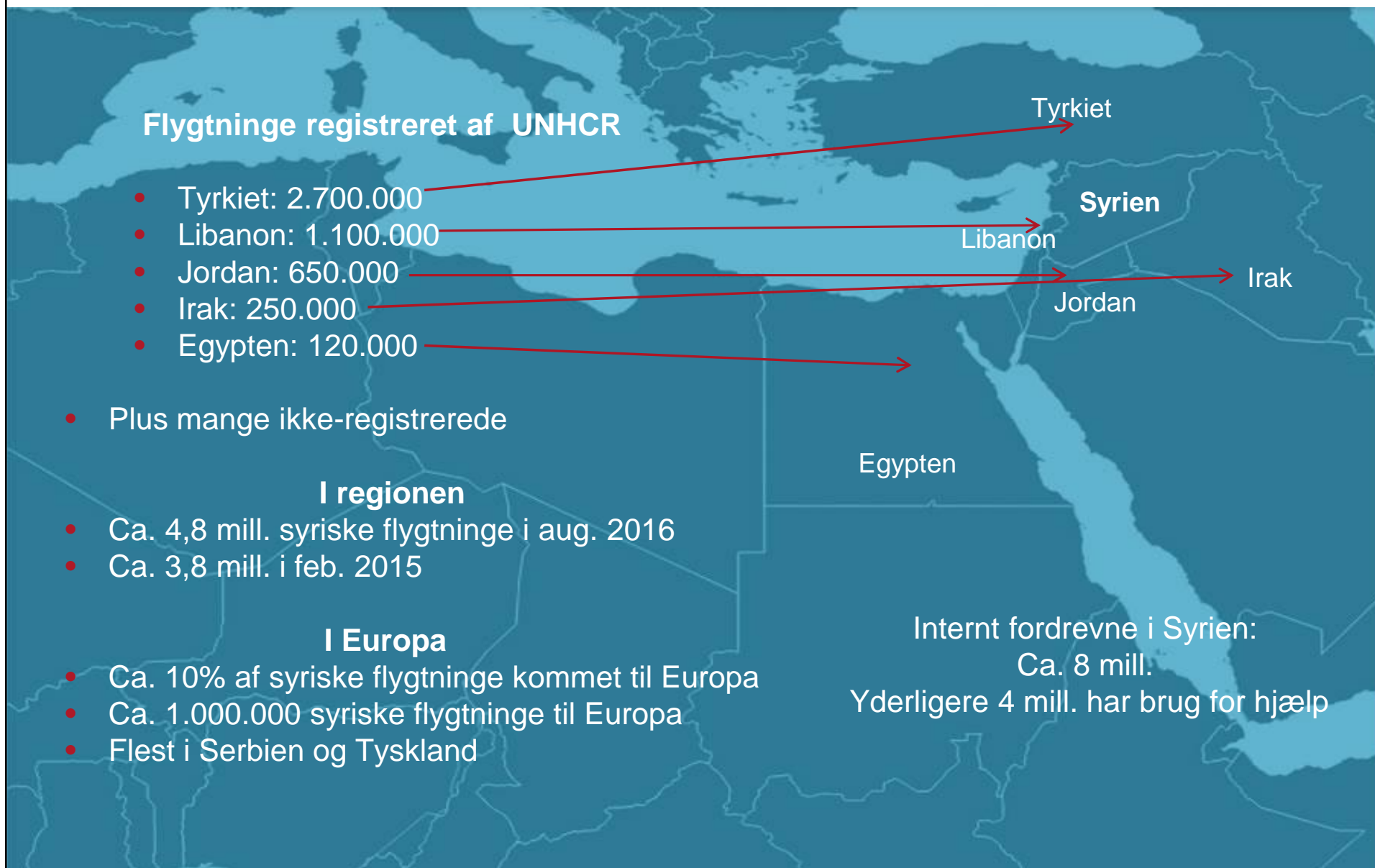
## I Europa

- Ca. 10% af syriske flygtninge kommet til Europa
- Ca. 1.000.000 syriske flygtninge til Europa
- Flest i Serbien og Tyskland

Internt fordrevne i Syrien:

Ca. 8 mill.

Yderligere 4 mill. har brug for hjælp



# Homs

(The guardian 2014)



## Flygtninge generelt - stressfaktorer

Før, under og efter flugten:

- > Oplevet ekstreme forhold
- > Tab og afsavn
- > Fundamentalt ændret livssituation
- > Kulturelle forskelle
- > Minoritet
- > Klient





## Flygtninge i Danmark

- > Eksilproblematikker
  - > Hvordan bliver min familie sammenført, og hvor skal vi bo, når de kommer?
  - > Hvordan klarer resten af min familie og venner sig i Syrien?
  
- > Andre retlige problemer end etnisk danske borgere
  - > Hvordan får jeg permanent ophold og dansk statsborgerskab?
  - > Hvordan får jeg den hjælp, jeg har brug for, i sundhedsvæsenet, til at komme i gang på arbejdsmarkedet, uddannelse, etc?

**P**ost  
**T**raumatic  
**S**tress  
**D**isorder

## Modtagelsen af traumatiserede flygtninge

- > Det vurderes, at 30 - 45 % af flygtninge i Danmark lider af traumer  
*(Traumeundersøgelsen, LG-Insight 2013)*
  
- > Arbejdet med de traumatiserede flygtninge er en udfordring for kommunerne:
  - > 74%: utilstrækkelig kommunal screening
  - > 72%: helt eller overvejende uenig i at kommunens indsats for målgruppen er helhedsorienteret og koordineret  
*(Traumeundersøgelsen, LG-Insight 2013)*
  
- > Gratis behandling for PTSD via sundhedsloven. Henvielse via egen læge. 17 tværfaglige behandlingscentre i Danmark.

## PTSD – den traumatiske begivenhed

Udsættelse for en ekstrem begivenhed, der ligger ud over almindelig menneskelig erfaring, som involverer:

- > Alvorlig skade på egen person, eller trusler om det
- > Andres død eller trusler mod andres liv
- > Grov overskridelse af egne eller andres grænser – fysisk eller psykisk – eller trusler om det
- > Reageret med intens frygt, hjælpeløshed eller rædsel



## PTSD – genoplevelsesfænomener

Tilbagevendende genoplevelser af den traumatiske begivenhed

- > Belastende erindringer
- > Mareridt
- > Flashbacks
- > Stærkt ubehag ved omstændigheder, der minder om den traumatiske begivenhed



## PTSD – undgåelsesadfærd

Undgåelse af alle stimuli, der minder om begivenheden, eller generel følelsesmæssig lammelse

- > Forsøg på at undgå tanker, følelser, handlinger, steder og mennesker, der kan minde om traumet
- > Manglende evne til at genkalde vigtige aspekter af traumet
- > Følelsesmæssig afsondrethed eller fremmedgørelse over for andre
- > Oplevelse af, at fremtidsmulighederne er begrænsede



## PTSD – øget stress

Vedvarende symptomer på øget stress

- > Svært ved at falde i søvn og sove igennem
- > Irritabilitet og vredesudbrud
- > Koncentrations- og hukommelsesbesvær
- > Overvagtksomhed
- > Overreaktion på forskrækkelse



# Traumer og påvirkning af hjernen

Film: Traumer i hjernen: <https://flygtning.dk/danmark/center-for-udsatte-flygtninge/materialer/film-om-flygtninge-og-traumer>



## Mange har også andre diagnoser

Cirka halvdelen af dem, der har PTSD, har tre eller flere diagnoser, f.eks.:

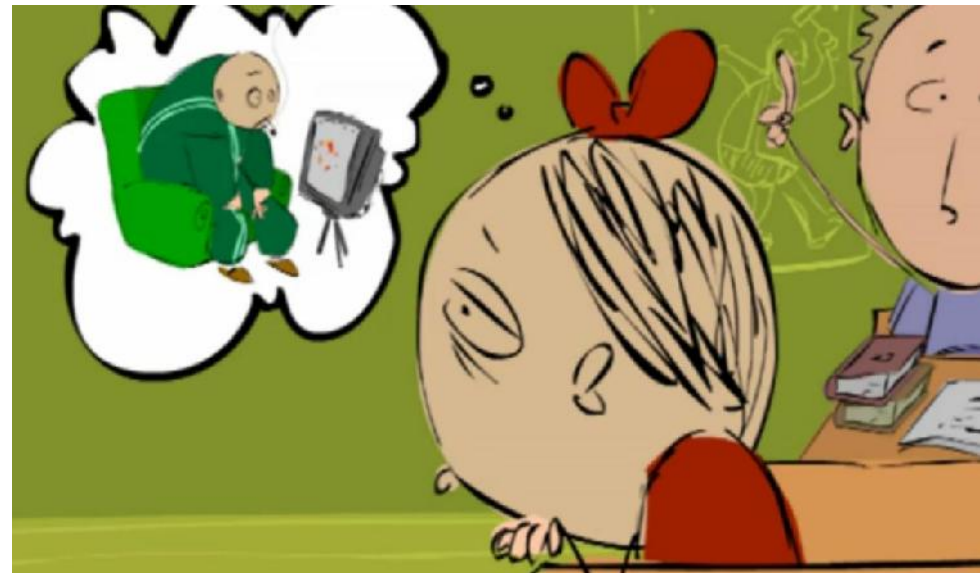
- > Angstforstyrrelser
- > Depressive tilstande
- > Personlighedsforstyrrelser
- > Alkohol- og stofmisbrug (også 'brug' af hinandens medicin)

Mange har også et dårligt fysisk helbred, f.eks.:

- > Forhøjet blodtryk
- > Migræne
- > Mavesår
- > Kroniske smerter

## Børns vilkår i traumatiserede familier

- Børn af traumatiserede forældre oplever, at deres forældre ikke er kaptajn i egen tilværelse
- Forældrene mangler ressourcer til at klare omstillingen til livet i et nyt land grundet dårlig nattesøvn, mareridt, flashbacks og angst
- Usikkerhed om familiens fremtid:
  - > Under flugten...
  - > På asylcentret...
  - > I omstillingsfasen/ integrationen i DK



## Børns vilkår i traumatiserede familier

- > Forældres evne til empati svækkes
- > Manglende basal tryghed
- > Mere skælden ud og vold
- > Overbeskyttelse
- > Risiko for at børnene bliver selvstyrende i egen tilværelse på et tidspunkt, hvor de ikke har den fornødne emotionelle, kognitive eller sociale modenhed.



## Sekundær traumatisering

Når forældrenes traumer 'smitter'

- > Intergenerationel traumevandring
- > Børn udvikler en "radar" for, hvad forældrene kan tåle
- > Angst for forældrenes pludselige og vilkårlige vrede – permanent alarmberedskab
- > Oplevelse af forældrenes flashbacks, mareridt og angst
- > Brudstykker af forældrenes traumehistorie
- > Påvirkning af forældrenes kontakt til hjemlandet - krigens/konfliktens fortsatte påvirkning

## Studie af flygtninge børn og unges psykiske problemer

- > Børn med symptomer ved ankomst til DK: 74,8%
- > 9 år senere:
  - > Børn med symptomer: 22,9%
  - > Børn uden symptomer: 51,9%
- > Forskellen på de to grupper er antallet af stressfyldte oplevelser *efter* ankomsten til Danmark

*Edtih Montgomery (2010)*

## Levevilkårene i eksil er ofte vigtigere for flygtningene end traumet i sig selv

- > Præasylfasen
- > Svært ved at lære dansk
- > Arbejdsløshed
- > Problemer i familier
- > Få sociale kontakter
- > Fattigdom
- > Bekymring om tilbageblevne familiemedlemmer
- > Diskrimination og stigmatisering
- > Dårlig boligsituation

De forhold har lige så stor betydning for flygtningenes livskvalitet og psykiske helbred som selve traumet

## Traumer som en del af det samlede billede



## Hvordan møder vi bedst traumatiserede?

- > Mød borgerne som mennesker, ikke som diagnoser
  - > *Undgå stigmatisering, traumatiserede reagerer forskelligt, traumatiserede har ressourcer, tag hensyn til individuelle behov*
  
- > Traumer kan tænkes som indre kaos – bidrag til at skabe ydre ro
  - > *Tryghed, struktur, rammer, rutiner, personlige grænser, kommunikation*
  
- > Vær opmærksom på dig selv
  - > *Hold fokus på din faglighed og arbejdsopgave – med lad ikke sagen falde ned mellem stolene. Reager, tal med borgeren, henvis...*
  - > *Pas på overidentifikation eller distancering – det gode empatiske ståsted*



## At leve med traumer

Film hvor fem flygtninge fortæller om at leve med traumer:

<https://flygtning.dk/danmark/center-for-udsatte-flygtninge/materialer/film-om-flygtninge-og-traumer>

*PTSD er en normal reaktion på unormale begivenheder.*

# Tak for i dag!

Mads Ted Drud-Jensen

Mail: [mads.drud-jensen@drc.dk](mailto:mads.drud-jensen@drc.dk)

Telefon: 3373 5357

Center for Udsatte Flygtninge: [www.flygtning.dk/udsatte](http://www.flygtning.dk/udsatte)