



# Udsatte børn og familier med flugtbaggrund -stress, traumer, PTSD og NMT

Københavns Kommune, 28. oktober 2022

**DRC** DANSK  
FLYGTNINGE  
HJÆLP

Mads Ted Drud-Jensen & Mersedeh Balouch, DRC Integration

# Program



|       |                                                                               |
|-------|-------------------------------------------------------------------------------|
| 09:30 | Velkomst og introduktion                                                      |
| 09:45 | Flygtningesituationen i dag                                                   |
| 10:00 | Krig, eksil og traumer – hvordan støtter vi bedst?                            |
| 10:30 | Pause                                                                         |
| 10:45 | Den neurosekventielle tilgang (NMT) – teori og praksis, inkl. case-refleksion |
| 11:40 | Opsamling og afrunding                                                        |

# DRC Dansk Flygtningehjælp

- Etableret i forbindelse med flygtningekrisen i Ungarn i 1956
- I dag blandt de største organisationer med fokus på flygtninge, fordrivelse og humanitær indsats
- Arbejder i 40 lande med ca. 8.000 medarbejdere
- I Danmark: Asylrådgivning, integrationsindsatser og fortalerearbejde



# DRC Integration



---

## Integration

Ca. 80 medarbejdere og 6.500 frivillige

- Beskæftigelse
- **Børn & Familie**
- Frivillig
- Viden & Udvikling, herunder **Center for Udsatte Flygtninge**  
[www.drc.ngo/cuf](http://www.drc.ngo/cuf)





# Flygtningsituationen i dag

# Flygtningesituationen i verden

**100 mill. fordrevne i verden**

**De fleste i nærområder**

**Europa og krigen i Ukraine:**

- Ca. 7 mill. flygtninge
- Ca. 7 mill. internt fordrevne
- Ca. 34.000 søgt om ophold i Danmark efter særlov



# Ukraine

- Højt uddannelsesniveau
- Ikke alle taler engelsk
- Korruption og mistillid til myndigheder
- 75% er ortodokse kristne
- Mere hierarkisk samfund
- Mere traditionelt ift. køn og seksualitet
- Almindeligt at flere generationer bor sammen
- Stor udvikling, stor forskellighed

- 3 års barsel
- Få børn går i vuggestue
- Børnehave almindeligt fra 3 år
- Tilgang til sygdom
- Mad i institution og skole
- Skole fra 6 år – i 11 år
- Mere udenadslære, mindre fokus på sociale færdigheder
- Resultat- frem for procesorientering
- Mere struktur, mindre fri leg
- Almindeligt at gå til fritidsaktiviteter



# Antal asylansøgere og flygtninge i DK

|                           | 2014   | 2015   | 2016  | 2017  | 2018  | 2019  | 2020  | 2021  |
|---------------------------|--------|--------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|
| <b>Asylansøgere</b>       | 14.792 | 21.316 | 6.266 | 3.500 | 3.523 | 2.716 | 1.515 | 2.095 |
| <b>Opholdstilladelser</b> | 6.104  | 10.849 | 7.494 | 2.750 | 1.652 | 1.777 | 601   | 1.357 |

|   | Nationalitet for asylansøgere | 2021 |
|---|-------------------------------|------|
| 1 | Afghanistan                   | 554  |
| 2 | Eritrea                       | 381  |
| 3 | Syrien                        | 330  |
| 4 | Iran                          | 67   |
| 5 | Marokko                       | 67   |





# Opholdstilladelse efter særlov

Persongruppe:

1. Ukrainske statsborgere og flygtninge med asyl i Ukraine, der er udrejst fra Ukraine d. 1. feb. 2022 eller senere
2. Ukrainske statsborgere eller flygtninge i Ukraine, der opholdt sig i Danmark eller havde opholdstilladelse i Danmark d. 1. feb. 2022
3. Nær familie til ovenstående

Opholdstilladelsen er tidsbegrænset til den 17. marts 2024 med mulighed for forlængelse til 17. marts 2025

Hurtig sagsbehandling

Udlændingestyrelsen træffer afgørelse om, i hvilken kommune man skal visiteres til og bo i (Kbh. pr. 26. okt.: 2.429. 0-16-årige: 646)

# Integration af flygtninge i Danmark

Midlertidige opholdstilladelser.

Kommuner har integrationsansvar – selvforsørgelses- og hjemrejseprogram (tidligere: integrationsprogram), 1-5 år:

- Modtagelse og boliganvisning
- Kontrakt
- Danskundervisning
- Hjælp til beskæftigelse (virksomhedspraktik, løntilskud osv.)
- Selvforsørgelses- og hjemrejseydelse (tidligere: integrationsydelse)
- Optjeningsprincip for eks. børne- og ungeydelse
- Adgang til eksempelvis sundhedsydelser som alle andre
- *Mulighed for at suspendere nogle tidsfrister pga. den ekstraordinære situation*



# Tilbud til børnene

## Daginstitution

- Forældre med opholdstilladelse – ret til samme tilbud som andre som f.eks. dagtilbud, økonomisk fripladstilbud, sprogstimuleringstilbud mv.
- Særloven giver kommuner mulighed for dispensere pasningsgarantien i op til to måneder – for alle borgere (normalt efter 26 uger)

## Grundskole

- Børn med ophold under særloven er omfattet undervisningspligten og kan indskrives i folkeskolen
- Modtageklasser, specialundervisning og dansk som andetsprog er en del af tilbuddet i folkeskolen
- Fri- og privatskolerne afgør selv, hvilke elever de optager



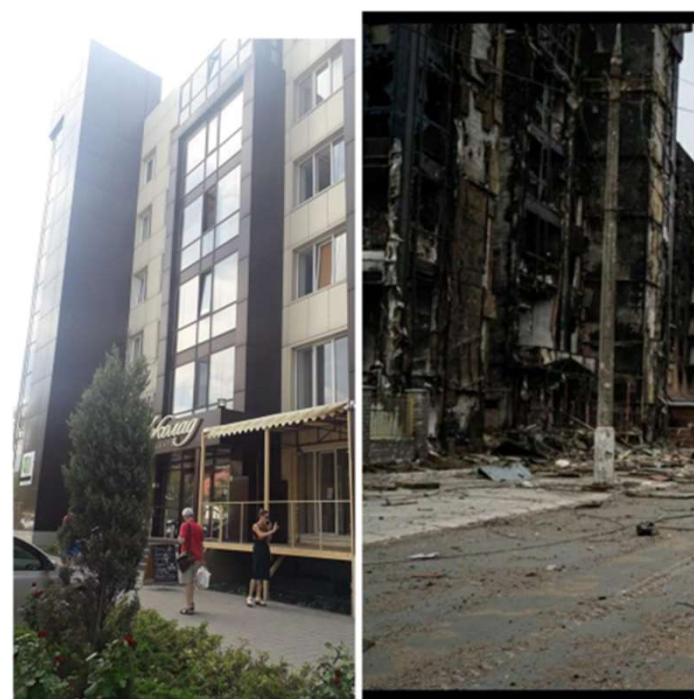
# Krig, eksil og traumer: Modtagelse af børn og familier med flugtbaggrund

# Hvad ved vi?

- Mange kvinder med børn
- De ukrainske flygtninge er forskellige
- På nogle måder ligner Ukraine Danmark, på nogle måder er det anderledes
- Alle har oplevet krig og flugt, men på forskellige måder
- Reagerer forskelligt på, hvad de har oplevet



# Alle flygtninge er rystede

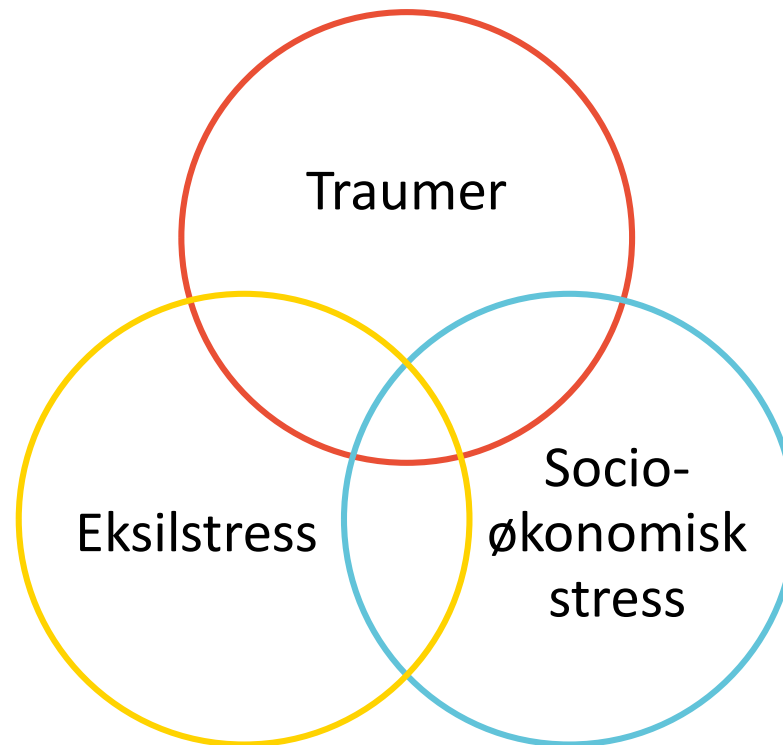


# Flygtninges oplevelser

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



# Flygtninges udfordringer hænger sammen



# Mærket af situationen

- Lige flygtet fra krig, som stadig er i gang
- Enlige forældre i krise
- Børn forstår måske ikke, hvad der er sket
- Nogle er hurtigt klar, for andre vil det tage lidt tid
- Behov for psykosocial støtte
- Nogle, *men ikke alle*, vil være påvirket af traumer



# Hvorfor fokus på traumer og PTSD?

- Ca. 30-45% af flygtninge i Danmark er berørt af traumer. Ny forskning: 43% af syriske flygtninge har PTSD
- International forskning: 13-25% af flygtninge har PTSD
- Under 10% af flygtninge i behandling for PTSD er i arbejde
- I gennemsnit har traumatiserede flygtninge, der modtager behandling, været i Danmark i 14½ år
- Kommunernes indsats for at afdække traumer hos flygtninge er mangelfuld



# PTSD – Post-Traumatisk Stress

## Begivenheden

Reageret med intens frygt, hjælpeløshed og rædsel

## Genoplevelsesfænomener

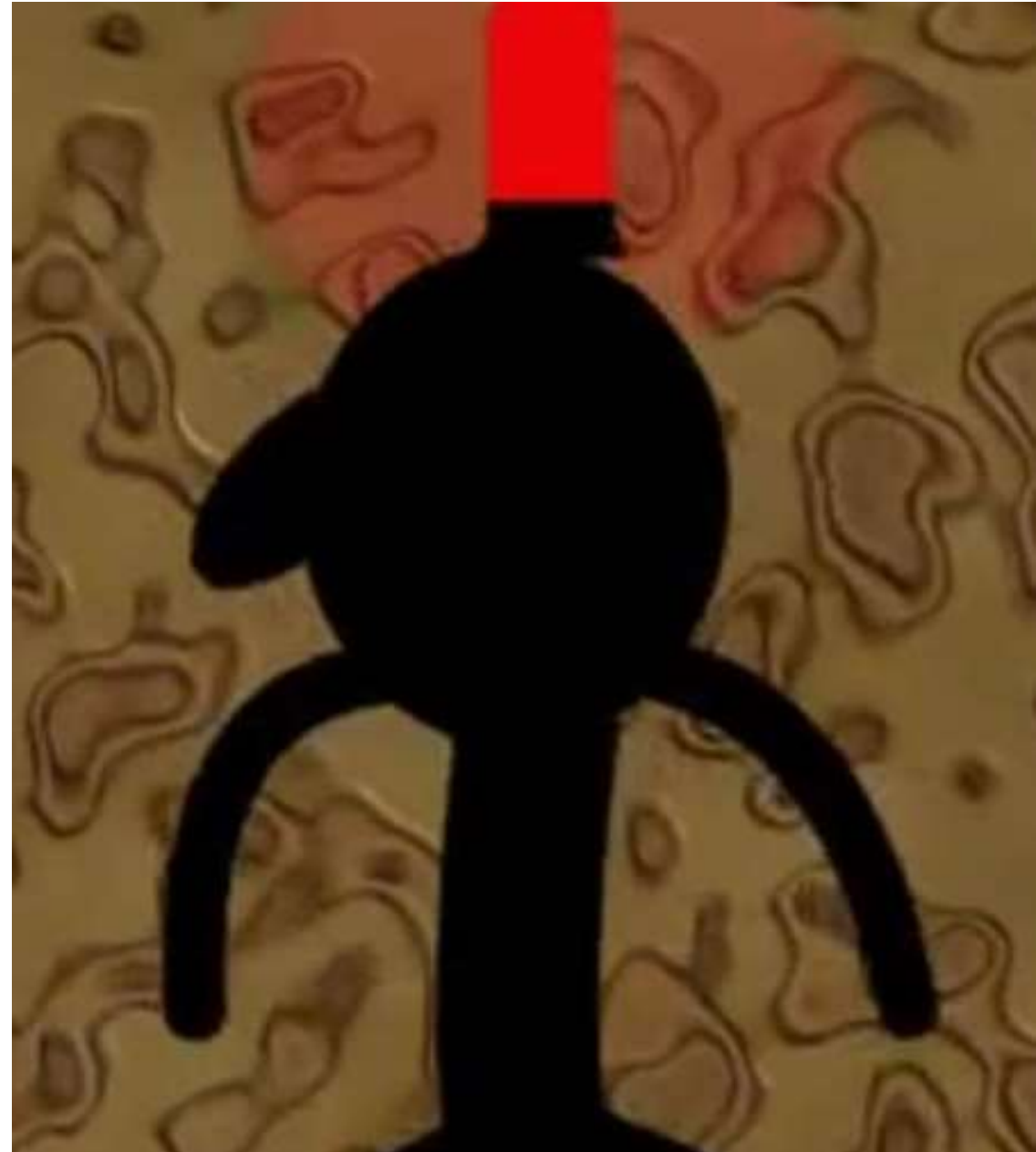
Mareridt, flashbacks

## Undgåelsesadfærd

Undgår indtryk, der minder om begivenheder, eller generel følelsesmæssigt lammelse

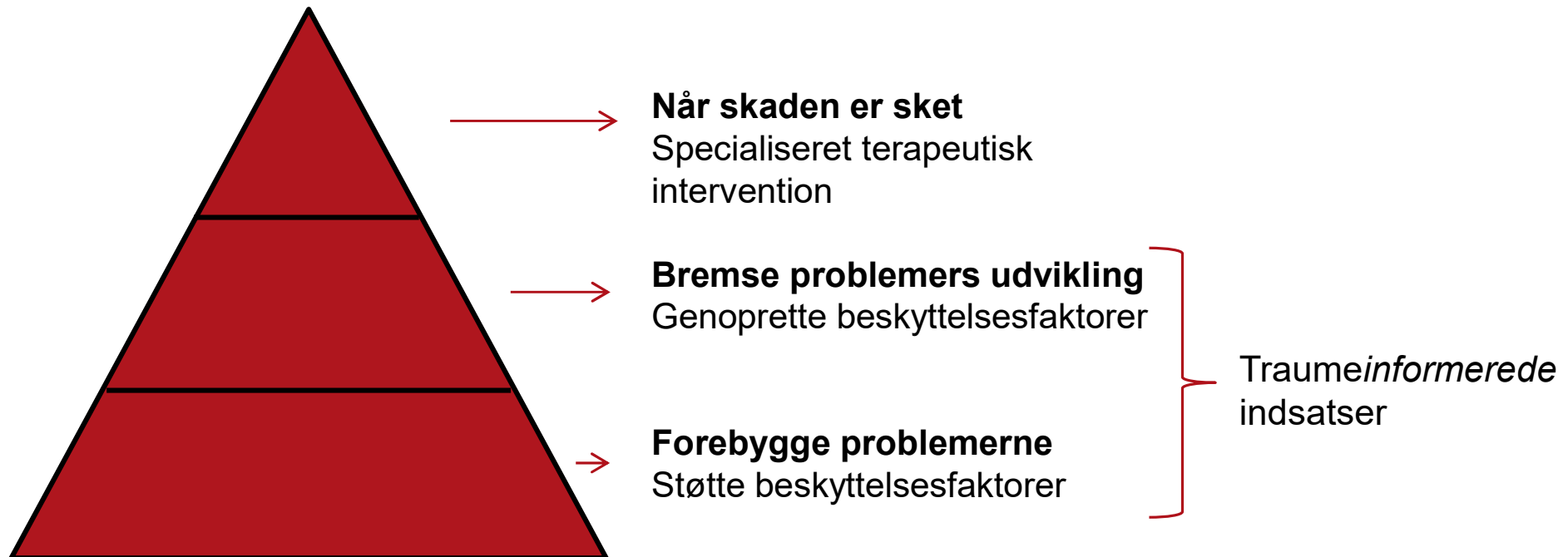
## Øget stress

Søvn, humørsvingninger, manglende koncentration og indlæring, overreaktioner





# Niveauer af støtte/intervention



# Vilkår i Danmark er afgørende for trivsel

## Risikofaktorer, hvad er skidt?

- Usikkerhed omkring ophold
- Adskillelse fra familien
- Manglende netværk
- Lav socioøkonomisk status
- Tab af status
- Sprogveskkeligheder
- Oplevet diskrimination

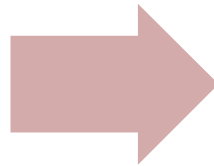
## Beskyttelsesfaktorer, hvad er godt?

- Familiesammenføring og nærhed til familie
- Netværk
- Beskæftigelse/uddannelse/skole/institution
- Sprogkunderskaber
- Egen varig bolig
- Adgang til sundhedsydelser

## Vigtigst i starten:

### Oplevelse af kaos

- Omvæltninger
- Adskillelse
- Limbo
- Tanker
- Usikkerhed
- Uklarhed



### Genetablering af normal hverdag

- Bolig
- Rutiner
- Skole/institution
- Arbejde
- Inklusion i fællesskaber

# Modvægt til stress og traumer

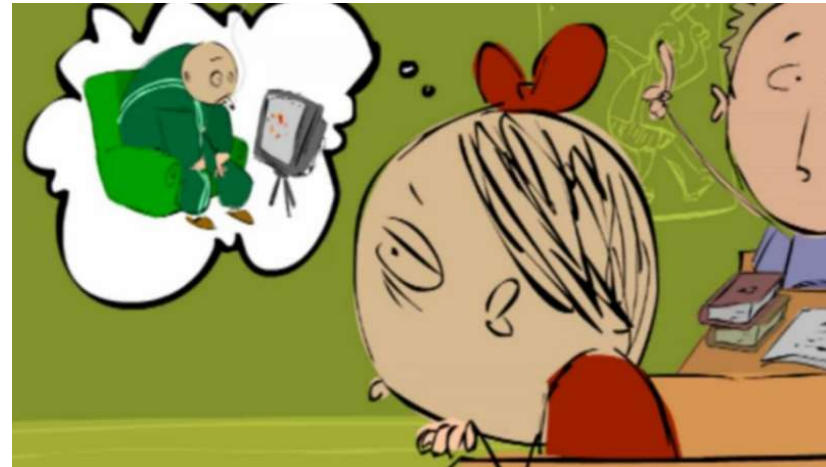
- Struktur og information
- Tillid og anerkendelse
- Aktiviteter og inklusion
- Stabilitet, fleksibilitet og tålmodighed
- Et roligt nervesystem
- Eksisterende fagligheder og tværgående samarbejde

Lyt, hvis der er behov, også til  
de svære historier

Vigtigt med henvisning til hjælp  
og støtte

# Børns vilkår i udsatte flygtningefamilier

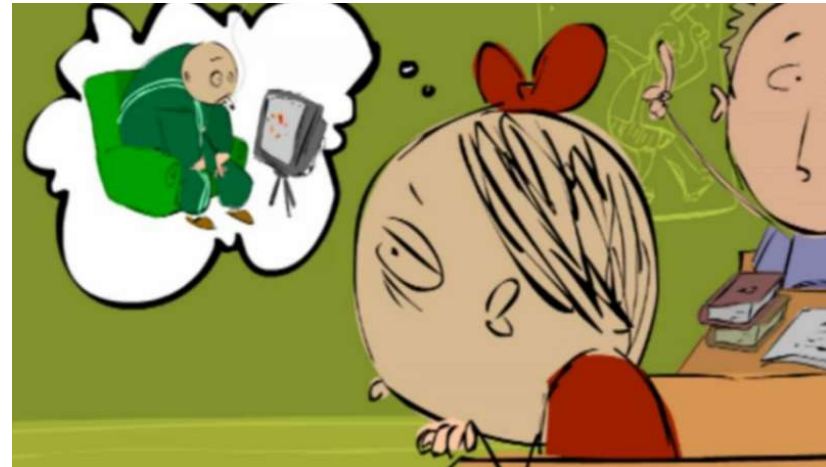
- Usikkerhed om familiens fremtid
- Manglende basal tryghed
- Forældre mangler ressourcer
- Risiko for at børnene bliver selvstyrende for tidligt
- Sekundær traumatisering
- Flygtningebørn: Svært at blive en del af fællesskaber



# Særligt for ukrainske børn

## Usikkerhed om fremtid

- Brug for at komme ud af kufferten
- Fælles perspektiv og planlægning: umiddelbare fremtid er i DK
- Langtidsplanlægning kan være svært
- Hvordan taler forældrene om det?





# Øje på mistrivsel og traumer

- Identifikationsværktøj og opsporingspjece (SIRI):  
<https://www.integrationsvi-den.dk/indsatser-til-sarbare-familier/modelprojekt-for-traumatiserede-flygtninge/identifikationsvaerktoj>

**Opmærksomhedspunkter for børn og unge**

|                                                                                    |                                                                               |
|------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> Uforudsigelig adfærd                                      | <input type="checkbox"/> Usædvanlig nedtrykt eller bedrøvet                   |
| <input type="checkbox"/> Udadreagerende adfærd                                     | <input type="checkbox"/> Udeblivelser fra institution eller aftaler           |
| <input type="checkbox"/> Ukritisk kontaktsøgende                                   | <input type="checkbox"/> Mangel på faste rutiner                              |
| <input type="checkbox"/> Koncentrationsproblemer                                   | <input type="checkbox"/> Mangel på forældrekontakt i hente-/bringesituationer |
| <input type="checkbox"/> Hukommelsesproblemer                                      | <input type="checkbox"/> Ikke-alderssvarende vækst                            |
| <input type="checkbox"/> Isolerer sig fra andre jævnaldrende                       | <input type="checkbox"/> Usædvanlig sult                                      |
| <input type="checkbox"/> Problemer med at følge/være sammen med andre jævnaldrende | <input type="checkbox"/> Forsømt hygiejne                                     |
| <input type="checkbox"/> Monoton leg                                               | <input type="checkbox"/> Snavset påklædning                                   |
| <input type="checkbox"/> Usædvanlig frygtssom eller forskræmt                      |                                                                               |

| Spørgsmål                                                        |                                                       | Ja | Nej |
|------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|----|-----|
| "Ofte" betyder mere end sædvanligt, og at det fremkalder smerte. |                                                       |    |     |
| 1                                                                | Har du ofte problemer med at falde i søvn?            |    |     |
| 2                                                                | Har du ofte mareridt?                                 |    |     |
| 3                                                                | Har du ofte hovedpine?                                |    |     |
| 4                                                                | Har du ofte fysiske smerter?                          |    |     |
| 5                                                                | Bliver du nemt vred?                                  |    |     |
| 6                                                                | Tænker du ofte på tidligere smertefulde begivenheder? |    |     |
| 7                                                                | Føler du dig ofte bange?                              |    |     |
| 8                                                                | Glemmer du ofte ting i din dagligdag?                 |    |     |
| 9                                                                | Oplever du at miste interessen for det, du laver?     |    |     |
| 10                                                               | Har du ofte problemer med at koncentrere dig?         |    |     |
| Antal spørgsmålet besvaret med ja                                |                                                       |    |     |

Resultat

Sæt "X" i den korrekte boks for at indikere risikoen for traumer

| 0-3        | 4-7           | 8-10       |
|------------|---------------|------------|
| Lav risiko | Mellem risiko | Høj risiko |

# Fokus i forhold til børn

Både børn og forældre skal informeres og inkluderes

- **STRUKTUR** i dagligdag skaber orden. Undgå for mange store skift ift. voksne/grupper.
- **TALE** med barnet og give barnet mulighed for at udtrykke sig samt give sig tid til barnet ved at lytte aktivt. Hjælp med italesættelse. Vær til rådighed.
- **RITUALER** – faste ritualer i løbet af dag og uge, omkring fødselsdage og (ikke kun 'danske') højtider.
- **ORGANISERING** af barnets aktiviteter, aktiv deltagelse i barnets leg. Hjælp barnet med blive inkluderet. Være tydelig og nærværende i barnets hverdag.
- **FORÆLDRESAMARBEJDE** skal prioriteres – tydelig kommunikation imellem daginstitution, skole, forældre. Italesæt det usagte. Klare dagsordener og åbenhed. Brug tolk, billeder/symboler. Familiens samlede situation er vigtig. Fokus på indkøring. Vær tålmodig.

**DRC**

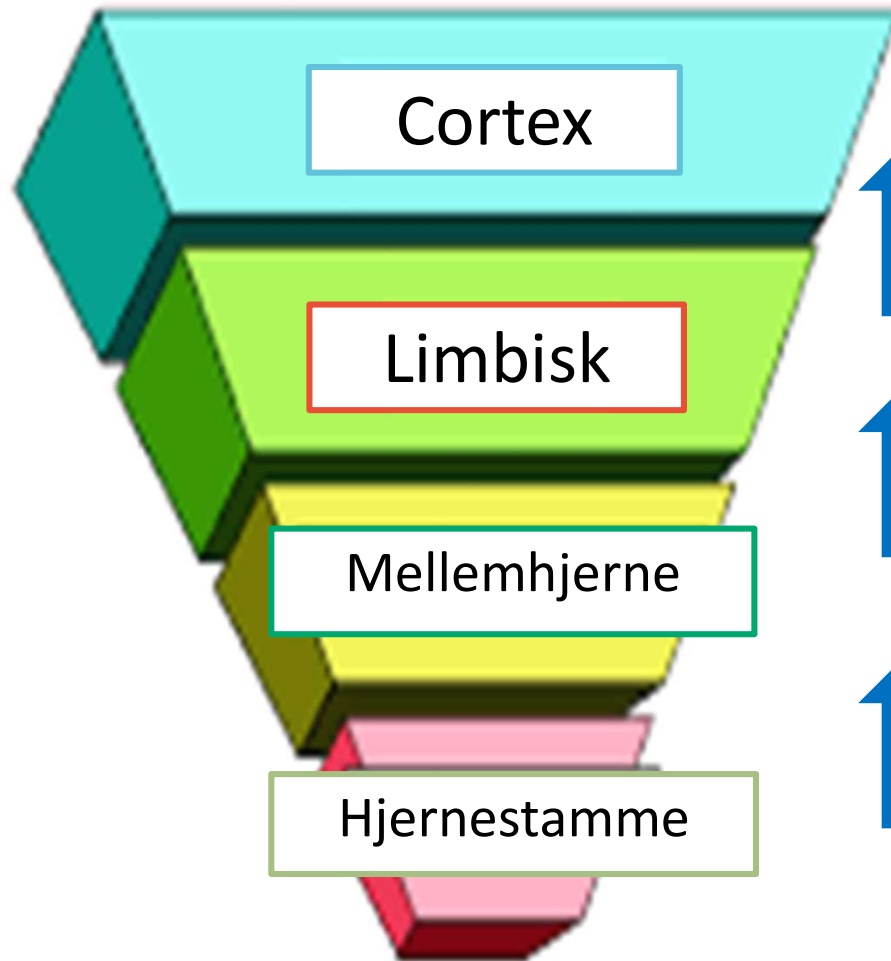


**Pause**



# Neurosekventiel tilgang

# Hjernens sekventielle udvikling

**Identitet: Størst udv. 3-6 år.**

Abstrakt og refleksiv kognition  
Konkret kognition  
Tilhørsforhold  
Belønning

**Relationer: Størst udv. de første 4 leveår**

Tilknytning  
Emotionel reaktivitet  
Seksuel adfærd

**Kroppen: Størst udv. fra 6. md og resten af livet**

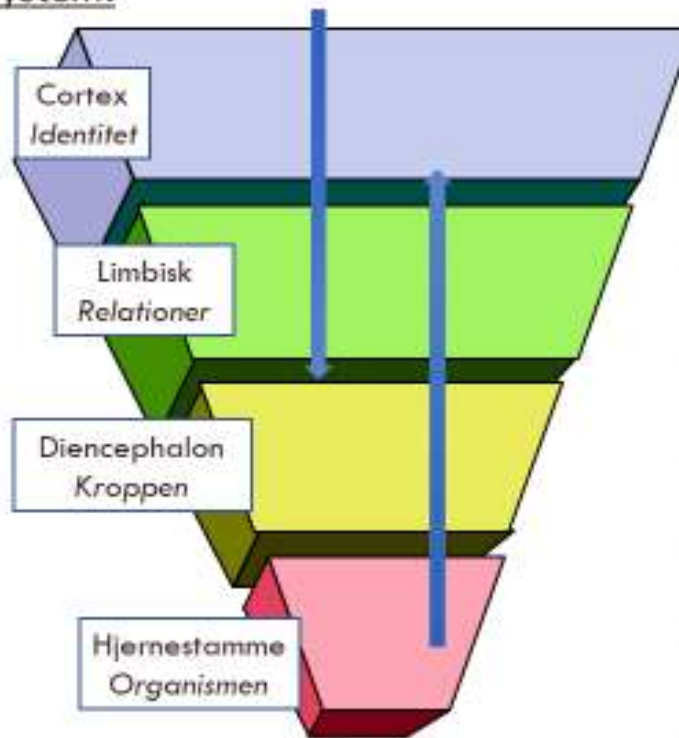
Motorisk regulering  
Arousal  
Appetit/mæthed  
Søvn

**Organismen:**

Blodtryk  
Puls  
Kropstemperatur



## System:



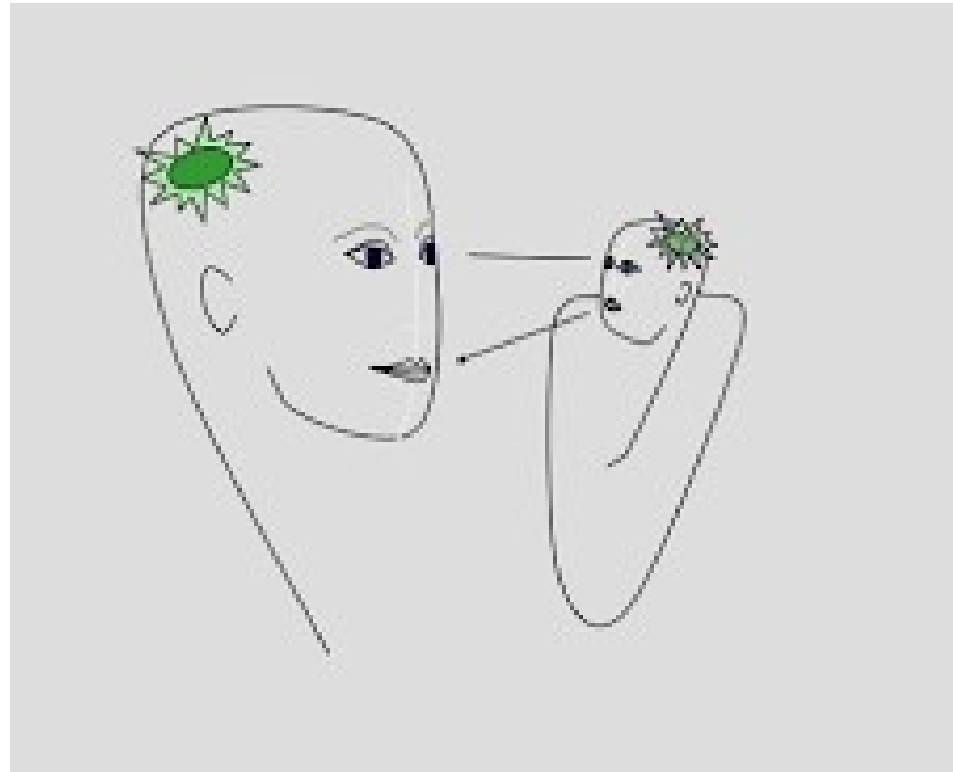
## Sekventiel dysorganisering

- For høje kognitive krav
- Eksekutive udfordringer
- Sproglige udfordringer
- Socialt overvældet
- Relationel utryk
- Emotionelt udfordret
- For høj/lav arousal (energi)
- Motorisk udfordret
- Søvn/sult
- Ydre sansninger
- Indre sansninger
- Puls



# Relationel tilknytning

- Positive relationer og spejlinger regulerer vores organisme.
- Hvis der er manglende positive relationer og manglende afstemning, vil vi søge følelsen af tilpashed, glæde og belønning på anden vis.



# ”State dependent functioning”

Tilstandsafhængigt funktionsniveau

- Vi kan ikke se de samme ting i alle situationer. Vores funktionsniveau afhænger af tid og rum, tryk eller utryk relation, arousal, sult/mæthed, kulde/varme osv.
- En intelligens test kan f.eks. se meget forskellig ud, alt efter hvilken tilstand og kontekst vi er i, når vi tager den

# Stressresponssystemet

To måder at respondere på stress

1) Hyperarousal – forhøjet alarmberedskab

2) Dissociation – frakobling af ydre sanser

Begge har en adaptiv funktion og begge opleves på et kontinuum

# Hyperarousal

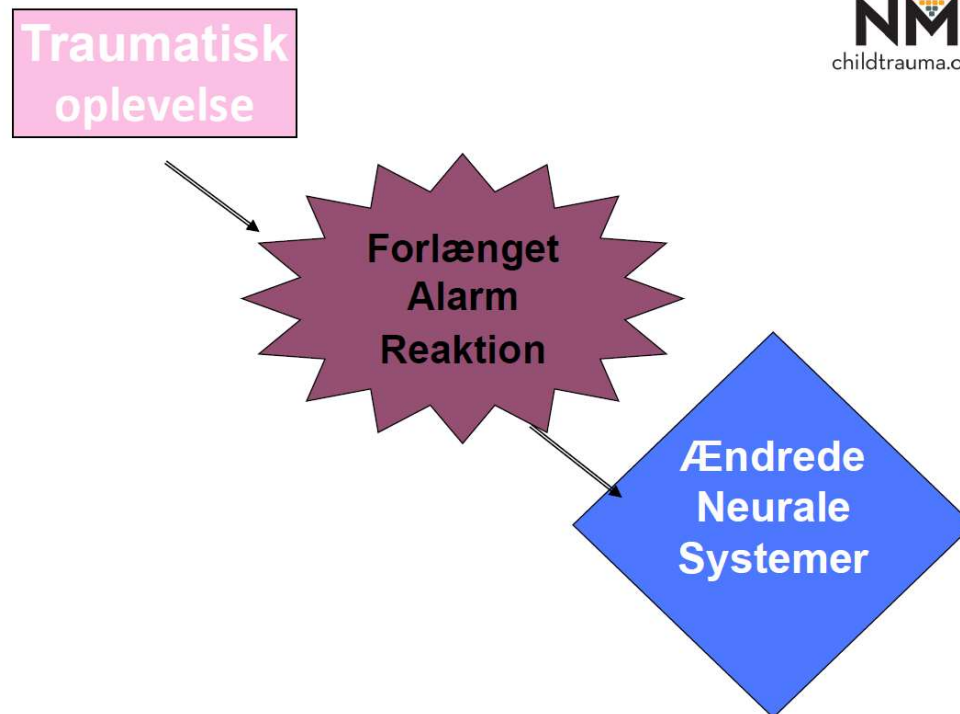
kan komme til udtryk som

- søvnproblemer
- koncentrationsvanskeligheder
- irritabilitet
- vrede og vredesudbrud
- panik
- konstant angst
- let bange eller forskrækket
- selvdestruktiv adfærd (såsom hurtig kørsel, at drikke for meget, selvskade, stoffer etc.)
- en tung følelse af skyld eller skam

# Dissociation

kan komme til udtryk som

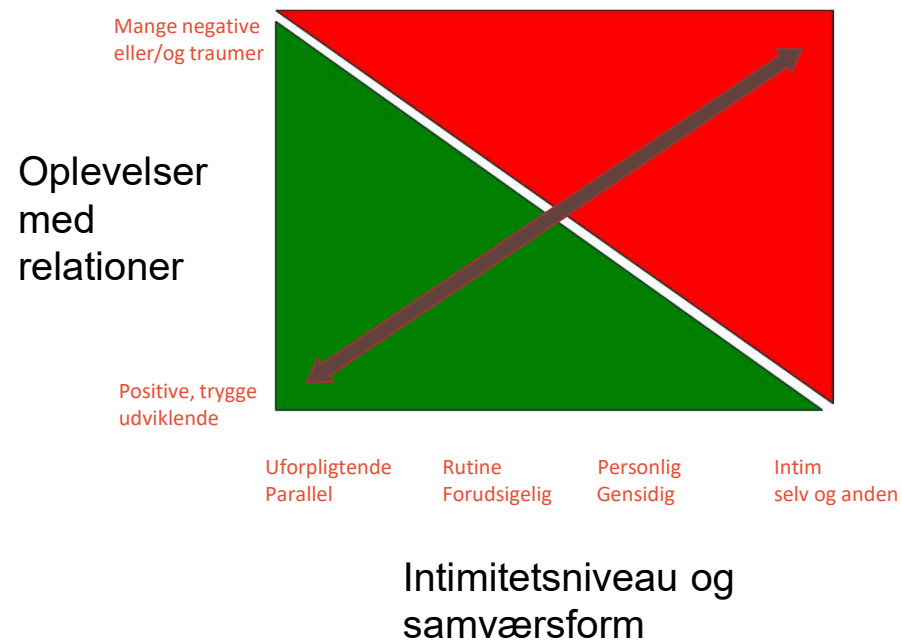
- Desorientering
- Følelsesløshed, følelsesmæssigt fravær. Problemer med at mærke eller sætte ord på følelserne.
- "Disconnectness" – man føler sig uden for tid og sted eller har mærkelige oplevelser af tiden.
- Depersonalisation – man føler sig adskilt fra sig selv, måske ser man sig selv udefra.
- Derealisation – omgivelserne eller andre mennesker føles fremmede, uvirkelige eller underlige.
- Ud af kroppen-oplevelser, nærdødsoplevelser.
- Amnesi eller glemsomhed.
- Magtesløshed eller psykisk lammelse.





# Intimitetsbarriere

## - og intimitetssensitivitet



# De 6 "R"

- Relational (safe) – Relationel tryghed
- Relevant (developmentally-matched to the individual) – Relevant lft. barnets udvikling
- Repetitive (patterned) - Repetition - gentagelser
- Rewarding (pleasurable) – Belønnende
- Rhythmic (resonant with neural patterns) - Rytmask
- Respectful (of the child, family, and culture) – Respektfuld

# Case

Karina er 8 år gammel, bor sammen med sine forældre og en søster. Karina har koncentrationsbesvær, er udadreagerende og har svært ved at genkende bogstaver. Karinas far er pensioneret og mor er udenfor arbejdsmarkedet. Karinas far er tidligere soldat og lider af PTSD. Han har et dårligt helbred og er svært gående pga. en krigsskade.

Karina går i 2 klasse, men er ofte hjemme pga. sygdom eller fordi hun ikke vil afsted. Når hun er i skole, møder hun ofte op i beskidt tøj, og har som oftest hverken fået redt hår eller fået børstet tænder. Hun har allerede en del huller i tænderne.

Karina er glad for at lege på legepladsen og for at være på tur. Hun leger med de andre børn, men kommer hurtigt i konflikter når hun møder modstand, både i form af krav fra de voksne eller ved uenigheder med andre børn. Der har været episoder, hvor hun har slået sig selv, efter at være blevet irettesat af lærere. Når lærerne forsøger at tale med hende om dette er hun flakkende, grædende og forsøger at løbe væk. Hun har en rigtig god relation til sin søster som også går i skole. Personalet oplever at søsteren er meget støttende og hjælper Karina, både i forhold til at hjælpe hende ind i lege med andre børn, men også når hun havner i svære situationer.

Skolen oplever et svært samarbejde med forældrene, hvor de enten ikke kommer til indkaldte møder, eller negligerer Karinas udfordringer. Der bliver indgået aftaler om at møde til tiden eller aftaler om fremmøde men disse aftaler bliver stadig ikke mødt. Når lærerne forsøger at tale med mor og far om Karinas mistrivsel, og nævner eksempler, kender forældrene ikke til denne adfærd og har altid et modsvar. De mener Karina stotrives derhjemme.



# Plenum, spørsmål og refleksion

# Diskutér 2 og 2

Ud fra det vi har talt om ind til nu:

1. Hvad har været nyt for mig?
2. Hvad betyder det for indsatsen hos mig/os?
3. Hvilke yderligere spørgsmål har jeg?



# Rådgivning og viden

Mads Ted Drud-Jensen, Center for Udsatte Flygtninge



# Rådgivning og viden

- Rådgivning for professionelle – Center for Udsatte Flygtninge: [www.drc.ngo/cuf](http://www.drc.ngo/cuf)
- [Dansk Flygtningehjælps Frivilligrådgivning](#)
- Psykosocial hjælp til ukrainske flygtninge (kl. 9-10 og 17-18 mandag til fredag): 3373 5314 [DRC | Psykosocial telefonlinje for ukrainere i Danmark](#)
- Publikationer: [DRC | Publikationer](#)
  - > Foldere om *at opleve krig og flugt* samt om *at støtte børn med traumer* (på flere sprog)
  - > Håndbog: *Børn med flugtbaggrund*
- Info til ukrainere om Danmark: <https://ukrainian-in-denmark.dk/>







mads.drud-Jensen@drc.ngo  
mersedeh.balouch@drc.ngo