

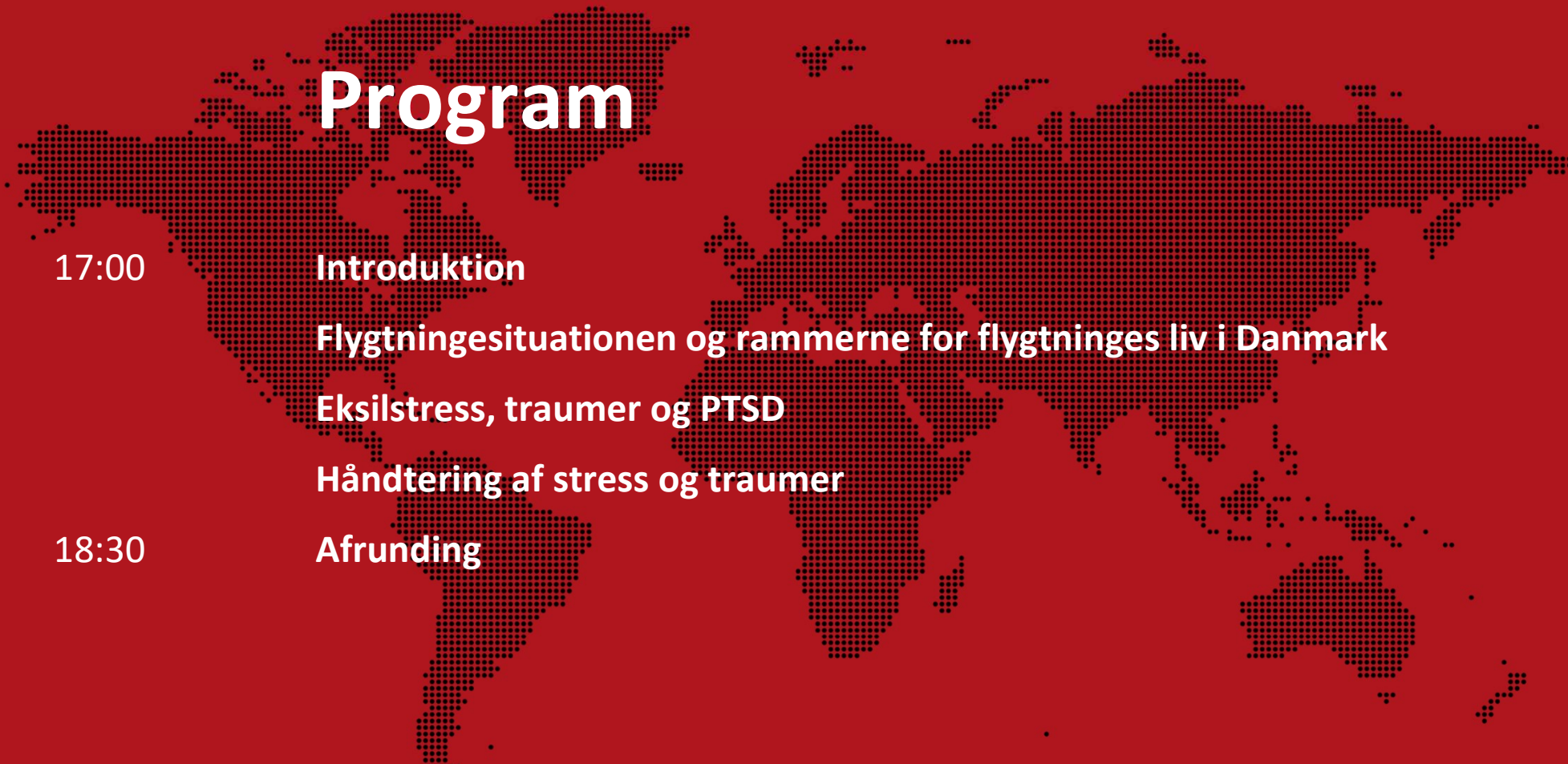


Mødet med udsatte flygtninge

WeShelter, 15. september 2022

DRU DANSK
FLYGTNINGE
HJÆLP

Mads Ted Drud-Jensen | Center for Udsatte Flygtninge



Program

17:00

Introduktion

Flygtningsituationen og rammerne for flygtninges liv i Danmark

Eksilstress, traumer og PTSD

Håndtering af stress og traumer

18:30

Afrunding

DRC Dansk Flygtningehjælp

- Etableret i forbindelse med flygtningekrisen i Ungarn i 1956
- Internationale engagement startede med Balkan-krisen i midten af 1990'erne.
- Nye integrationslov i 1998 ændrede opgavefordelingen
- I dag blandt de største organisationer med fokus på flygtninge, fordrivelse og humanitær indsats
- Arbejder i 40 lande med ca. 8.000 medarbejdere



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



Flygtningesituationen og rammerne for flygtninges liv i Danmark

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. 32.000 søgt om ophold i Danmark efter særlov



Antal asylansøgere og flygtninge i DK

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

	Opholdstilladelser	t.o.m. 2020 (ca.)
1	Syrien	21.000
2	Bosnien-Herzegovina	21.000
3	Irak	19.000
4	Iran	16.000
5	Statsløse	15.000
6	Somalia	14.000
7	Afghanistan	11.000



Modtagelse af flygtninge i Danmark

Midlertidige opholdstilladelser.

Kommuner har integrationsansvar – 1-årigt selvforsørgelses- og hjemrejseprogram (tidligere: integrationsprogram) med mulighed for forlængelse op til fem 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



Alle flygtninge er rystede

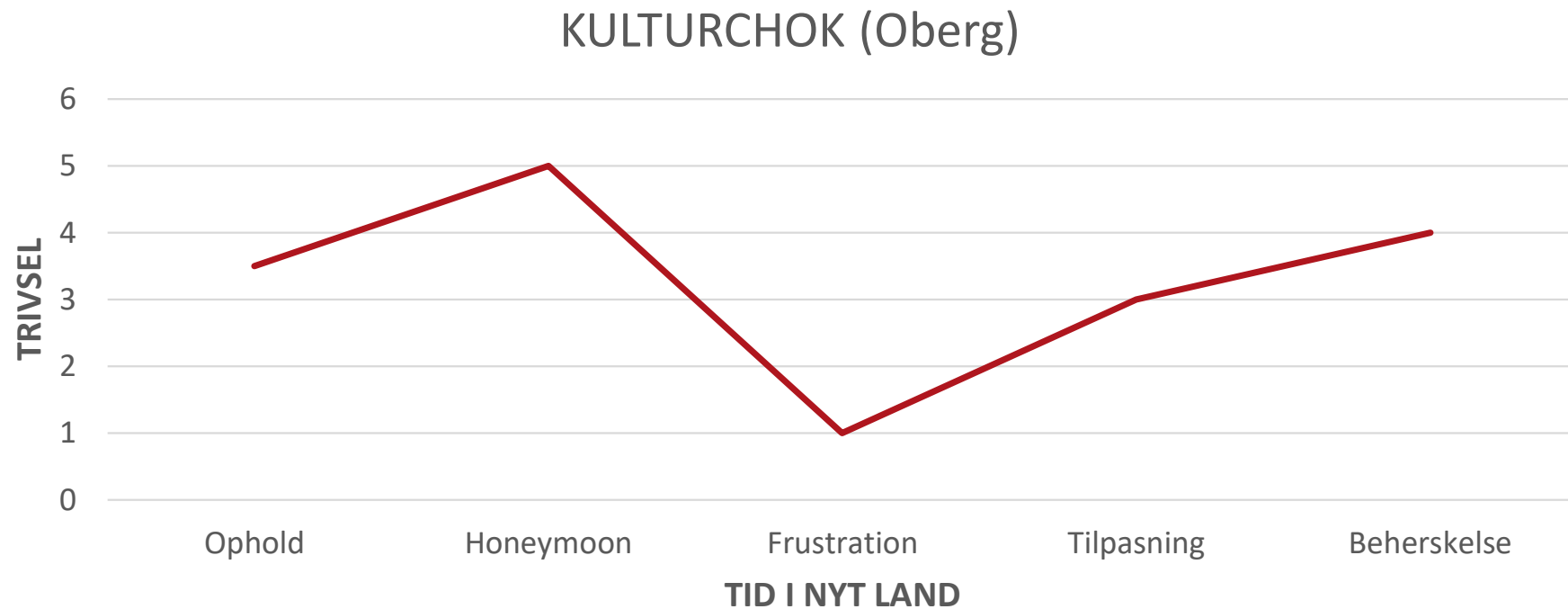


Flygtninges oplevelser

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

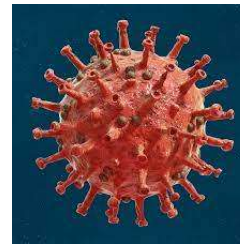


Eksillivets faser



Kriser påvirker mental sundhed og trivsel

- Personlige kriser
- Samfundsmæssige kriser
 - > Coronakrisen
 - > Afghanistan
 - > Ukraine



Rettigheder og vilkår under pres

- Hyppige lovændringer
- Midlertidighed & hjemsendelse
- Lave ydelser
- Flere optjeningsprincipper på velfærdsydelser
- Negativ diskurs om flygtninge



Lav ydelse

"Hver gang man får et brev fra kommunen, så bliver man faktisk angst, for betyder det nu, at de tager noget fra mig? Det er meget invaliderende, at man har et budget, hvor man ikke kan tåle, at man lige skal betale 25 kroner her eller 20 kroner dér. Det er en stor psykisk belastning, at de ikke ved, hvordan de skal få det til at hænge sammen."

Frivillig hos DRC Dansk Flygtningehjælp



Midlertidige opholdstilladelser

"Usikkerhed, utryghed. Hvornår er det, de bliver sendt tilbage? Og er der vurderet forkert, om der er fred i området. Deres fokus er flyttet, og der er meget angst forbundet med det nye paradigmeskifte."

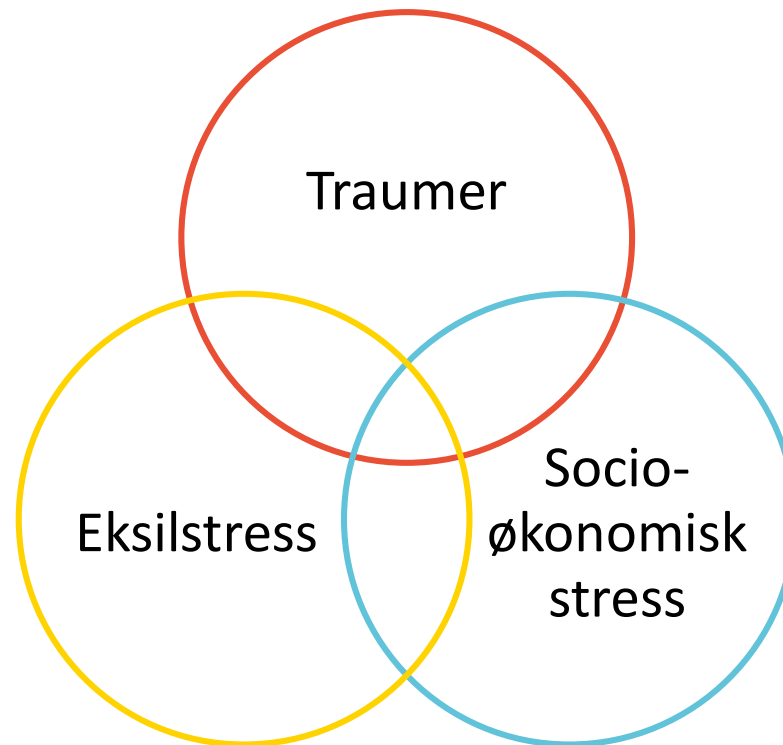
Frivillig hos DRC Dansk Flygtningehjælp





Eksilstress, traumer og PTSD

Flygtninges udfordringer hænger sammen



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 Disorder

Begivenheden

Reageret med intens frygt, hjælpeløshed og rædsel

Genoplevelsesfænomener

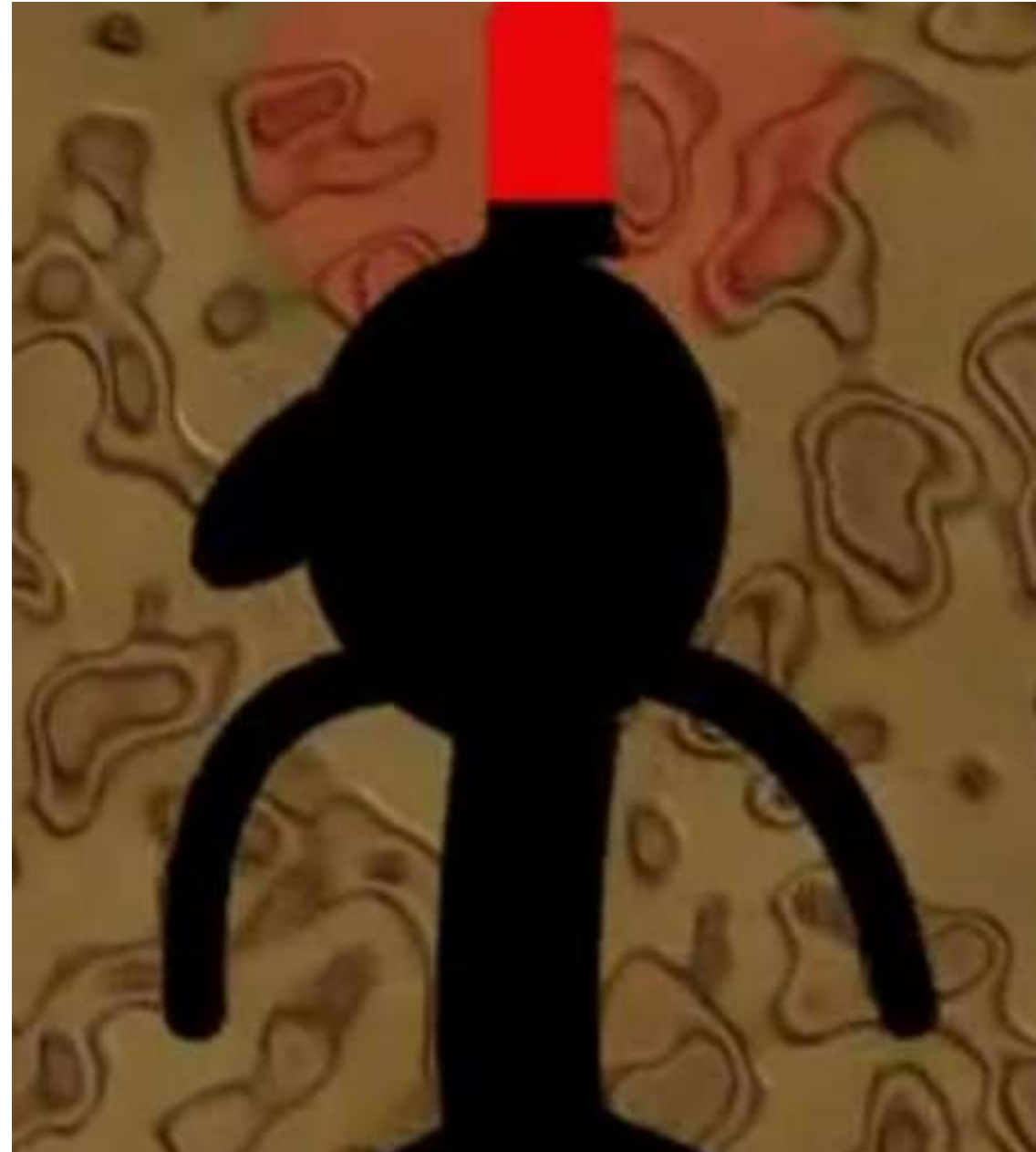
Mareridt, flashbacks

Undgåelsesadfærd

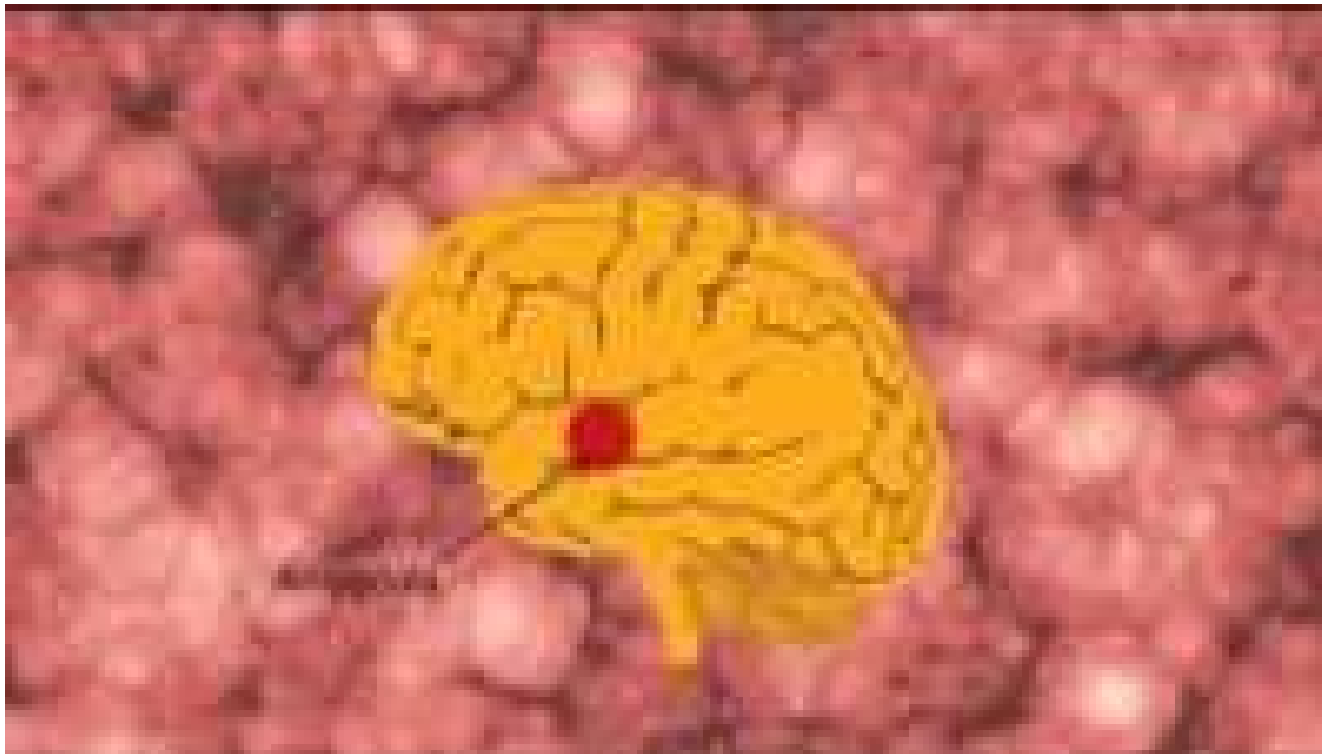
Undgår indtryk, der minder om begivenheder, eller generel følelsesmæssigt lammelse

Øget stress

Søvn, humørsvingninger, manglende koncentration og indlæring, overreaktioner



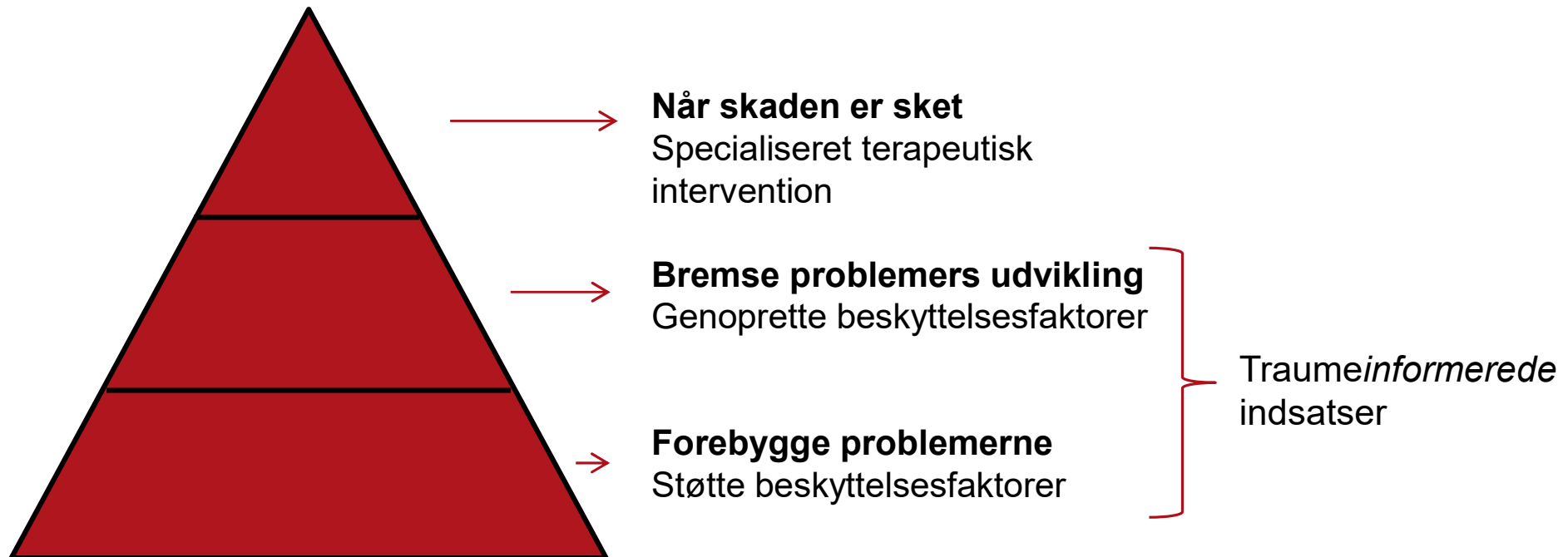
Film: Traumer i hjernen



Behandling for PTSD

- Ret til behandling via sundhedsloven
- Henvisning via egen læge (Region H også kommunen)
- Rehabiliteringscentre i alle regioner
- I Region H:
 - > Kompetencecenter for Transkulturel Psykiatri, Ballerup
 - > Dignity
 - > Oasis

Niveauer af støtte/intervention



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

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

- Forhøjet blodtryk
- Migræne
- Mavesår
- Kroniske smerter

Vilkår i Danmark er afgørende for trivsel

Risikofaktorer, hvad er skidt?

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

Beskyttelsesfaktorer, hvad er godt?

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



Håndtering af stress og traumer

Den frivillige indsats generelt

- Tid og tillid
- Anerkendelse og det ligeværdige møde
- Socialt samspil og normalitet
- Frirum og praktisk hjælp
- Henvisningsmuligheder til professionelle

Stress og traumer kan tænkes som indre kaos

Bidrag til at skabe ydre ro

- Tryghed, struktur, rammer, rutiner
- Forventningsafstemning, og vær tydelig om din rolle
- Vær stabil og tålmodig
- Skab trygge rum og rammer
- Forbered den unge grundigt på, hvad der skal ske
- Bidrag til at skabe forudsigelighed
- Vær opmærksom på forskellige reaktioner og behov
- Lad personen beholde ansvar for eget liv
- Bidrag selv med et roligt nervesystem

De svære historier

Obs på den anden

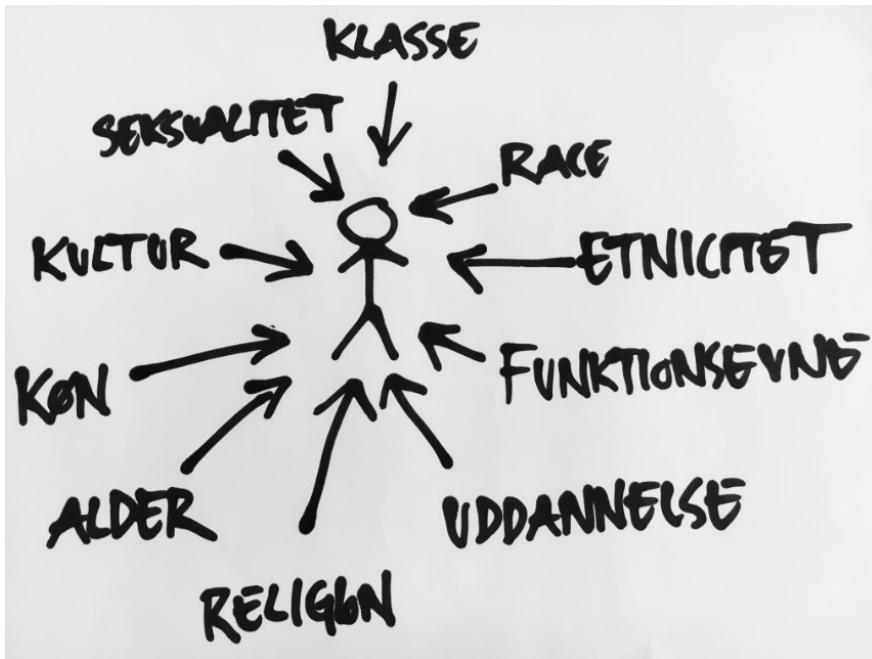
- Vær opmærksom på – og respektér – den andens grænser
- Giv plads og lyt nærværende
- Vær anerkendende
- Spørg evt. til handling/strategi
- Tilbage på sporet, land samtalen
- Ok ikke at have en løsning

Obs på dig selv

- Husk rolle som frivillig – ikke behandler, mor eller far
- Mærk efter hvor grænsen går for dig og i situationen
- Pas på overidentifikation eller distancering – det gode empatiske ståsted
- Bidrag med roligt nervesystem

Husk:

Flygtninge er sammensatte mennesker



Mød personer med
flugtbaggrund og traumer som
mennesker

Refleksion, spørgsmål eller kommentarer

1. Hvad har været nyt for mig?
2. Hvad kan jeg bruge som frivillig?
3. Hvilke yderligere spørgsmål har jeg?

Yderligere viden og henvisningsmuligheder

- **Center for Udsatte Flygtninge:** www.drc.ngo/cuf
- [DRC's Frivilligrådgivning](#)
- Publikationer: [DRC | Publikationer](#)
 - > Foldere om at opleve krig og flugt (på flere sprog)
 - > Håndbog om lovgivning og regler vedrørende flygtninge, familiesammenførte og indvandrere med behov for støtte
- Udlændingestyrelsen – diverse regler: <https://nyidanmark.dk/>



Tak for ordet!
mads.drud-jensen@drc.ngo