



VIDENSBRIEF

Traumebevidst tilgang i den beskæftigelsesrettede integrationsindsats

Hvorfor er det vigtigt at have opmærksomhed på traumer i den beskæftigelsesrettede integrationsindsats?

Fordrevne og flygtninge kan opleve traumer og traumesymptomer som følge af traumatiske oplevelser som krig, vold, tortur eller forfølgelse. Når de ikke får tilstrækkelig hjælp til at håndtere traumereaktioner, kan det udvikle sig til komplekse sundheds- og helbredsproblemer, der kan stå i vejen for tilknytningen til arbejdsmarkedet. Derfor er viden om traumer og traumereaktioner vigtigt i den beskæftigelsesrettede integrationsindsats.

Selvom traumer og andre helbredsmæssige problemstillinger kan være en barriere for at komme i arbejde, kan det at have et arbejde også medvirke til

færre symptomer og et bedre psykisk helbred. Ifølge nyeste forskning og praksiserfaringer er der en positiv sammenhæng mellem det at have et arbejde og flygtninges psykiske helbred (DARECO, 2024).

Traumeoplevelser påvirker forskelligt

Vi har alle forskellige ressourcer, erfaringer og mestringsstrategier, som har betydning for, hvordan vi takler de oplevelser, vi kommer ud for. Det er derfor meget individuelt, hvordan traumeoplevelser påvirker et menneske. I mødet med borgeren er det derfor vigtigt at anerkende, at traumer kan have konsekvenser for funktionsniveauet, men at borgeren med den rette støtte kan tilegne sig mestringsstrategier, der har betydning for, om den beskæftigelsesrettede integrationsindsats lykkes. En fælles ressourceorienteret forståelse mellem borger og sagsbehandler er derfor afgørende for borgerens muligheder for at komme i beskæftigelse.

Traumer kan vise sig:

Følelsesmæssigt

- Mangler tillid til andre og til systemet
- Tror ikke på, at de selv kan noget
- Er modløs og passiv
- Kan blive pludseligt vred og aggressiv

Fysisk

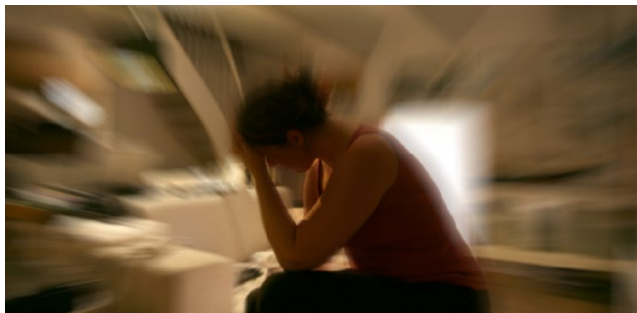
- Oplever diffuse smerter i kroppen
- Har kropslig uro og hjertebanken
- Har søvnproblemer og mareridt
- Har tendens til at isolere sig

Kognitivt

- Virker fraværende og umotiveret
- Har begrænset overblik og koncentrationsevne
- Har svært ved indlæring og sprogtilegnelse
- Har stort fokus på ubehag, fare og evt. paranoide tanker

Arbejdets betydning for flygtninge med traumer

Flygtninge med traumer, der er i arbejde, har generelt en bedre livskvalitet, et bedre psykisk helbred og et lavere symptomniveau end flygtninge, der ikke arbejder. Det kan være egentligt lønarbejde, men også andre strukturerede aktiviteter uden for hjemmet, såsom sprogundervisning og virksomhedsindsatser har betydning for livskvaliteten og det psykiske helbred hos flygtninge med traumer. Det vigtigste er, at vedkommende har en meningsfuld og struktureret hverdag samt et socialt netværk.



Den positive sammenhæng mellem at være i arbejde og have et bedre psykisk helbred forudsætter, at arbejdet giver mening for den enkelte flygtning.

Det kan både være meningsfuldt ud fra et samfundsperspektiv, da mange flygtninge ønsker at kunne give tilbage til det samfund, som har taget imod dem. For andre består meningsfuldheden i at opnå økonomisk og social uafhængighed. For mange er det afgørende, at de gennem deres arbejde kommer i kontakt med andre mennesker og derved får et netværk (Center for Udsatte Flygtninge, 2011).

Som fagprofessionel kan du hjælpe flygtninge med traumer tættere på arbejdsmarkedet ved at have fokus på beskæftigelse fra starten og ved grundigt at afdække ressourcer, kompetencer, håb og drømme hos den enkelte for derved bedre at kunne foretage en individuelt tilrettelagt beskæftigelsesindsats.



Hvis borgeren har meget komplekse udfordringer, kan det være nødvendigt med en lægefaglig vurdering og eventuelt henvisning til en traumeklinik. Det vil dog altid være fordelagtigt at arbejde helhedsorienteret og tværfagligt, så borgeren kan få en koordineret og bredspektret støtte. Generelt er det vigtigt at beskæftigelsesfaglige, sundhedsfaglige og sociale aktiviteter foregår parallelt og arbejder sammen.

Omfang

Det anslås, at mellem 30 og 50 pct. af voksne flygtninge i Danmark lider af traumer (LG Insight, 2013).

Ifølge nyeste forskning estimeres det, at knap 25 pct. af de fordrevne ukrainere i Danmark oplever tegn på PTSD (DARECO, 2024), og 43 pct. af de syriske flygtninge udviser tegn på traumer (Peconga & Thøgersen, 2020).

Dertil viser erfaringer fra DIGNITYs rehabiliteringsklinik, at traumatiserede flygtninge i gennemsnit lever i Danmark i 13-15 år med svære følger efter traumer, inden de kommer i relevant behandling (DIGNITY, 2018).

Traumer, eksilstress og socioøkonomisk stress

Flygtninge er en heterogen gruppe, og hvor belastet den enkelte bliver af sine oplevelser, varierer derfor betydeligt på tværs af forskellige flygtningegrupper og individer. Udviklingen af traumereaktioner afhænger blandt andet af oplevelser:

- I det land, der flygtes fra
- Under selve flugten
- I det land, der flygtes til

De belastninger og symptomer, fagprofessionelle møder hos flygtninge, er derfor ikke kun defineret af graden af deres traumatiske oplevelser, men også af et samspil mellem deres ressourcer, begrænsninger, aktuelle relationer og livsbetingelser i Danmark.

I praksis har det eksempelvis stor betydning, om borgeren har familie og andet socialt netværk, der kan give støtte og tryghed i forhold til at skabe et nyt liv i et nyt land. Det er afgørende at kunne skabe sig en stabil hverdag med danskundervisning, tilknytning til arbejdsmarkedet og en økonomi samt et familieliv, der hænger sammen.

Socioøkonomiske forhold i eksillandet har således stor betydning for flygtninges mentale sundhed. Sammenhængen kan dog også gå den anden vej, da ubearbejdede traumer kan gøre det vanskeligt for flygtninge at mobilisere ressourcer til at skabe en stabil tilværelse, blive integreret i det danske samfund og komme i beskæftigelse eller følge sprogundervisning. Mental sundhed kan nemlig omvendt være en forudsætning for succesfuld sociokulturel

og -økonomisk integration. Det er derfor af stor betydning, hvordan du som fagprofessionel er i stand til at møde borgeren med fokus på at understøtte stabilitet og trivsel i dennes nuværende livssituation.



Som fagprofessionel kan du hjælpe borgeren med at opretholde og skabe nogle beskyttende faktorer, der kan være medvirkende til, at de traumatiske oplevelser ikke udvikler sig. Forskningen peger på, at det i højere grad er livet i Danmark, der har betydning for, om flygtninge udvikler psykologiske problemer, end traumatiske oplevelser inden ankomsten til Danmark.

Beskyttelsesfaktorer kan være tilknytning til arbejdsmarkedet, deltagelse i danskundervisning, og at man får skabt sig et netværk i Danmark fx via frivillige indsatser. Nedenfor er oplistet, hvilke risikofaktorer og beskyttelsesfaktorer, der kan have indflydelse på, om en flygtning udvikler traumereaktioner eller ej.

Risiko- og beskyttelsesfaktorer

Risikofaktorer

- Tab af social status
- Manglende socialt netværk og støtte
- Ændrede kønsroller
- Lav socioøkonomisk status
- Tab og kultur og værdier
- Oplevet diskrimination
- Sprogvanskeligheder

Beskyttelsesfaktorer

- Opretholdelse af social status
- Socialt netværk og støtte
- Beskæftigelse
- Sprogkunderskaber
- Praktisering af religion
- Familiesammenføring og nærhed til familie
- Positive personlige coping-strategier

Ressourceorienteret tilgang i traumebevidst praksis

Når du skal arbejde traumebevidst, er det vigtigt at finde frem til de ressourcer, kompetencer og værdier, som borgeren rummer, så vedkommende kan skabe nye positive fortællinger om sig selv. I angstfyldte, kaotiske og utrygge situationer vil mennesker ofte forsøge at skabe mening og fortællinger som en forsvarsmekanisme mod det, der er svært. Det er dog ikke altid, at disse fortællinger er hensigtsmæssige. I den traumebevidste praksis arbejdes der med at fortælle borgeren, at traumer er en normal reaktion på en unormal tilstand (det er ikke dig, der er forkert) og med at gøre borgeren opmærksom på, at han/hun ikke er sine traumer (det, der var mig før traumet, kan jeg stadig genkende).

Der arbejdes på den måde med at hjælpe borgeren til at huske, hvem han/hun var før traumet, for på den måde at identificere tabte eller glemte ressourcer, færdigheder og drømme for fremtiden. Det vil sige, at der arbejdes med borgerens livsfortælling, motivation og værdier, som har til formål at danne grundlag for at støtte borgeren i at genfinde håb, handleevne og drømme for fremtiden.

Samtidig er det vigtig, at du som sagsbehandler har en løsningsfokuseret tilgang.

Tilgangen har til formål at fokusere på de områder i borgerens liv, som fungerer, for dermed at fremhæve handlemuligheder, ressourcer og kompetencer.



Hvad kan du gøre som sagsbehandler, der møder borgere med traumer?

Hjælp borgeren med at opbygge en ny fortælling, hvor traumer ikke overskygger liv og handlekraft ved i samtaler at:

- Hjælpe borgeren med at få øje på og huske, hvad man har kunnet mestre tidligere i livet.
- Fokuserer på det, der fungerer, frem for det, der ikke fungerer.
- Fremhæve handlemuligheder, ressourcer og kompetencer hos borgeren.



Styrelsen for International
Rekruttering og Integration

Integration og Job

Vil du vide mere om modtagelse af flygtninge, integration og beskæftigelse?
Scan QR-koden eller besøg IntegrationogJob.dk

