

Handbok för behandlare

INNEHÅLLSFÖRTECKNING

Om handboken: InterAct – vilka vi är och vår vision	6
1. INLEDNING.....	8
1.1 Tvärvetenskapligt samarbete och psykosocialt stöd	8
1.2 Teoretiskt ramverk.....	9
2. NYCKELASPEKTER FÖR PSYKOSOCIALT STÖD.....	14
2.1 En övergripande strategi inbegriper etiska normer.....	14
2.1.1 Etiska normer ska baseras på mänskliga rättigheter.....	14
2.1.2 Flyktingar som aktiva aktörer	16
2.1.3 Kulturell mångfald.....	17
2.1.3.1 Kulturell ödmjukhet.....	17
2.1.3.2 Kulturformuleringsintervju (KFI).....	18
2.2. Hållbarhetsstrategier och långsiktiga strategier genom tvärvetenskapligt samarbete	19
2.2.1 Behovet av långsiktigt stöd	20
2.2.2 Vägen till arbete.....	21
2.2.3 Organisation	22
2.2.4 Samordningsstrategier.....	23
2.2.5 Participativa och behovsbaserade metoder	24
2.2.6 Att välja ditt PRA-team (Participatory Rural Appraisal).....	24
2.2.6.1 Samhällspromenad.....	25
2.2.6.2 Samhällskarta.....	25
2.2.6.3 Social karta.....	26
2.2.6.4 Mobilitetskarta	28
2.2.6.5 Flödesdiagram för psykosocialt välbefinnande	30
2.2.6.6 Rangordning av problem	31
2.2.6.8 Diagram över intressenter	31
2.2.6.9 SWOT-analys	32
2.3 Att stärka samhällen (exempelvis skolor, lokalsamhällen, organisationer)	33
2.3.6 Situationsanpassning	33
2.3.7 Tvärprofessionella team	34
2.3.8 Samhällsbaserade metoder.....	36
2.3.9 Trygga platser	36
Att stärka behandlarens roll.....	38
Educational Toolbox.....	43
Nätverk och relevanta länkar:.....	45
Referenser	46

Förkortning

Förklaring

KFI

Kulturformuleringsintervju

ILO

International Labour Organization

IPSO

International Psychosocial Organisation

NGO

Icke-statlig organisation

PRA

Participatory Rural Appraisal

PTSD

Posttraumatiskt stressyndrom

STS

Sekundär traumatisk stress

FN

Förenta nationerna

UNHCR

FN:s flyktingorgan

WHO

Världshälsoorganisationen

Desaparecidos¹

av Mario Benedetti, översatt till engelska av Louise B. Popkin

They're out there somewhere / all assembled
disassembled / bewildered / voiceless
each seeking the others / seeking us
hemmed in by their question marks and doubts
with their eyes on the ironwork in the plazas
the doorbells / the shabby rooftops
sorting through their dreams / forgotten memories
perhaps recovering from their private deaths

no one has told them yet for sure
if they're gone for good or not
if they're banners now or tremors
survivors or prayers for the dead

they see trees and birds go by
and wonder which shadows are theirs

when they first started disappearing
three five seven ceremonies ago
disappearing as if they were ghosts
with no trace or face or good reason
they glimpsed through the window of their absence
what was left behind / that scaffold
of embraces sky and smoke

when they first started disappearing
like the oasis in a mirage
disappearing with no last words
they still held in their hands the pieces
of things they loved

they're out there somewhere / in the clouds or a grave
they're out there somewhere / of that I'm certain
in the dear southern reaches of my heart
it may be they've lost their bearings
and now they wander asking always asking
where the fuck is the road to true love
because they're coming from so much hate

¹ Disappeared. Återgiven med tillstånd från Louise B. Popkin och White Wine Press (1)

Del A

Om handboken: InterAct – vilka vi är och vår vision

InterAct-teamet (höger till vänster) Eirini Adamopoulou, Sarah Scheer, Margarita Mondaca, Salvador Simó, Manuel Guerrero och Eric Asaba.

Målgrupp för handboken:

Den här handboken är skriven för alla som arbetar med eller är motiverade att arbeta med flyktingars psykosociala välbefinnande för att bygga upp inkluderande samhällen. Den röda tråden för att ta del av innehållet i denna bok är tvärvetenskapligt tänkande inom yrkesutövning, undervisning och forskning.

Vilka deltar i InterAct?

Erasmus+-projektet *InterAct - Interdisciplinary Cooperation in Psychosocial Interventions* baseras på erfarenheter av arbete med flyktingar inom olika yrkesområden, som arbetsterapi, fysioterapi, utbildning och psykologi, i Sverige, Grekland, Finland, Spanien och Tyskland. Under det tvååriga projektet har dessa erfarenheter samlats in och begrundats tillsammans med flyktingar, volontärer, behandlare, studenter och lärarkollegor från olika hälsovårds- och sociala vetenskapsområden inom högre utbildning.

InterActs partnerorganisationer:

- IB University of Applied Health and Social Sciences, Berlin, Tyskland
- National and Kapodistrian University of Athens, Grekland
- Karolinska Institutet, Stockholm, Sverige
- Universitat de Vic – Universitat Central de Catalunya, Barcelona, Spanien
- HCI Productions OY Helsinki, Finland

Varför har vi skrivit handboken?

Som svar på den plötsliga ökningen av flyktingar som kommer till Europa sedan 2015 har olika psykosociala stödprojekt tagits fram. Sådana projekt finns på många platser i olika länder och engagerar behandlare från olika yrkesområden. Den migrationspolitik som reglerar vardagslivet för både flyktingar och människor som arbetar med psykosocialt stöd för flyktingar är komplicerad. På grund av denna komplexitet behövdes ett tvärvetenskapligt perspektiv för att orientera verksamheterna.

Vi har tagit fram läro- och utbildningsmaterial som beskriver erfarenheterna av tvärvetenskapligt psykosocialt stöd för flyktingar i olika europeiska länder. Detta material baseras på två lärande- och utbildningstillfällen i Berlin och Aten, som InterAct har använt för att ta fram ett utbildningsverktyg. Vi har också fått expertråd från personer i relevanta hälsovårds- och samhällsyrken om deras synpunkter på tvångsflyttning. Utifrån detta arbete har vi tagit fram policyrekommendationer för en hälsovårds- och utbildningspolicy i Europa

samt denna handbok för behandlare. Men det viktiga i sammanhanget är att flyktingarna själva har setts som experter på sitt vardagsliv och sina erfarenheter och därför har bidragit med information till denna handbok.

Den gemensamma analysen av erfarenheter visar att det finns ett brådskande behov av psykosocialt stöd för flyktingar. Den visar också de eventuella konsekvenserna för utbildningssystem, verksamheter och politiskt ansvariga.

Vad handlar handboken om?

Målet med den här handboken är att förstå och kunna hantera de psykosociala behov som flyktingar har och att bygga argument för tvärvetenskapliga samarbeten. Handboken kan vara till hjälp att integrera ett samhällsbaserat tillvägagångssätt i verksamheten för att bygga upp inkluderande samhällen. Vissa praktiska verktyg hjälper dig också att organisera och situationsanpassa din egen verksamhet. Handboken tar även upp hur lärare och forskare från olika yrkesområden kan integrera detta ämne i sina kurser eller till och med i läroplanen.

Utöver de nyckelaspekter som beskrivs i del B av handboken, rekommenderar vi också *Educational Toolbox* för psykosocialt stöd. Detta utbildningsverktyg finns tillgängligt online. Mer information om *Educational Toolbox* och hur du kommer åt och använder onlinematerialet finns i del C av handboken.

Hur är handboken uppbyggd?

Denna handbok för behandlare bygger på expertkunskaper hos olika intressenter, till exempel behandlare inom områden som psykisk hälsa, utbildning, samhällsbaserade verksamheter, arbetsmarknad, högre utbildning, nationell hälso- och sjukvård och flyktingar i olika faser av och på olika platser i sin integreringsprocess i mottagarlandet. Partnerorganisationerna i varje land (Sverige, Spanien, Grekland och Tyskland) har genomfört både individuella intervjuer och gruppintervjuer med och utan tolk. Sammanlagt har 60 flyktingar intervjuats, 30 studenter från utbildningsprogram inom hälso- och sjukvård och samhällsvetenskap och 19 behandlare. Bland behandlarna fanns en psykolog, arbetsterapeuter, en skolpsykolog, lärare inom högre utbildning, anställda på Arbetsförmedlingen, psykiatrer, fysioterapeuter, jurister och socialarbetare.

InterActs tvärvetenskapliga team har använt en iterativ kvalitativ metod (2) för att analysera det insamlade materialet. Materialet har diskuterats utifrån befintliga policyrekommendationer och riktlinjer när det gäller psykosocialt stöd för flyktingar. Det tvärvetenskapliga teamet höll flera analysmöten för att söka efter nyheter, relevans och nyckelaspekter av psykosocialt stöd. Riktlinjerna belyses med vinjetter som har hämtats från intervjuerna, med avsikt att orientera läsaren i sammanhanget och principerna för denna handbok. Kärnan vid presentationen av dessa riktlinjer har alltid varit respekt för mänskliga rättigheter och en strävan efter social rättvisa för flyktingar.

Vad ska jag göra med handboken?

I första hand är denna handbok avsedd att ge förståelse för InterActs syn på tvärvetenskapligt och psykosocialt stöd för flyktingar. I punkt 1.2 *Teoretiskt ramverk* integreras båda delarna och en grundläggande metod ges för att fundera över psykosocialt stöd för flyktingar ur olika perspektiv. Den främsta vägledningen finns i *Del B: Nyckelaspekter för psykosocialt stöd*. Nyckelaspekterna är indelade i fyra avsnitt. Varje avsnitt inleds med en vinjett, som är hämtad

från verksamheten. I samband med vinjetten finns olika underavsnitt som ger olika sätt att betrakta vinjetten. Citat från intervjun knyts till slutsatser från litteraturen som får dig att reflektera över din egen förståelse av och inställning till tvärvetenskapligt och samhällsbaserat psykosocialt stöd. Vi uppmuntrar dig också att använda handboken som en utgångspunkt för ett tvärvetenskapligt projekt i ditt samhälle. Det finns några praktiska verktyg som hjälper dig att ta din egen vision framåt mot mer inkludering.

Vart vill vi komma?

Det viktigaste för oss är att vi vill fortsätta att gå framåt mot inkluderande samhällen. Vi, InterAct-teamet, vill sprida vår vision på olika nivåer för att främja inkluderande samhällen, lika möjligheter för alla, respekt för mänskliga rättigheter och verka för social rättvisa.

1. INLEDNING

1.1 Tvärvetenskapligt samarbete och psykosocialt stöd

Över hela världen finns det 79,5 miljoner människor som flyr från förtryck i sina länder (3). År 1951 enades 149 parter i flyktingkonventionen, och dess fördrag avser specifikt statusen för flyktingar i den allmänna förklaringen om de mänskliga rättigheterna. I artikel 14 i den allmänna förklaringen sägs att "Var och en har rätt att i andra länder söka och åtnjuta asyl från förföljelse." (4). Flyktingar som kommer från Syrien, Afghanistan, Eritrea och andra länder tvingar Europa att titta närmare på sina humanitära värderingar, särskilt sedan 2015. Samtidigt som aktörer från olika områden inom politiken, till exempel utbildning och hälsa, inför olika projekt och initiativ relaterade till detta, har behovet av verksamhetsriktlinjer för tvärvetenskapliga åtgärder blivit allt mer tydligt. Generellt sett kräver psykosocialt stöd tvärvetenskapligt samarbete när det gäller utbildning, yrkesutövning och forskning (5). Flyktingforskning är ett komplicerat ämne, därför bör ett tvärvetenskapligt perspektiv, samarbete och utbyte odlas för att stärka både forskningen och det enskilda arbetet inom detta område (6).

Psykosocialt stöd

Det som är komplicerat i ett förhållningssätt till "psykosocial hälsa" och "psykosocialt stöd" inbegriper följande:

- ⇒ Ser mänskligt lidande i ett större sammanhang, inte bara som ett hälsotillstånd (detta betyder att det inbegriper social delaktighet, arbete/utbildning, ett livsprojekt, familjeliv och samhället i en vidare mening).
- ⇒ När mänskliga rättigheter kränks kan förtroendet för mänskligheten försvinna och vara svårt att återupprätta.
- ⇒ Ett livsprojekt i en vidare mening kan vara svårt att föreställa sig och att återuppbygga.
- ⇒ Vänder sig till den sammansatta mänskliga erfarenheten, inte bara delar av personens liv.
- ⇒ Ser den mänskliga hälsan som påverkad av sociostrukturella faktorer och individer som sammanhang och situationer.
- ⇒ Består av många olika aktiviteter som skyddar eller främjar det psykosociala välbefinnandet och förebygger eller behandlar psykiska sjukdomar.
- ⇒ Det finns olika typer av behov för att hålla sig frisk och vara en aktiv samhällsmedlem.

- ⇒ Inser att extrema situationer på samhällsnivå framkallar individuella reaktioner och ser individer som överlevare och inte offer.

1.2 Teoretiskt ramverk

Följande ramverk ska ses som ett verktyg till eftertanke för att ta fram stödjande psykosociala strategier och/eller för att fundera över befintliga psykosociala tjänster.

Ramverk för samhällsbaserat psykosocialt stöd integrerar nyckelprinciper från samhällsbaserade, psykosociala och participativa metoder med mänskliga rättigheter, etik och social rättvisa som grundläggande principer. Detta integrerade ramverk har tagits fram utifrån tvärvetenskapliga diskussioner inom InterAct-projektet. Ett av InterActs mål har varit att identifiera gemensamma teorier och metoder för att skapa en ram runt tanken med tvärvetenskapligt psykosocialt stöd för flyktingar och asylsökande. Det är viktigt att hitta gemensamma strategier för att på ett hållbart sätt ta hand om behoven hos flyktingsamhällen. InterAct-teamet består av arbetsterapeuter, fysioterapeuter, psykologer, en antropolog, sociologer och pedagoger. En av teamets viktigaste diskussioner handlade om hur man ska förstå "psykosociala behov" och "psykosocialt stöd" för flyktingar. Denna diskussion ägde rum i en dialog med olika och relevanta intressenter, som organisationer som arbetar med flyktingar och behandlare som är verksamma inom detta område. Dessutom var det mycket viktigt att se sammanhanget för hur InterActs olika partnerorganisationer hanterar psykosociala behov i sin undervisning, forskning och yrkesutövning. I den nedanstående beskrivningen av ramverket finns därför utdrag från intervjuer med personer som arbetar med psykosocialt stöd. En av våra viktigaste insikter genom detta samarbete är att de psykosociala behoven är specifika för sammanhanget. Den psykosociala hälsan eller det psykosociala välbefinnandet är knutet till det lokala sammanhang där flyktingar lever under svåra förhållanden. En viktig riktlinje att följa är därför att skapa inkluderande samhällen, eftersom det är känt att dessa främjar individernas välbefinnande och delaktighet i samhället (7–9). Inkluderande samhällen strävar efter att skapa platser och utrymmen där alla har rätt att leva ett meningsfullt liv, oavsett kön, ålder, religion, hälsostatus, handikapp och etnisk bakgrund.

Om det integrerade *ramverket för samhällsbaserat psykosocialt stöd*:



Inkluderande samhällen

Syftet med det integrerade *ramverket för samhällsbaserat psykosocialt stöd* är att hjälpa individer och grupper i olika samhällen att bli invånare i ett inkluderande samhälle. I inkluderande samhällen har alla något att erbjuda samhället, bygger ett meningsfullt liv och utövar sina fullständiga rättigheter som aktiva medborgare. Inkluderande samhällen uppmuntrar till och gör det möjligt för varje medborgare att delta och att utöva sin meningsfulla sysselsättning. Med meningsfull sysselsättning menar vi de aktiviteter människor utför dagligen beroende på sina värderingar, intressen, behov och sin personliga bakgrund (10).

Allmänna principer: social rättvisa, mänskliga rättigheter och etik

Ramverket är baserat på allmänna principer som bör vägleda det tvärvetenskapliga psykosociala stödet i samhället. Mänskliga rättigheter och etiska normer är grundläggande värderingar för att hantera individuella behov och också för att identifiera orättvisor och brott mot mänskliga rättigheter. Både i yrkesutövning och forskning är det viktigt med ett etiskt

tillvägagångssätt. Detta överensstämmer med riktlinjerna om psykosocialt stöd för flyktingar från UNHCR.

I samband med målet att skapa "inkluderande samhällen" nämns sju nyckelprinciper för handling. Dessa nyckelprinciper ska inte betraktas som linjära. Alla nyckelprinciper är kopplade till varandra och är till hjälp att fundera över sitt eget arbete. Detta teoretiska ramverk är tänkt att användas tillsammans med de mer specifika temana i del B av denna handbok för behandlare. De enskilda temana innehåller relevanta ämnen från behandlare i olika europeiska länder. Erfarenheterna från dessa behandlare, tillsammans med erfarenheter från InterAct-teamet, utgör innehållet i denna modell och innehållet i denna handbok för behandlare.

1) Skapa möjligheter till möten mellan individer och grupper i samhället

Först och främst är det viktigt att utvärdera om de stödtjänster du tillhandahåller ska vara samhällsinriktade eller inte. Om de ska vara det ska du också utvärdera om metoden passar för ett givet samhälle och människorna där. Om du beslutar dig för att utvärdera samhällets behov med hjälp av denna metod är det mycket viktigt att skapa platser och situationer där människor kan mötas. Möten bör underlätta för alla människor och relevanta intressenter i samhället att delta för att utforska styrkor, svagheter, möjligheter och hot. Målet är att skapa en välgrundad förståelse för tanken att vara ett inkluderande samhälle. Individer och grupper ska kunna identifiera vilka som lämnas bakom i samhället och vilka prioriteringar som det specifika samhället behöver ha.

2) Bedöma samhällets behov med hänsyn till den psykosociala situationen

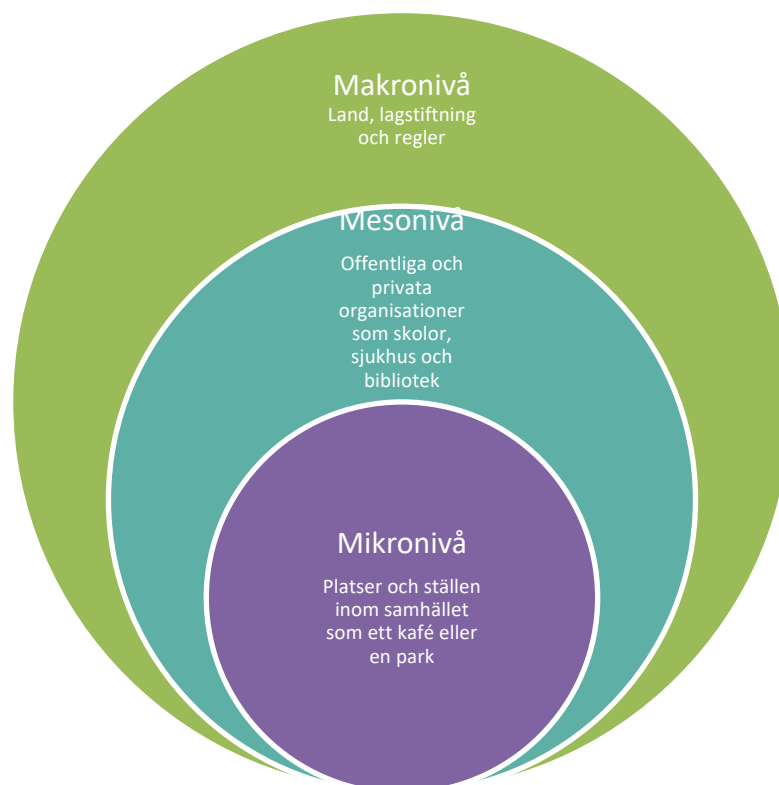
Målet här är att identifiera samhällets behov. Du behöver komma i kontakt med de konflikter och utmaningar som är en del av vardagen i samhället. Först måste du identifiera samhällets nyckelaktörer och representanter. Därefter ska du observera och intervjua medlemmar av grupper och undergrupper, vilket hjälper dig att få en bättre förståelse för samhället och dess psykosociala situation. I detta steg måste du engagera dig som behandlare i samhället för att identifiera och förhandla om viktiga frågor i en hållbar dialog med de olika aktörerna.

3) Analysera sammanhanget (mikro-, meso-, makronivå) och integrera idéer inom sammanhanget

- Sammanhanget går att analysera på olika nivåer som är sammankopplade, men oberoende av varandra. I detta ramverk inbegriper makronivån all landspecifik och internationell lagstiftning och regler. De politiska förhållandena påverkar beslutsfattande och utformning av policyer inom organisationer. Beslut och lagstiftning på internationell eller europeisk nivå är också viktigt att överväga i samband med den psykosociala hälsan. Vi föreslår att du informerar dig om den lagstiftning som påverkar vardagslivet i samhället. Ett tydligt exempel på detta är den status som beviljas människor som får stanna i landet. Vad har personer med denna status tillåtelse att göra?
- Offentliga och privata organisationer som skolor, muséer, bibliotek och hälso- och sjukvårdsorganisationer finns i detta ramverk på mesonivån. Vid samhällsbaserade

aktiviteter är det viktigt att samarbeta med organisationer på dessa nivåer för att identifiera deras samhällsbyggande resurser. Å ena sidan utgör offentliga och privata organisationer miljöer där det går att komma i kontakt med grupper. Å andra sidan kan du identifiera relevanta intressenter som arbetar inom dessa organisationer som kan ha specifika kunskaper om olika grupper i samhället.

- Mikronivån kan ses som den handlingsnivå som stödjer samhällen och deras psykosociala behov. På denna nivå blir vardagliga konflikter, utmaningar och möjligheter i människors liv tydliga. Mikronivån ligger nära flyktingarnas erfarenheter och vardagsliv, och där kan behov och resurser utforskas. Att föra människor samman är viktigt för inkluderande samhällen. På detta vis kan meningsfulla sysselsättningar som stödjer allas psykosociala välbefinnande uppstå överallt i samhället. Det kan vara en park, ett kafé eller en tunnelbanestation där människor utför meningsfulla sysselsättningar både som individer och som grupp (11).



4) Arbeta tillsammans med individer och grupper i samhället

För att identifiera individernas behov och för att ta fram hållbara strategier är det mycket viktigt att komma i direktkontakt med målgruppen. Den tvärvetenskapliga förståelsen av individer i målgruppen, i det här fallet flyktingar och/eller asylsökande, är att dessa individer är experter på sina egna levnadsförhållanden och specifika behov.

5) Utforma och införa psykosociala tjänster i samhället

Där detta är möjligt ska psykosocialt stöd och aktiviteter i samhället tas fram med hjälp av en delaktighetsmetod tillsammans med varje målgrupp och baseras på den

specifika målgruppens behov. Det kommer inte att finnas en lösning för alla i varje grupp, så olika tjänster och alternativ måste tas fram, utformas och testas.

6) Låta individerna i samhället få tillgång till meningsfulla sysselsättningar

Meningsfulla sysselsättningar är viktiga för det psykosociala välbefinnandet och ska vara en rättighet för alla. Positiva vardagsrutiner är dessutom nödvändiga för att undvika leda, skadliga vanor, hälsorisker och andra obalanser. Därför har det samhällsbaserade psykosociala stödet som mål att möjliggöra tillfällen till engagemang och delaktighet för alla och inte bara för vissa personer i samhället. Detta måste diskuteras i samband med utformning och införande av psykosociala stödaktiviteter.

7) Övervaka och utvärdera psykosociala tjänster

Ett viktigt steg är att regelbundet övervaka och utvärdera dina psykosociala tjänster ur olika perspektiv, det vill säga ur perspektivet för det tvärvetenskapliga teamet, relevanta intressenter, flyktingar och andra yrkesområden. Övervakning och utvärdering är viktigt för hållbarheten och samhällsengagemanget och ska genomföras regelbundet. En användbar strategi för detta är att ta fram aktionsforskningsspiraler.

Följande citat är hämtat från en intervju med en arbetsterapeut som arbetar med psykosocialt stöd för flyktingar i olika sammanhang genom samhällsbaserat arbete.

”Men återigen, att titta på hur [människor] möts när de gör någonting, oavsett om detta var veckans yogaklass, en konstkurs eller en intressegrupp. Saker som inbegrep eftertanke, men också en känsla av samhörighet och en aktivitet på en trygg plats där människor arbetar tillsammans. Och också att [vara] där, att ge denna rutinåtkomst till något som ger [människor] ett syfte, en identitet, en känsla av samhörighet och gemenskap.” (Arbetsterapeut och forskare, USA)

Precis som denna behandlare påpekade, är detta att skapa en känsla av samhörighet en nyckelaspekt i inkluderande samhällen.

Del B

2. NYCKELASPEKTER FÖR PSYKOSOCIALT STÖD

2.1 En övergripande strategi inbegriper etiska normer

Vinjett: Inget samhälle har råd att förlora barn

Miss Niele, lärare i sjätte klass, kommer fram till dig för att prata om Ahmad, vars familj nyligen kom till din stad från Irak. Ahmad har kommit till skolan under de senaste sex månaderna tillsammans med sina två yngre syskon. Miss Niele berättar för dig att Ahmads närvaro inte är bra och att han har varit borta från undervisningen mer än 60 dagar. Miss Niele har försökt att kontakta Ahmads föräldrar, men på grund av språkbarriärer var det svårt att kommunicera och ordna med ett möte. Du kontaktar skolans rektor för att få veta mer om Ahmads familj och undersöka olika sätt att ordna ett möte med Ahmads föräldrar med hjälp av en tolk. Skolans rektor säger till dig att även om skolgemenskapen har öppnats för att ta emot flyktingfamiljer, verkar den inte investera i dessa barns utbildning eller aktivt ta del i det lokala samhällslivet. Du inser att även om det lokala samhället inte är emot att flyktingar flyttar till området, så organiserar eller engagerar sig samhället inte aktivt i aktiviteter för att välkomna de nyanlända till staden.

2.1.1 Etiska normer ska baseras på mänskliga rättigheter

Efter FN:s flyktingkonvention 1951 definierar Världshälsoorganisationen en flykting som en person som "flytt sitt land i välgrundad fruktan för förföljelse på grund av ras, religion, nationalitet, tillhörighet till en viss samhällsgrupp eller politisk uppfattning, och som befinner sig utanför det land, vari han är medborgare och som på grund av tidigare nämnd fruktan inte kan eller vill återvända till det landet" (12 s. 1). Flyktingar har "till skillnad från alla andra som berövas sina grundläggande behov, en välgrundad fruktan om att det är fruktlöst att söka skydd hos sin egen regering, och befinner sig dessutom inom räckhåll för det internationella samhället" (13 s. 281). I detta avseende är flyktingar individer "vars mänskliga rättigheter inte kan skyddas utom genom att flytta över en gräns, oavsett om anledningen är förföljelse från staten, statens oförmåga eller utdragna naturkatastrofer" (14 s. 83). Detta gör dem till "övergivna av det statliga systemet", människor i den "farliga positionen att de saknar effektivt medlemskap i en stat, utan att vara berättigade att kunna ansluta sig till en annan" (15 s. 4).

Flyktingar måste ta sig igenom oerhörda utmaningar under sin flykt, till exempel språkbarriärer, hur ett för dem okänt hälso- och sjukvårdssystem fungerar, utsatthet för våld, tortyr och krig, hög förekomst av posttraumatiskt stressymtom, ångest, depression och fientlighetskänslor. Många av världens flyktingar befinner sig faktiskt i läger eller förvarsheter (16). De flesta har befunnit sig i landsflykt i mer än fem år utan att beviljas riktig asyl eller ha möjlighet att återvända hem igen (16). Denna situation väcker frågan om "det tillfälliga etik". Det vill säga ett moraliskt godtagbart sätt att ta hand om flyktingar på och låta dem ha kvar sin värdighet medan de väntar på vidarebosättning eller på att få återvända till sina ursprungsländer (17).

Alla de kännetecken som nämns ovan gör flyktingar till en särskilt utsatt grupp som behöver särskilda garantier när vi arbetar med dem. När vi arbetar med flyktingar är det mycket viktigt att vara medveten om de etiska konsekvenser som följer med vissa aspekter av sårbarhet.

Detta beror på den vanliga risken att likställa sårbarhet med 1) svaghet och maktlöshet, med negativa egenskaper; 2) som gör det mer troligt att vi förnekar vår egen sårbarhet och tar avstånd från andra som är sårbara, 3) vilket i sin tur gör det lättare att förneka ansvaret för andra som är sårbara (18). Taget till sin ytterlighet kan en etiskt omedveten förståelse av konceptet omvandla sårbarhet till ett nedlåtande, patriarkaliskt och förtryckande verktyg. Detta verktyg blir en förutsättning för ett instrument för social kontroll, som får stigmatiserande och utestängande konsekvenser, som befäster orättvisa istället för att bekräfta gemensamhet och söka rättvisa (19). Ett etiskt medvetet sätt att betrakta sårbarhet på innebär att ta itu med orsakerna till tvångsförflyttning och migration. Orsaker som berövande av de grundläggande behoven, orättvis fördelning av rättigheter och resurser, svårt statligt förtryck och våldsamma konflikter (20). Sårbarhet under sådana extrema förhållanden är en delad egenskap för vår gemensamma mänsklighet. Att erkänna våra förmågor och sårbarheter kräver en "sårbarhetens etik", som inbjuder till ett sätt där vi arbetar tillsammans för att utföra gemensamma åtgärder och ta gemensamt ansvar (18).

Europeiska kommissionen har rekommenderat några allmänna principer vid forskning med flyktingar, asylsökande och migranter, som också kan användas vid tvärvetenskapliga psykosociala interventioner (21):

- Behandla dem med omsorg och lyhördhet.
- Var objektiv och ärlig.
- Undvik etnocentricitet och visa respekt för deras etnicitet, språk, religion, kön och sexuella läggning.
- Skydda noggrant deras familjs och vänners värdighet, välbefinnande, självständighet, trygghet och säkerhet.
- Respektera deras värderingar och deras rätt att fatta sina egna beslut.
- Ge särskilt skydd till personer med minskad förmåga till självständighet, till exempel ensamkommande minderåriga.

När man arbetar med samhällsbaserade interventioner är nedanstående punkter några av de vägledande etiska principer som ska följas (22):

- Respekt för självständighet (vilket inbegriper respekt för individers och gruppers rättighet och förmåga att fatta egna beslut).
- Välgörenhet (minimera riskerna och maximera fördelarna för deltagarna och samhället).
- Rättvisa (rättvis fördelning av fördelar och ansvar bland möjliga deltagare).
- Privatliv.
- Hälsokompetens (kommunikationens kvalitet).
- Intressekonflikt (förklara vad en "intressekonflikt" innebär och beskriv vilka åtgärder som ska vidtas när en eventuell konflikt verkar finnas).
- Partiskt uppförande och tolkning.
- Etiska frågor i samband med yrkesrelationer och samarbeten.

I korthet uppmuntrar samhällsbaserade interventioner till att stödja en öppen attityd för att förstå varandras åsikter och inbjuda till (23):

- Ökad lyhördhet för etniska och kulturella vanor och normer.
- Att bygga upp förtroende genom bättre kommunikation.

- Att se samhällen som samarbetspartner, och inte bara som källor till forskning eller ämnen för ingripande.
- Att förstå och hantera tydliga problem i samhällen.
- Att ta fram riktlinjer för samarbete eller tillvägagångssätt som klargör hur relationen kommer att fungera.

2.1.2 Flyktingar som aktiva aktörer

Arbetet med flyktingar ska alltid börja med att skapa en förståelse för deras styrkor och resurser. Ett allvarligt misstag som yrkesverksamma ibland gör är att fokusera enbart på svagheter, vissa trådar eller att sätta upp mål efter dramatiska migrationsbanor. Vi väljer att se flyktingar som överlevare och inte som offer. Den här synen delas också av följande behandlare:

”Att vara i denna fas av livet, och sedan lämna sitt hem och resa över land och hav till ett främmande land. Men samtidigt visar dessa unga män så stor styrka och återhämtningsförmåga. Och förmågan att fortfarande knyta an till människor och skapa en sorts brödraskap. Och det gäller inte alla, men generellt sett kan jag se att behovet av anknytning är universellt. Särskilt för denna åldersgrupp, jämfört med vuxna.”
(Arbetsterapeut och forskare, USA)

Med deras överlevnad i åtanke måste vi fundera över vilka roller som flyktingar kan utveckla i våra interventioner. Vi kan inte se dem som enbart mottagare. En framgångsrik strategi vi kan importera från den psykiatriska vården är peer-to-peer-programmet (P2P). I P2P blir människor som har upplevt psykiska problem utbildade, inkluderade och utvecklar aktiva roller inom psykiatriska vårdteam. Som jämlikar ger de ett värdefullt bidrag eftersom de kan känna empati med andra människor som upplever psykiska hälsoproblem och kan dela med sig av sina värdefulla erfarenheter. Denna metod har använts med framgång till exempel av Transkulturellt Centrum i Sverige och av IPSO i Tyskland.

I det integrerade ramverket för samhällsbaserat psykosocialt stöd hävdas att psykosocialt stöd kräver samarbete mellan individer och grupper i samhället. Den tvärvetenskapliga förståelsen bakom nyckelprincipen för att uppnå inkluderande samhällen är att i samma mån involvera flyktingar som aktiva aktörer. När vi arbetar med flyktingar kan vi därför fundera över hur vi kan införliva dem i våra team, hur vi kan berättiga deras kunskaper och kvalifikationer, och vilka roller de kan utveckla. Psykosocialt stöd som exempelvis ges av behandlare med samma kulturella bakgrund, som talar samma språk och som själva har flyktingerfarenheter leder i hög grad till en hållbar effekt.

Med hänsyn till flyktingars psykosociala situation bör dessutom en del av stödstrategin innebära att flyktingen aktivt formar sin egen personliga situation mot en mer hälsosam riktning.

”Jag tycker att många av våra flyktingberättelser är berättelser om seger och, på ett sätt, kärlek istället för ondska. Men det är också viktigt att veta att flyktingar bara är människor och gör samma saker som alla andra. [...] Men jag tycker [att] när du ser dig själv på ett nytt sätt, lär dig ett nytt språk och hanterar nya kulturer... [När du måste] skydda din familj och alla de saker människor måste göra för att överleva ... kanske

[dessa erfarenheter] är resultatet av en kamp, men [de är] också saker som inspirerar och undervisar andra människor.” (Arbetsterapeut och forskare, USA)

Det här citatet belyser hur detta att sätta värde på flyktingars överlevnad som aktiva aktörer kan visa dig deras styrkor och resurser.

2.1.3 Kulturell mångfald

Kulturell mångfald är viktigt när du arbetar i tvärkulturella miljöer. Det är en avgörande del av det integrerade ramverket för samhällsbaserat psykosocialt stöd, som värdesätter de allmänna principerna för social rättvisa, mänskliga rättigheter och etik. Enligt detta ramverk ska behandlarna försöka ge lika åtkomst och möjligheter, verksamheter som är inkluderande och en kulturellt trygg och effektiv vård i samarbete med individer, familjer och samhällen (24, 25).

Det första steget i ett etiskt och effektivt deltagande i tvärkulturella miljöer är självmedvetande. Självmedvetande innebär att utveckla en förståelse för sin egen kulturella bakgrund och hur den påverkar dina egna attityder, värderingar och övertygelser. Det är också mycket viktigt att få kunskap och lära sig om världsåskådningen hos individer med andra kulturella bakgrunder. Målet är att utveckla en kulturellt lyhörd verksamhet som kan hantera den kulturella mångfalden hos involverade individer, familjer och samhällen (26). Kulturellt lyhörda behandlare visar en förmåga att samverka och kommunicera på ett empatiskt sätt med människor vars kulturella identiteter och bakgrunder kanske skiljer sig från deras egen. Följande citat belyser vikten av medvetande och empati.

”I första hand behöver du känna empati. Du måste kunna ha medkänsla för människor som har [genom]levt och upplevt saker som du inte ens kan föreställa dig. Och de har kommit till ett nytt land samtidigt som de har upplevt död och trauman, samtidigt som de har placerat sina barn i vattnet, bara för att det är det bästa de kan göra. För att [sedan] komma till ett land och möta rasism, fattigdom, dåliga levnadsförhållanden, kulturella skillnader ... Därför behöver du i första hand förstå alla dessa saker”.
(Föreläsare i arbetsterapi, Cypern)

Tvärkulturell kompetensutbildning är nödvändigt för att fungera effektivt som individ och organisation i det sammanhang med kulturella övertygelser, beteenden och behov som finns i dessa samhällen (27).

2.1.3.1 Kulturell ödmjukhet

Definitioner av kulturell kompetens har utvecklats till att innefatta rollen kulturell ödmjukhet. Hook och medarbetare föreställer sig kulturell ödmjukhet som ”förmågan att behålla en mellanmänsklig inställning som är andra-orienterad (eller öppen för den andra) när det gäller aspekter av kulturell identitet som är viktigast för den [personen]” (28 s. 2). Kulturell ödmjukhet tar hänsyn till den dynamiska, kreativa och ständigt föränderliga naturen hos den kultur som olika individer har, inom en mängd skärningspunkter.

Kulturellt ödmjuka behandlare ägnar sig åt ett livslångt åtagande om självkranskan och är medvetna om sina begränsningar. De antar ett öppet och andra-fokuserat perspektiv och tar itu med den bristande maktbalansen som är nedärvd i relationen mellan tillhandahållare och

mottagare av psykosocialt stöd (29). På detta sätt kan behandlare bygga upp positiva relationer och starkare terapeutiska allianser, reparera kulturella sprickor och hantera skillnader i värderingar.

”Om vi vill att [behandlare] ska arbeta med flyktingar, då måste de förstå att det är en förmån. De måste förstå mångfalden. De måste förstå samhällsstrukturen och politiken och hur dessa [besitter] makt. Och det kommer att bättre förbereda dem på att arbeta med flyktingar, men kommer också att bättre förbereda dem på att arbeta på att titta närmare på sitt eget land.” (Föreläsare och forskare i arbetsterapi, Nederländerna)

Den reflektion som denna behandlare gör visar att självmedvetande är mycket viktigt för att utveckla kulturell ödmjukhet.

2.1.3.2 Kulturformuleringsintervju (KFI)

Kulturformuleringsintervjun (KFI) är ett verktyg som tagits fram inom psykiatrin och som kan hjälpa till att strukturera och främja samtalsverksamheter (30). Samtalsverksamheter tar hänsyn till hur relevanta skillnader och likheter i ett kliniskt möte kan lyftas fram och identifieras. KFI är ett verktyg som förlitar sig på en reflekterande behandlare som är medveten om frågor som rör kulturell relevans. KFI har använts i multikulturella sammanhang i flera länder och är en värdefull resurs för behandlare som följde med femte upplagan av Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (30). Verktyget kan hjälpa behandlare att operationalisera processen att få fram relevanta kulturella element när det gäller den psykiatriska vårdplaneringen.

KFI har utvecklats genom identifiering av vårdgivarens expertis, vägar för att söka vård och uppfattningar om hälsa och lidande i multikulturella sammanhang. En av de viktigaste fördelarna med KFI är att den är tänkt att utföras på ett berättande sätt, vilket underlättar samtalet om de relevanta problemen för den intervjuade. En berättande metod hjälper till att skapa ett flöde som respekterar och tar hänsyn till den intervjuades tempo och bekräftar deras egna ord om sina erfarenheter av lidande på ett mer mänskligt sätt.

I kliniskt arbete kan detta att möjliggöra de intervjuades egna berättelser förbättra engagemanget och alliansen genom att man identifierar kulturellt relevanta uttryck för stress, hälsa och delaktighet. KFI kan användas inom flera områden och sätter in svaren i ett sammanhang genom att inkludera frågor om perspektivet hos andra i den intervjuades lokala, sociala nätverk om betydelsen och konsekvenserna av psykosociala behov. Information som samlas in genom KFI inbegriper: a) kulturell definition av problemet, b) kulturellt perspektiv på orsak, sammanhang och stöd, c) kulturella faktorer som påverkar sjukdomshantering och tidigare hjälpsökande och d) kulturella faktorer som påverkar aktuellt hjälpsökande (31).

Målet med KFI är att hjälpa behandlare att justera personens presentation av sig själv mot en sociokulturell bakgrund. Justeringen minskar därmed risken för överpatologisering och att missa kulturella varianter av hälso- och sjukdomsuttryck. Genom att använda den omfattande information som samlas in kommer KFI att hjälpa dig att göra ett utkast till en stödplan och att förhandla om denna med den intervjuade och relevanta personer i dennas sociala nätverk. Denna förhandling om stödplanen kan maximera engagemanget och möjligheten att tillhandahålla en skräddarsydd och relevant psykosocial stödplan. Det är viktigt att få en

introducerande utbildning till KFI, det hjälper dig att känna dig säker i att ställa berättande frågor och följdfrågor på ett relevant och flytande sätt.

2.2. Hållbarhetsstrategier och långsiktiga strategier genom tvärvetenskapligt samarbete

Vinjett: Konsekvenser av kortsiktiga synsätt

Det här är ett utdrag från en behandlares redogörelse av ett besök i ett boende i Göteborg. Vid ett samtal med en ung man som kom från Afghanistan och hade bott på anläggningen i sex månader undrade behandlaren över den unga mannens vardagsliv: "Han berättade att det hade förekommit några gånger att olika organisationer kom på samma dag för att göra aktiviteter. På något vis [är aktiviteterna] mycket lika varandra, var och en utförs på olika ställen inom anläggningen, utan någon samordning alls mellan dem. Som kontrast till detta är de flesta dagarna helt vanliga, utan några intressanta eller motiverande aktiviteter att göra. Han berättade för mig att människor ibland kommer dit, de är väldigt trevliga och så, men sedan ser du dem aldrig mer. Då lär du dig att inte hoppas för mycket." Behandlaren slogs av denna brist på samordning och planering.

Banorna för tvångsförflyttning av flyktingar kommer att vara en utmaning när det gäller att planera på ett hållbart sätt, på grund av den instabilitet som kännetecknar dessa migrationsprocesser. Denna instabilitet ska uppfattas geografiskt, när det gäller rättslig status, men även känslomässigt. Under de inledande faserna i mottagarlandet är boende en viktig fråga, och vid upprepade förflyttningar blir det en utmaning att samordna resurser när flyktingar flyttar till andra kommuner eller städer i landet. Den rättsliga statusen spelar också en viktig roll när det gäller vilka möjligheter som går att ansöka om och inte. Exempelvis språkstudier, kompletterande utbildningar, validering av utbildningar, yrkesutbildning och så vidare.

En hållbar och långsiktig planering går hand i hand med, och beror i hög grad på, sammanhanget och den specifika befolkning du arbetar med. Därför är det viktigt att du och det tvärvetenskapliga team du arbetar med kan utvärdera de kortsiktiga och långsiktiga möjligheterna för de specifika stödtjänster du tillhandahåller. Denna utvärdering kommer att ge dig kontaktinformation till nödvändiga nätverk som byggs under processen (32, 33).

"Vi uppfattar hållbarhet som förlängningen av de livskunskaper och de fördelar med folkhälsa som vi försöker stödja genom främjandet av cirkusaktiviteter, inte nödvändigtvis cirkusaktiviteterna i sig. Arbetet mot att fortsätta med våra cirkusaktiviteter ser vi som märkes- eller organisationsinriktat. Att utvärdera hållbarhet utifrån förlängningen av de sociala och känslomässiga hälsofördelar som våra aktiviteter främjar ser vi som mer konsekvensinriktat." (Arbetsterapi, CircusAid, USA)

Som citatet ovan visar är det, även om du arbetar på tillfälliga boenden för flyktingar, viktigt att tänka på hållbarhet. Hållbarhet är inte alltid kopplat till möjligheten att vara närvarande på den plats där du tillhandahåller stödet. Men genom utbildning och genom att arbeta på att bygga färdigheter, strategier och sätt att hantera utmaningar tillsammans med dina deltagare, får deltagarna livskunskaper som de kan använda när de inte längre har tillgång till stödtjänsterna. I figuren ser du alla de allmänna delar som ska hanteras med hjälp av samhällsbaserade

metoder som Världshälsoorganisationen föreslår (34). Tvärvetenskapligt samarbete gör det lättare att hantera dessa delar både i olika faser av processen och i specifika sammanhang. Följande är nyckelelement för tvärvetenskapligt samarbete: a) att skapa ansvariga program, b) att sätta upp genomförbara mål, c) att ha välgrundade riktlinjer för att få konkreta resultat och d) att sträva efter hållbara resultat och partnerskap med andra samhällsbaserade organisationer.

2.2.1 Behovet av långsiktigt stöd

Tvångsförflyttningsbanan och de risker som är förknippade med faserna i den banan gör det viktigt att förstå att detta att återuppbygga ett livsprojekt och återställa tilliten till mänskligheten kan vara en långsiktig process (35). Ofta är traumatiska upplevelser ett resultat av att utsättas för risker under dessa faser av tvångsförflyttning. Först måste vi uppnå en stabilisering av de grundläggande behoven. Med grundläggande behov menar vi tak över huvudet, trygghet, kläder, mat och grundläggande sjukvård (36). När personen har fått dessa behov tillgodosedda är det viktigt att tillhandahålla en grundläggande vägledning i hur de viktigaste organisationerna i mottagarlandet fungerar. Detta kan till exempel vara hälso- och sjukvårdssystemet, Migrationsverket, Arbetsförmedlingen och utbildningssystemet. Det är viktigt att tillhandahålla stöd i att använda dessa system, eftersom de kan vara annorlunda än systemen i personens ursprungsland. Det kan ta lång tid att bli beviljad asyl. Denna tidsperiod, av väntan, har identifierats som skadlig för hälsan, hoppet och integreringen i det nya samhället (37). Efter att mottagarlandet har beviljat uppehållstillstånd och boende har ordnats kommer i bästa fall språkskolor, utbildning och arbetsträning att äga rum. Sådana aktiviteter kan erbjudas genom formella program på olika platser, och de kan se olika ut i olika länder. Som du förstår är detta intensiva år i mottagarlandet, och vid hälsoproblem kan det utgöra en ännu större utmaning.

När du kommer i kontakt med en person som har upplevt en sådan migrationsbana är det viktigt att identifiera i vilken fas personen befinner sig i sin nuvarande situation. Det är dessutom viktigt att fundera över hur deras allmänna hälsa har skötts eller försummats på grund av mer angelägna behov. När en hälsoutvärdering av behoven har gjorts är det viktigt att upprätta en stabil och långsiktig plan för stöd. Detta är inte bara viktigt på grund av de komplicerade, omfattande och skiftande behov personen kan ha, utan även, och kanske i första hand, för att återställa hoppet och ett livsprojekt.

Oavsett var i socialsystemet eller i hälso- och sjukvårdssystemet din psykosociala stödtjänst finns är det högst relevant att investera i att skapa tillitsfulla och stabila relationer. Ibland är din roll som behandlare begränsad, både när det gäller tid och möjlighet att täcka in alla de typer av stöd som den personen behöver. Det är därför viktigt att förutse detta genom att skapa ett stödjande samhälle som kompletterar aktiviteterna i ditt kliniska arbete. Saker som att lära sig att skriva ett CV eller ha en ledsagare i viktiga situationer kan vara mycket viktiga för integreringsprocesser. I vissa fall kan dessa frågor komma upp på gruppmöten. I så fall är det viktigt att upprätta en gruppkultur som känslomässigt kan härbärgera flyktingens berättelser på ett positivt och realistiskt sätt.

Det är viktigt att komma ihåg att socialsystemet och hälso- och sjukvårdssystemet är organiserat i logiska, på varandra följande steg. Men flyktingars egna erfarenheter

överensstämmer inte alltid med dessa strukturer. Uttryck för lidande, frustration eller desperation är inte logiska och inte heller nödvändigtvis i linje med de förutsedda tjänsterna. Det är då viktigt att upprätta långsiktiga planer, relationer och ett socialt nätverk i samhället. Utbildade volontärer, familjemedlemmar och vänner är viktiga för att upptäcka destabilisering i samhället och för att söka hjälp i rätt tid. (37, 38)

2.2.2 Vägen till arbete

Det kan vara bra att tänka på arbete i ett vidare sammanhang som sträcker sig utöver den socialt accepterade avlönade anställningen (39). Arbete kan till exempel innebära obetalda uppgifter eller tjänster som inte är allmänt vedertagna, exempelvis hushållssysslor (tvätta eller förbereda mat till de andra i familjen), som inte utförs som en del av en avlönad tjänst (40). Dessutom kan illegalt arbete, som vissa typer av sexuella tjänster eller "svart" byggarbete, skapa ett utbyte av tjänster mot pengar, även om detta vanligtvis inte betraktas som avlönat arbete. Det är därför viktigt att se arbete som något som omfattar många olika aktiviteter att engagera sig i, och att sätta det i ett sociopolitiskt sammanhang (41–44). Viktiga koncept som återgång till arbete, resurssökande, sysselsättning och arbetslöshet betonar på olika sätt de dynamiska processer som inbegriper, men inte är begränsade till, mål relaterade till deltagande i den formella arbetsmarknaden. Med tanke på detta är introduktion till arbete viktigt i migrationssammanhanget eftersom migration i sig innebär att röra sig genom olika sociopolitiska (inbegripet rättsliga) system, och dessutom ofta att röra sig in i och ut ur arbetslivet.

"Jag vill ha möjlighet att arbeta, så att jag kan betala tillbaka de pengar jag får från mottagarlandet." (Flykting)

Som citatet ovan visar kan arbetsmöjligheter betyda många saker.

Att stödja vägen till arbete

Det är både relevant och viktigt att begreppsmässigt placera arbete lokalt i samband med vardagslivet, men det är också viktigt att se både formellt och informellt arbete som delar av en helhet. Vi ser också ett behov av konkreta vägar för att göra det lättare att veta var man ska börja för att stödja ingången till avlönat arbete. Som citatet nedan visar kan lokalpolitiken både hindra och underlätta för personer att komma in i avlönat arbete.

"Du kan ha ett arbetstillstånd som gäller i sex månader, men sedan sparkar de ut dig efter provanställningen. Det här är ett tyskt problem. De driver med människor. Inte bara för migranter, men särskilt för migranter." (Flykting)

International Labour Organization (ILO) har tagit fram en vägledning för att utbilda arbetsgivare i hur man kan underlätta identifieringen av migrerande arbetstagares kunskaper (45). Denna vägledning kan vara en av flera användbara resurser. De allmänna rekommendationerna i vägledningen kan sammanfattas på följande sätt:

- 1) Bekanta dig med grunderna, exempelvis vilka målintressenterna är och vilka segment av arbetsmarknaden som är livskraftiga.
- 2) Hitta relevanta metoder för att identifiera kunskaper och kompetens hos flyktingar och migrerande intressenter.
- 3) Förstå intressenters behov utifrån olika perspektiv.

- 4) Identifiera luckor mellan tjänster som redan finns och de behov och den kompetens som har identifierats bland migrerande intressentgrupper.
- 5) Sträva efter att samordna ansträngningar och underlätta för intressenterna att vara med.
- 6) Planera för hållbarhet genom att lägga in uppföljningar.

Genom att arbeta sig igenom dessa steg kan alternativ som socialt entreprenörskap – som strävar efter att mobilisera innovativa lösningar i relation till viktiga sociala problem – identifieras som mer relevant än traditionellt avlönat arbete.

Socialt entreprenörskap kan innebära att skapa ett företag som anställer människor som annars har svårt att komma in på arbetsmarknaden, som migranter i det här fallet. Det här är bara ett exempel, men vi presenterar det som ett sätt att visa de val och den öppenhet för alternativ som kan vägas in i en process. Slutligen är det också viktigt att vara medveten om det kan finnas ett potentiellt behov av rehabiliterande stöd, vilket bör åtskiljas från det vanliga stödet för att komma in i arbete. Rehabiliterande stöd kan i vissa fall behövas för att underlätta deltagandet i ett arbetsinträdesprogram. En annan vägledning till integrering, inklusive arbete, finns genom UNINTEGRA-projektet (46).

Sammanfattningsvis menar vi att arbete måste betraktas i det lokala sammanhanget och ska ses som en del av vardagslivet som omfattar mer än bara avlönat arbete. Det finns oändligt många traditionella sätt att stödja avlönat arbete på. Men ibland behövs det alternativ till dessa, exempelvis de som presenteras i utbildningsmodulerna i *Educational Toolbox*. Alternativ kan inbegripa rehabilitering, som i fallet med Alnarp, socialt entreprenörskap som i fallet med OSONAMENT eller samhällsbaserade initiativ som Breakout Café. I det här avsnittet lägger vi fram några allmänna steg och referenser för att få igång tankarna.

2.2.3 Organisation

Först och främst är det mycket uppmuntrande att kunna fastställa att det är många olika sorters människor som har engagerat sig i, och fortfarande engagerar sig i, flyktingar och asylsökande för att stödja deras välbefinnande. Individuella och grupper; privata, icke-statliga och statliga organisationer; experter och amatörer; här finns helt enkelt alla sorters människor som vill göra skillnad och stödja andra som behöver det. Antalet aktörer som fortsätter att genomföra aktiviteter med flyktingar har varit en glädjande observation under detta projekt. Särskilt med tanke på att det sociala och politiska klimatet har blivit allt mer fientligt under denna period.

Men enbart goda avsikter räcker inte för ett framgångsrikt, eller ens användbart, resultat. Tvärt om, som en ung afghansk man beskriver det: "det kan till och med orsaka mer skada". Det kontrasterande överflödet av aktiviteter som erbjuds en dag kanske ökar känslan av övergivenhet och tomhet alla de andra dagarna. Dessutom kan det vara extra stressande om den unga mannen plötsligt måste välja mellan aktiviteter som erbjuds av flera organisationer.

Det finns många olika anledningar till att en flykting inte får tillgång till de psykosociala hälsovårdstjänsterna. Dessa anledningar kan inbegripa rädsla för att den information de lämnar kan användas mot dem när det gäller deras tillstånd. Eller sociala och kulturella stereotyper i samband med psykisk hälsa. Eller brist på kunskap om de tjänster som finns, för att bara nämna några få exempel. Vi måste även vara uppmärksamma så att organisationer dokumenterar konfidentiell information på ett säkert sätt.

”Vi upplever i hög grad att många immigranter befinner sig under stor press. Det finns en rädsla för stigmatisering om de använder våra psykosociala tjänster. Det är därför hälsovårdsinformation och psykoedukation är en stor del av vårt arbete. Vi hanterar rädslan för stigmatisering. Det kan också kallas ”skuldbeläggning”. [Det finns] rädsla för att information som anförtros oss kommer att föras vidare till tredje part. Sekretess behövs. Vi konfronteras med deras rädsla över att informationen ska föras vidare till olika underrättelsetjänster.” (Psykolog, Tyskland)

Ju mer psykosocial press en person känner, desto mer problematiskt kan det bli för den personen att delta i stödaktiviteter eller till och med att besöka den psykiatriska vården, om sådana tjänster finns. Det splittrade stödsystemet innebär att psykiatriska problem kan förbli oupptäckta. Därför krävs ett organiserat system med en tydlig samordnande roll. De ofta centraliserade hälsoundersökningar som genomförs vid ankomsten, som fokuserar på fysiska hälsoaspekter, är otillräckliga, särskilt när det gäller aspekter av den psykiska hälsan. Ett samordnat uppföljningssystem med tvärvetenskapliga kopplingar till samhällstjänster måste upprättas i det lokala sammanhanget. Helst ska samordningselementet bestå av antingen primärvårdstjänster som förenar den fysiska och psykiska hälsovården, eller ett primärvårdsteam som förstår de psykiska hälsobehov som flyktingar har. Detta kommer att skilja sig åt beroende på sammanhang och resurser.

2.2.4 Samordningsstrategier

Internationella humanitära arbetsnormer kräver ”samordningsmekanismer som exempelvis klustersystemen” (47 s. 72). Det betyder att en särskild myndighet eller organisation utses till att samordna ett kluster, exempelvis hälsa, näring, tak över huvudet eller skydd. Detta för att hantera informationsflödet och säkerställa en omfattande spridning till alla flyktingar och aktörer på en viss plats. I ett flyktingläger i Grekland skulle detta till exempel innebära att den samordnande organisationen med ansvar för hälsovård håller regelbundna möten med alla hälsovårdsaktörer. Organisationen skulle samordna vem som utför de primära undersökningarna, vilka aktörer som tar över, vilka specialiserade tjänster som är involverade och med vilka. De skulle också samordna hur detta följs upp för att garantera att den personen verkligen har fått behandling och är på bättringsvägen. Sådana möten skulle också inbegripa tvärkulturella kollegor från områdena utbildning och skydd för att säkerställa en helhetssyn på psykisk hälsa och psykosocialt stöd. Ingen skulle ha tillåtelse att tillhandahålla hälso- och sjukvård eller psykosociala stödaktiviteter utan godkännande från den samordnande organisationen. Detta garanterar en helhetssyn på hälso- och sjukvård med kompletterande tjänster under så många dagar som möjligt, istället för att varje organisation erbjuder samma aktiviteter på samma dag.

Denna samordningsstrategi kan anpassas efter det lokala sammanhanget om det behövs. I Tyskland har många flyktingförläggningar en socialarbetare som har en samordnande roll. Socialarbetaren har nära kontakt med flyktingarna som bor på förläggningen och träffar dem regelbundet för att diskutera deras aktuella behov. De ansvarar också för att samordna och schemalägga aktiviteter på förläggningen. De tar på sig en uppsökande roll för samhället och upprättar kontakter med lokala klubbar, organisationer och andra aktörer, som en bro mellan samhället och flyktingarna. Å ena sidan kan samhällsaktörer bjudas in till förläggningen och

införlivas i aktiviteterna utifrån behov. Och å andra sidan kan flyktingar sättas i kontakt med aktörer inom samhället, exempelvis för att träna med en sportklubb två gånger i veckan.

Oavsett hur sammanhanget för ditt arbete ser ut, måste du upprätta en samordnande roll för att kunna tillhandahålla ett fungerande system för psykosocialt stöd. Den här rollen behöver ha ett tvärvetenskapligt tillvägagångssätt och knyta andra aktörer till miljön.

2.2.5 Participativa och behovsbaserade metoder

Samhällets delaktighet i utvecklingen av aktiviteter är ett sedan länge fastställt nyckelelement för relevant och hållbar programplanering (48, 49). Tyvärr utvecklas många tjänster fortfarande med en uppifrån-och-ned-strategi, istället för att inkludera flyktingar i planeringen av psykosociala tjänster för att skapa lämpliga, relevanta och meningsfulla tjänster.

Den osäkra och snabbt föränderliga miljö (särskilt i transitländer) som psykosociala stödtjänster erbjuds i innebär att du måste vara flexibel. Flexibilitet inbegriper att leda olika aktiviteter baserat på kontinuerlig återkoppling från participativ övervakning och utvärdering.

Ett koncept för participativ och behovsbaserad programplanering är de metoder vi hittar i strategin Participatory Rural Appraisal (PRA). PRA "använder halvstrukturerade samtal och informella men vägleda gruppdiskussioner. Samspelet förstärks med visualiserings- och diagramverktyg. Symboler, modeller, urklipp, teckningar, stenar, frön, pinnar, löv – allt detta hjälper till att engagera både insatta och utomstående i ett livligt utbyte och en gemensam analys av information" (50 s. 21), även där språkkunskaperna är begränsade. Alla följande aktiviteter – som delvis har anpassats till ett flyktingsammanhang – har tagits från *Participatory Rural Appraisal Guidebook* (50).

2.2.6 Att välja ditt PRA-team (Participatory Rural Appraisal)

Ett bra sätt att börja på är att bekanta dig med den närmiljö där dina deltagare tillbringar sin vardag.

- Välj ut en liten grupp flyktingar (cirka 8–12 personer) som är intresserade av att delta i aktiviteten. Försök få en heterogen grupp och tänk också på eventuella konflikter som kan uppstå utifrån deltagarnas olikheter, till exempel i ålder, kön, ursprungsland, (familje)status och hur länge de har varit på förläggningen. Försök att få en bra balans mellan att inkludera alla "grupper" av flyktingar som bor på förläggningen eller boendet, samtidigt som du försöker få en proportionsenlig representation.
- Ta med två anställda på förläggningen från olika yrkesområden som arbetar med flyktingar dagligen (exempelvis socialarbetare, terapeut, psykolog, pedagog).
- Bygg upp ett lagarbete innan du sätter igång.
- Kom överens om teamets organisation: vem ska göra vad, när och hur?

NOTERINGAR: Det tvärvetenskapliga lagarbetet ska kännetecknas av en dynamik som inte är tävlingsinriktad. Detta är till stor hjälp i att upprätta en nära koppling med någon från administrationen för flyktingförläggningen eller boendet. Denna person kan stödja dig genom

att tillhandahålla resurser under dina aktiviteter (till exempel fysiskt utrymme för arbete, vatten och muggar åt hela teamet eller mer papper och pennor om det behövs).

2.2.6.1 Samhällspromenad

Vad är det?

En eller flera promenader runt samhället (flyktinglägret, flyktingboendet eller området där flyktingförläggningen ligger). Detta innebär att direkt observera och få ett systematiskt förstahandsintryck av samhällets synliga fysiska, sociokulturella och ekonomiska förhållanden.

Så här kan du använda informationen

- Ger en översikt över samhällets allmänna förhållanden utifrån flyktingarnas perspektiv.
- Fokuserar på platser och riktmärken som är viktiga för flyktingarna.
- Utgör en förberedande aktivitet för att göra i ordning kartor och diagram.
- Hjälper till att dubbelkontrollera information du har fått från andra källor och verktyg.

Föreslagna steg

- 1) Förbered ditt PRA-team på att promenera runt och visa samhället.
- 2) Promenaden ska inte enbart genomföras på större vägar eller stigar. Så långt det är möjligt, promenera i en vinkel bort från huvudvägen. Promenera till områden som är representativa för samhället och dess invånare.
- 3) Försök att komma till ett område som ligger högre upp, där du har bra utsikt över hela området.
- 4) Observera, ställ frågor och lyssna. Tydliga fysiska förhållanden kan inbegripa byggnader, vattensamlingar, grönområden eller mönster för markanvändning. Sociokulturella kännetecken inbegriper exempelvis mötesplatser, religiösa byggnader, skolor och hälso- och sjukvårdsinrättningar. lakttagbara ekonomiska kännetecken inbegriper skicket på vägar (och nätverk), hustyper, vattentillgång, affärer och marknader, lokala produkter, kommunikation och transportmöjligheter.
- 5) Gör korta stopp längs vägen. Be personer som är med på promenaden att skissa upp de områden ni har passerat genom.
- 6) Prata också med dem du träffar på vägen. De kan bekräfta eller förklara vissa av dina observationer.
- 7) Återvänd till "basen" och gör förberedelser för att skapa en samhällskarta eller annan aktivitet (exempelvis social karta eller mobilitetsdiagram).

2.2.6.2 Samhällskarta

Vad är det?

En grundläggande ritning som visar samhällets gränser och större biofysiska markanvändningsmönster, riktmärken och infrastruktur inom samhället. Målet med denna aktivitet är att identifiera vissa förhållanden för att börja planera andra samhällsaktiviteter och föra en reflekterande dialog med deltagarna.

Så här kan du använda informationen

- Möjliggör en första utvärdering av de allmänna förhållandena och infrastrukturen i området.
- Fungerar som ett planeringsverktyg för att starta projekt i området.
- Ger grundläggande information för att övervaka och utvärdera framgången i ett senare skede.

- Fungerar som en referens vid framtagning av andra verktyg, som en social karta eller ett mobilitetsdiagram.

Föreslagna steg

- 1) Be alla deltagare i ditt PRA-team att på ett stort papper (exempelvis på ett bord eller i ett blädderblock) rita ut större fysiska riktmärken som vägar, stigar och vattenkällor i samhället. Lägg eventuellt till en indikering av de allmänna väderstrecken (norr, söder, öster, väster).
- 2) Märk ut allmänna markanvändningsmönster som skogar och jordbruksmark, större byggnader eller hus, parker eller andra grönområden och så vidare.
- 3) Lägg till framträdande samhällsstrukturer som mötesplatser eller samlings-salar, skolor, vårdcentraler, platser för tillbedjan, affärer och marknader, transportnav och så vidare.
- 4) Markera samhällets gränser på ritningen och skriv namnen på de angränsande samhällena.

2.2.6.3 Social karta

Vad är det?

En ritning som visar den rumsliga fördelningen för hushållen i samhället. Markeringar på specifika hus används för att indikera social betydelse och viktiga samhällsaktörer.

Så här kan du använda informationen

- Ger en generell uppfattning om den socioekonomiska situationen och statusen på samhällets välbefinnande.
- Hjälper till att identifiera vilka de socialt betydelsefulla aktörerna i samhället är och var de finns genom användning av markörer.
- Ger en inblick i de socioekonomiskt sämre lottade områdena i samhället.
- Ser till att stödinsatser fokuserar på åsidosatta människor och områden i samhället.

Föreslagna steg

- 1) Lägg overheadfilm, eller ett annat genomskinligt ark, över den samhällskarta som ritades tidigare. Rita sedan ut hus och större byggnader i samhället på overheadfilmen.
- 2) Låt flyktingarna ta fram markörer som kan användas för att visa den sociala betydelsen eller det ekonomiska välbefinnandet för ett hushåll eller en inrättning. Du kan till exempel be dem markera vilka hus som är cementerade byggnader och vilka som är tillfälliga (i en flyktingförläggning), eller nybyggda, välisolerade hus och gamla, fuktiga och dåligt underhållna hus (i samhället runt en flyktingförläggning i Tyskland). Andra markörer som kan användas är ungefärligt antal personer som bor i hus, till exempel hem med (många) familjer och ensamstående föräldrar, och platser som erbjuder särskilda samhällstjänster, som fritidsgårdar eller olika rådgivningsmottagningar, men även förmögenhets- och maktinrättningar som banker, lokala ledare, lokala myndigheter eller kontor för icke-statliga organisationer.
- 3) Markera den socioekonomiska statusen eller välbefinnandet för de olika byggnaderna och områdena på kartan genom att använda olika symboler för varje markör.

Även om du inte kan ta itu med frågor som uppstår direkt, kan du ta fram en plan för att hitta lösningar på specifika bostadsproblem. Men viktigast av allt är att dessa insikter ger dig dyrbar information om samhällets levnadsvillkor, prioriteringar, behov och andra resurser.

NOTERING: Var kreativ och anpassa markörerna efter det lokala sammanhanget. Du kan lägga till fler markörer om det behövs när du diskuterar platser och aspekter som är viktiga för deltagarna i PRA-teamet och/eller samhället som helhet.

2.2.6.4 Mobilitetskarta

Vad är det?

En karta som visar rörelsemönstren för flyktingarna mellan sitt hem och olika platser i samhället, men också utanför samhällets gränser. Vart går människor och varför? Hur ofta genomförs besöken, hur långt är avståndet och vad är viktigt med den plats som besökts?

Så här kan du använda informationen

- Ger en visuell bild av samhällets sociala och ekonomiska samspel.
- Visar de tjänster eller resurser som blir tillgängliga genom rörelser inom samhället.
- Återspeglar vilka resurser eller tjänster som saknas i samhället och vad som kan göras för att införa dessa resurser och tjänster.
- Visar flyktingarnas alternativ och förmågor till självförsörjning och självförverkligande.

Föreslagna steg

- 1) Starta en diskussion om de platser som flyktingarna i din PRA-grupp besöker. Gör upp en lista över platserna.
- 2) Rita en cirkel i mitten av ett stort pappersark (exempelvis i ett blädderblock) som representerar flyktingförläggningen eller det tillfälliga boendet. Rita en andra, större cirkel runt förläggningen eller boendet som föreställer samhällets gränser.
- 3) Be gruppen att skriva namnen på platserna med stora bokstäver på små pappersbitar. Uppmuntra dem att avbilda platserna med symboler, särskilt om några av deltagarna inte är läs- och skrivkunniga.
- 4) Be nu PRA-teamet att placera ut de platser de har skrivit ned på pappersbitarna runt den inre cirkeln (förläggningen eller boendet), antingen innanför eller utanför samhällsgränsen.
- 5) Be dem att koppla platserna till den inre cirkeln med linjer. Linjerna ska stå för något särskilt, till exempel kan tjockare linjer betyda att besöken genomförs oftare. Uppmuntra dem att göra detta för alla andra platser de besökt, en i taget.
- 6) Lägg till transportsättet och den ungefärliga tiden det tar att resa denna sträcka, till exempel promenera/45 minuter eller bus/15 minuter/35 kronor. Gör detta för varje plats.
- 7) Fråga PRA-gruppen om det finns andra platser som är intressanta eller viktiga, men som inte går att ta sig till från förläggningen/boendet. Skriv ned dessa på kartan utan koppla dem (ingen linje).
- 8) Fråga PRA-gruppen om det finns andra platser som går att nå från förläggningen/boendet genom transportmedel, men som ingen av deltagarna eller personer runt omkring dem (familj, personer de tillbringar den mesta av sin tid tillsammans med) åker till. Skriv ned dessa på kartan och koppla dem med en streckad linje.
- 9) Be PRA-gruppen att identifiera platser som är en risk eller fara för dem. Detta kan vara platser där flyktingar har upplevt diskriminering eller blivit utsatta för brott, men det kan också vara områden som de helt enkelt känner sig obekväma med att besöka av olika skäl.
- 10) Uppmuntra dina deltagare att lägga till viktiga aspekter för alla platser, antingen i form av symboler eller text. Brainstorma tillsammans och kom fram till vilka aspekter som kan tas med. Ta med intressanta platser, syftet med och vikten av att besöka platserna, hur ofta platserna besöks, vilka det är som mest besöker dem (män, kvinnor, familjer), om särskilda varor tas med till eller från dessa platser och så vidare.

NOTERING: Beroende på de kunskaper och förmågor som finns i ditt PRA-team kan du rita denna karta med en ungefärlig indikering av de allmänna väderstrecken (norr, söder, öster, väster).

2.2.6.5 Flödesdiagram för psykosocialt välbefinnande

Vad är det?

En skiss över de element, platser eller personer som är viktiga för flyktingarnas välbefinnande. Det inbördes förhållandet mellan dessa element, platser eller personer visas med linjer och pilar.

Så här kan du använda informationen

- Ger en översikt över alla aspekter som är viktiga för flyktingars psykosociala välbefinnande på förläggningen eller i lägret.
- Visar förhållandena mellan olika personer och komponenter i och utanför samhället.
- Visar betydelsen för specifika psykosociala aktörer eller aktiviteter som redan finns i samhället.
- Ger en insikt i bristen på eller förekomsten av psykosociala tjänster i samhället.
- Ger en grund för att planera dina psykosociala tjänster och aktiviteter, som bör vara behovsbaserade och komplettera de befintliga strukturerna.

Föreslagna steg

- 1) Be flyktingarna i din PRA-grupp att tänka på personer, platser, aktiviteter och saker i deras samhälle som får dem att må bra. Detta kan vara aktiviteter som de tycker om eller som lugnar dem. Det kan vara platser där de känner sig trygga, saker som får dem att le eller personer de pratar med när de är ledsna och som får dem att känna sig bättre. Allt som har en positiv effekt på deras psykosociala välbefinnande kan tas med. Be dem att skriva ned eller rita dessa element på små pappersbitar i en särskild färg, exempelvis grön.
- 2) Ta ett stort pappersark (till exempel i ett blädderblock) och rita en man (som symboliserar män), en kvinna (som symboliserar kvinnor) och en familj (som symboliserar barn) utspritt på papperet.
- 3) Be deltagarna att placera ut sina element mellan de tre typerna av personer, så att de kan kopplas till den relevanta personen eller personerna. Rita linjer med pilar som visar om denna typ av person "går till" elementet eller om det är något som "kommer från" den personen. Exempelvis kan en pil gå från kvinnan till "affär", medan en annan pil pekar från "språkkurs" till både mannen och kvinnan. Detta kan bero på att kursen hålls på flyktingförläggningen eller boendet och att både män och kvinnor deltar. Pilar kan också peka åt båda håll, till exempel om en tränare från den lokala fotbollsklubben kommer till boendet en gång i veckan för att träna barnen. Men vissa pojkar kan också vara med i det lokala laget och tränar utanför boendet i fotbollsklubbens lokaler.
- 4) Be gruppen fundera över om vissa aktiviteter eller platser och så vidare skapar specifika element som stödjer deras psykosociala välbefinnande. Till exempel kan barn tycka om att gå till skolan eftersom de har roligt tillsammans med de andra barnen, det finns en lekplats och de får äta ett mål varm mat. (Försök att komma på exakt vad det är som gör att de känner sig bättre av just det elementet. Låt dem förklara för att få en djupare förståelse för deras behov.)
- 5) Be nu flyktingarna att tänka på personer, platser, aktiviteter och saker som brukade få dem att må bättre, men som de känner saknas i sitt nuvarande samhälle. Be dem skriva ned eller rita elementen på små pappersbitar i en annan färg, till exempel röd.
- 6) Upprepa punkt 3) och 4) för dessa element som de saknar i samhället.

2.2.6.6 Rangordning av problem

Vad är det?

En matris som identifierar, jämför och prioriterar de största problemen för flyktingar som bor på förläggningen eller i lägret. Det ger en grund för fokusering av rekommendationer, alternativa möjligheter och möjliga lösningar.

Så här kan du använda informationen

- Identifierar de största problemen i samhället.
- Fokuserar diskussionen och analysen på de problem som flyktingarna tycker är viktigast.
- Ger en grund för alternativa möjligheter eller möjliga lösningar på problemet.

Föreslagna steg

- 1) Lista problem på ett papper, ett problem per pappersark. Problem som liknar varandra kan grupperas tillsammans.
- 2) Varje deltagare får 3–4 markörer (stenar, knappnålar, magneter, beroende på vilket underlag du arbetar på). Antalet markörer ska vanligtvis vara hälften av antalet punkter som ska rangordnas. Deltagaren placerar sina markörer på de 3 till 4 problem de tycker är viktigast. De lägger en röst.
- 3) "Rösterna" för varje problem räknas ihop och poängen skrivs ned.
- 4) Problemen rangordnas därefter från det viktigaste (med högst poäng) till det minst viktiga (med lägst poäng).

NOTERING: Beroende på olikheter i gruppen kan de problem som vissa flyktingar prioriterar skilja sig åt eller till och med vara helt ovidkommande för andra flyktingar. Du kommer därför aldrig att nå alla med en aktivitet, utan du kommer alltid behöva ta fram flera olika tjänster.

2.2.6.8 Diagram över intressenter

Vad är det?

En skiss som visar viktiga intressenter. Intressenter kan vara personer, inrättningar eller organisationer. Relationer, tjänster och samspel mellan samhället eller individerna visas genom linjer och pilar. Linjernas tjocklek, pilarnas riktning och storleken på cirkelarna kan variera för att visa relationernas grad eller intensitet.

Så här kan du använda informationen

- Visar de organisationer, myndigheter, inrättningar och individer som arbetar med samhället.
- Beskriver vilken sorts relationer och omfattningen för relationerna som finns mellan samhället och organisationerna i området.
- Kan användas för att identifiera andra organisationer som ännu inte är verksamma i området, men som det finns ett behov av.

Föreslagna steg

- 1) Behandlare identifierar de olika organisationer, myndigheter, inrättningar eller individer som tillhandahåller tjänster eller tillför något till flyktingsamhället.
- 2) Namnen på organisationer med mera skrivs ned på pappersbitar, en organisation per pappersark.
- 3) Man kan också rita cirklar på pappersbitarna för att visa en inrättnings påverkan som den uppfattas av behandlarna och/eller flyktingsamhället.
- 4) På ett brett område (bord, golv eller omslagspapper) ritas samhället upp i mitten. Pappersbitarna från steg 2 placeras nu runt samhället.
- 5) Organisationernas avstånd från samhällscirkeln kan spegla i vilken utsträckning flyktingsamhället tycker att organisationen arbetar i deras intresse. Ju närmare samhällscirkeln, desto större roll uppfattas denna organisation ha för samhället.
- 6) Linjer (heldragna eller streckade) kan också användas för att visa styrkan i relationen mellan samhället och organisationen. Pilar kan visa riktningen (enkelriktad/dubbelriktad) för de tjänster som tillhandahålls eller de fördelar som fås.

2.2.6.9 SWOT-analys

Vad är det?

En förkortning som står för Strengths, Weaknesses, Opportunities and Threats (styrkor, svagheter, möjligheter och hot). Modellen beskriver och utvärderar interna styrkor och svagheter i samhället eller i föreslagna lösningar. Den analyserar möjligheter och hot utanför samhället som kan påverka genomförandet av den föreslagna lösningen.

Så här kan du använda informationen

- Identifierar styrkorna. Hur kan samhället bygga på sina inre styrkor så att planerna blir framgångsrika?
- Analyserar svagheter. Vad ska samhället göra för att övervinna inre svagheter så att planerna inte hindras? Hur kan behandlare, organisationer och så vidare svara på detta?
- Fastställer möjligheter. Vilka gynnsamma yttre faktorer kan samhället dra fördel av för att underlätta för planerna att bli framgångsrika?
- Undersöka hot. Vilka risker och hinder ska samhället tänka på? Hur kan externa organisationer hjälpa till att minska de negativa effekterna?
- Ger en grund för att fatta beslut och identifiera om den möjliga lösningen kan: (a) genomföras som planerat; (b) genomföras med justeringar; eller (c) inte genomföras alls.

Föreslagna steg

- 1) Klargör innebörden av termerna "styrkor", "svagheter", "möjligheter" och "hot" tillsammans med flyktingsamhället.
- 2) Skriv upp kategorierna "styrkor", "svagheter", "möjligheter" och "hot" som separata rubriker på ett stort pappersark.
- 3) Tillsammans med representanter för samhället skriver ni ned era tankar och åsikter för varje kategori på kort eller pappersark. En tanke per kort. Bestäm sedan tillsammans under vilken kategori korten ska placeras.

2.3 Att stärka samhällen (exempelvis skolor, lokalsamhällen, organisationer)

Vinjett: Att stärka samhällen

Samhällen är platser där människor bor och möter varandra i olika delar av sina vardagsliv. Denna vinjett handlar om en organisation i Berlin som har som mål att stärka individer och samhällen.

Breakout är en icke-formell utbildningsorganisation för barn från familjer i utsatta situationer. En av Breakouts roller är att erbjuda utbildningsstöd, exempelvis hjälp med läsläsning. En annan viktig roll är att erbjuda gemensamma aktiviteter under lov och på fritiden. Breakout ligger mitt i ett område med turister och människor med akademisk utbildning, där socialarbetare har identifierat att vissa av barnen har svårt att komma in i yrkesutbildning eller arbete efter skolan. Med detta i åtanke bestämde sig Breakout för att öppna ett kafé. Breakout Café ligger mitt bland många andra turistkaféer i området, men skillnaden är att människor som befinner sig i utsatta situationer, som flyktingar, kan få arbete här. De får chansen att genomföra en yrkesutbildning i restaurangbranschen. Målet med Breakout Café är dessutom att komma i kontakt med grannskapet och dess invånare. Kaféets grundare vill skapa en öppnare, mer inkluderande och mer välkomnande miljö för alla. Gemensamma evenemang med andra aktörer i området, som julmarknad, musikevenemang utomhus på sommaren och konstgallerier är bara några exempel som tar Breakouts vision framåt.

2.3.6 Situationsanpassning

När det gäller att stärka samhällen betyder situationsanpassning att fundera över vilka som bor i området och vilka andra organisationer och inrättningar som finns i grannskapet. Det innebär också att du funderar över vilken information du har om det flyktingsamhälle du intresserar dig för. Känner du till vilken politisk uppfattning invånarna i samhället har? Hur det större sammanhanget ser ut på meso- eller makronivå? Vem som kan förse dig med information eller stöd?

Situationsanpassning inbegriper samhällelig och politisk utveckling. Projektidéer som stärker samhällen är omöjliga att genomföra utan att ha kunskap om det berörda samhället. PRA-aktiviteterna som nämndes ovan, observationer, intervjuer och photovoice är till exempel användbara metoder för att få en djupare förståelse för vad som händer i samhället. Organisationen Breakout öppnade sitt kafé baserat på bland annat dessa metoder. Breakout Kafés socialarbetare fick reda på att det fanns en stor separation i organisationens grannskap. Separationen hade vuxit fram mellan unga vuxna från utsatta familjer och nyinflyttade invånare med en mer akademisk bakgrund. Kaféet verkade bli ett sätt för dessa grupper att mötas och bygga relationer, något som tog itu med båda gruppernas behov och resurser inom samhället.

Situationsanpassning inbegriper nätverkande på mesonivå, något som till och med kan tillämpas på yrkessamhällen, som följande citat visar:

”Det finns denna möjlighet för intressegruppen för arbetsterapeuter i OT Europe. Och de sista åren har vi helt enkelt försökt komma på vem som gör vad och försökt bygga upp ett nätverk (...) Jag tror att frustrationen beror på att samhället med arbetsterapeuter är så litet och att arbetsterapeuters intresse av detta område är ännu mindre. Jag tror att vi behöver stödja varandra genom att samarbeta, inte [bara] arbeta bredvid varandra.” (Föreläsare och forskare i arbetsterapi, Nederländerna)

Situationsanpassning visar sig också som ett behov av att förstå skillnaderna och likheterna i flyktingarnas situation i Europa och i den enskilda situationen för varje flykting utifrån perspektiv på makronivå:

”Det finns en stor fara i att identifiera gemensamma europeiska teman, eftersom varje land har helt olika system. Därför ser flyktingars liv mycket olika ut i olika länder i Europa och, vilket min forskning här i Nederländerna visar, det beror till och med på kommunnivån, (...), hur ditt vardagsliv ser ut, hur välkommen du känner dig, hur dina möjligheter till arbete eller studier ser ut, vilket socialt stöd som du får ... så jag tror att det viktigaste jag har lärt mig är hur sammanhangsberoende situationen för migranter är.” (Föreläsare och forskare i arbetsterapi, Nederländerna)

Med hänsyn till sammanhanget för ditt samhälle är det också intressant att få ett bredare perspektiv på politiska inställningar. Är samhället mer mottagligt för nyanlända eller finns det ett motstånd mot allt nytt eller mot andra?

För att situationsanpassa dina idéer som behandlare rekommenderar vi att du gör en karta där du kan synliggöra viktiga aktörer, riktningar, resurser och behov i samhället. Denna karta kommer att stärka planerna för att vara och för att bli ett stödjande samhälle.

Ett förslag är att använda det ”diagram över intressenter” som är kopplat till den ”sociala kartan” för att identifiera resurser och svagheter i samhället.

2.3.7 Tvärprofessionella team

Psykosocialt stöd genom att exempelvis stärka samhällen kräver en tvärprofessionell arbetsmiljö för att identifiera olika resurser och behov i samhället. Det värdefulla i ett tvärprofessionellt samarbete är att kunna dela förmågor och kunskap och att fundera över yrkesmässig expertis och begränsningar.

Det är viktigt att det tvärprofessionella teamet inbegriper yrkesverksamma som är relevanta för de identifierade behoven i samhället. Då skulle teamet inbegripa både hälso- och sjukvårdssektorn och den sociala sektorn, samt andra experter som är viktiga för att bygga upp samhället, exempelvis arkitekter, tandläkare och stadsplanerare. För att uppnå hållbara mål ska målgruppen också ha en aktiv roll i teamet.

Med hänsyn till att psykosocialt stöd är ett komplicerat område, föreslår vi att du inbegriper socialarbetare, psykologer, arbetsterapeuter, pedagoger och fysioterapeuter i ditt team.

”Jag anser att alla som är inbegripna i hälso- och sjukvård eller socialvård måste vara medvetna om psykosociala faktorer och evidensbaserade interventioner för att förmedla de problem människor har.” (Arbetsterapeut, forskare och föreläsare, USA)

Tvårprofessionellt samarbete är ett inlärningsområde som innehåller både utmaningar och möjligheter. Det innebär också att du kliver ut ur ditt eget yrkesmässiga bekvämlighetsområde, vilket följande citat visar:

"Och jag tror att vi är rädda för att ... vi är så fokuserade på människor som tänker som oss, förstår du? Jag skulle gärna vilja ta, till exempel, det här motiverande samtalet. En diskussion med vårt team, med personer som verkligen är helt för det och beskriver varför det här är det bästa av allt. Och personer som är mycket kritiska till det och beskriver varför vi ska vara kritiska mot det och att det är okej. I slutändan behöver vi inte välja vem som har rätt. Vi behöver inte välja, [och säga] att vi måste använda det här verktyget." (Föreläsare och forskare i arbetsterapi, Nederländerna)

Att föra ett samtal över yrkesområden kan vara ett annat sätt att förändra psykosociala metoder och att växa som team:

"Det som kan fungera för en arbetsterapeut kan vara mer utmanande för en socialarbetare. Så att arbeta tillsammans är det bästa sättet att få ett verkligt bra gensvar. Jag tror det är perfekt, om du kommer in i en [...] samhällsbaserad miljö, att ha [ett] fallhanteringsmöte med alla. Från socialarbetaren, till doktorn, till psykiatern. Jag tror verkligen det vore perfekt, för då kan alla lära av varandra." (Arbetsterapeut och forskare, USA)

Att ha ett tvårprofessionellt samarbete i verksamheten är mycket viktigt för ett effektivt psykosocialt stöd för barn, familjer och samhällen. Viktiga delar i en framgångsrik tvårprofessionell verksamhet inbegriper en hög grad av kompetens inom sitt eget yrkesområde, tydliga roller, tvårprofessionell och tvärkulturell kommunikation, aktivt lyssnande och perspektivtagande. Att genomföra en analys av styrkor, svagheter, möjligheter och hot (SWOT) kan hjälpa teamet att identifiera möjliga riktningar och områden för utveckling. Möjligheter till tvårprofessionellt baserade lärandeaktiviteter är nödvändiga för att bygga upp framgångsrika team med yrkesverksamma som har olika kunskaper, förmågor och begåvningar, och som kan samarbeta för att uppnå de bästa resultaten för de samhällen de arbetar med. Strategiska planer ska innehålla definitioner av specifika åtgärder, roller, varaktighet och resultat för alla aktörer som är delaktiga i de specifika initiativen. Lika viktigt är det att ta hänsyn till det lokala sammanhanget i dessa planer.

"... förmågan att förstå varje persons roll inom området, eftersom teamen är ganska komplexa och det är många yrkesverksamma som arbetar på samma plats. Därför är det också viktigt att helt förstå vilken roll alla har och att kunna kommunicera med andra forskare och yrkesverksamma." (NGO-arbetare, Grekland)

"... vi har en mycket generell tanke om att tillgodose flyktingars behov, men denna tanke tolkas väldigt, väldigt olika mellan olika aktörer och olika intressenter. Därför måste vi specificera och bygga upp en gemensam uppfattning om vad vi menar med detta och titta på hur vi kan ta itu med detta på bästa sätt."... "Så yrkespersonerna är alla där, det som faktiskt saknas är den strategiska planeringen av dessa yrkespersoner till något mycket konkret, som kan variera från plats till plats, och från tillfälle till tillfälle eftersom behoven och människorna hela tiden förändras." (Pedagog, Grekland)

Dessa exempel belyser hur samarbete är en dynamisk aspekt av detta område som är under ständig utveckling.

2.3.8 Samhällsbaserade metoder

De psykosociala behov som flyktingar har är komplicerade och måste ses utifrån det lokala sammanhanget. Som en konsekvens av detta är det viktigt att hitta metoder som kan skapa långsiktiga möjligheter till arbete i lokala samhällen genom att samarbeta med de intressenter som redan finns på lokal nivå.

En samhällsbaserad metod framhäver de sociala aspekterna av att bo på en viss plats, i synnerhet de gemensamma värderingarna, målsättningarna och handlingarna hos en befolkningsgrupp. Samhällen kan bestå av människor som samlas av en viss anledning, till exempel en skola eller ett aktivitetscenter. Även om ett samhälle förmedlar tankar om social sammanhållning, samarbete och solidaritet, så är detta inte alltid fallet. Det är också möjligt att människor identifierar sig med flera olika samhällen, och denna överlappning kan ibland skapa spänningar eller konflikter. Det som är viktigast att ta itu med som ett samhälle, är att se till att människor förstår att de har något gemensamt.

Om din tjänst använder en samhällsbaserad metod för att förbättra det psykosociala stödet för flyktingar är det första steget att identifiera det samhälle du ska arbeta med. Detta behöver utföras om det inte finns några samhällspartner som du har arbetat med tidigare, och det kommer att kräva tid, möten och förhandlingar med olika intressenter. När du har identifierat samhället är det viktigt att du tillsammans med samhället identifierar behov och resurser för att ta fram en specifik åtgärdsplan. Ett exempel på behov är att mödrar kan behöva hjälp med barnens skolaktiviteter. Beroende på samhället behöver du noggrant identifiera tillgängliga resurser och möjligheter för att ta fram alternativ för dessa mödrar. Det är viktigt att samhällsbaserade metoder bygger på samarbete och att engagera samhällets invånare i en gemensam process. Det är också viktigt att förstå att denna metod främjar och sätter igång olika sakkunskaper; dina som yrkesperson och invånarna i samhället som experter på sitt eget vardagsliv och sina erfarenheter av att bo i samhället. Allt eftersom du främjar processer som stärker samhällets invånare i att hitta alternativa sätt att leva och möta specifika behov, är det alltid viktigt att fundera över hur projekten kan behållas över tid. Det är viktigt att du utvärderar och noggrant övervakar det projekt du har startat och omvärderar samhällets behov.

Att arbeta med flyktingsamhällen kräver samarbete med andra samhällen och partner. Det slutliga målet är att ta fram en strategi inom det generella samhället som strävar efter social inkludering och lika möjligheter (32, 33), som figuren nedan visar.

2.3.9 Trygga platser

Du kommer att möta flyktingar i samhället eller i samband med de tjänster du tillhandahåller för ett specifikt samhälle, som har tagit sig igenom en lång migrationsbana. Migrationsbanor medför ofta många risker som försätter människor i extrema situationer. Några exempel på

detta är risken för att dö, sättas i fängelse, torteras, förföljas eller utnyttjas i människohandel. Efter att ha kommit till den plats de hade för avsikt att nå eller mottagarlandet finns det flera risker som kan skada tilliten för personer och inrättningar. Ett tydligt exempel på detta i många europeiska länder är den långa väntetiden för att beviljas asyl. Denna skapar ett limbo av osäkerhet, där det är svårt att börja återuppbygga ett livsprojekt.

De upplevelser som flyktingar har haft under migrationsbanan kan förståeligt nog påverka förtroendet för andra människor. Det är därför mycket viktigt att din närvaro och det team du arbetar med är hållbart, för att göra det möjligt att steg för steg återuppbygga platser och situationer där människor kan berätta om sina bekymmer, behov och sin kompetens (35). För att skapa trygga platser är det flera saker du behöver tänka på. För det första en hållbar planering av de tjänster du tillhandahåller i det specifika samhället, eller för en specifik grupp eller individ. Det är lättare att börja lita på någon igen om du vet att de fortsätter att komma tillbaka som planerat. För det andra är det viktigt att ta fram och diskutera några "grundläggande regler" för mötena. Problem som att komma i tid, tala i turordning, meningsskiljaktigheter och så vidare är viktiga att förutse innan de uppstår. För det tredje är det viktigt att visa empati och ödmjukhet när någon delar sina personliga upplevelser för att bygga förtroende. Empati är en komplicerad och känslig förmåga som utvecklas genom träning, men mest genom erfarenhet. Det innebär hur du som mötesledare svarar på en given situation med din kropp, känslomässigt och kognitivt. Men det finns betydande praktiska gränser. Det är därför det är viktigt att uppträda ödmjukt och tillhandahålla debriefingmöten för hälso- och sjukvårds- och socialvårdspersonal.

Trygga platser ger deltagarna möjlighet att knyta an till sina egna personliga resurser och till andra. Det är viktigt att vara lyhörd för vad som fungerar för vem, exempelvis i gemensamma aktiviteter. Kreativa platser eller aktiviteter som skapar delaktighet kan få sidor av människor som inte märks i andra sammanhang att komma upp till ytan. Aktiviteter som ligger inom deltagarnas intressen är ofta bra redskap för att skapa förtroende och motivation för att fortsätta att delta. Det är viktigt att skapa en känsla av äganderätt inom gruppen, där du har öppnat kanaler med dina deltagare för att skapa tillsammans och göra platsen viktig. Kön, språk, etnicitet, utbildningsnivå och intressen kan vara viktiga aspekter att fundera över i förväg tillsammans med teamet. Trots alla dina ansträngningar är det fortfarande möjligt att deltagarna du arbetar med kommer att ha svårt att avslöja olika sidor av sina upplevelser på grund av att de tvivlar på inrättningens eller personalens trovärdighet (51). Även om dina deltagare har ett stort förtroende för och en stor tillit till de trygga platser och relationer du har skapat kan de fortfarande vara rädda för att blottställas inför sitt samhälle, med risk för skam, skuld eller stigmatisering.

Trygga platser kan formas på olika sätt och beror på vilken sorts tjänster du tillhandahåller som behandlare. Dessa sätt kan vara ett mentorprogram, en yrkesförberedande grupp, expressiv terapi och så vidare. Det är viktigt att trygga platser uppfyller både behoven och kompetenserna hos den grupp du arbetar med. Arbete som fokuserar på både behov och kompetenser öppnar för innovativa verksamheter. I detta avseende kan det också vara en mer genomsläpplig plats som innebär andra intressenter som behövs, eller en del av det befintliga samhället.

Att stärka behandlarens roll

Vinjett: Vi är som skyddsvästar

Du har precis börjat arbeta i en icke-statlig organisation på en flyktingmottagning med cirka 1 000 personer. Du ingår i ett större tvärvetenskapligt team som hjälper de boende med asylansökningar och ger psykosocialt stöd. Stödmottagarna ber dig ofta hjälpa dem med frågor och problem som inte hör till din yrkesroll eller dina specifika arbetsuppgifter i den icke-statliga organisationen. När du inte vill tillhandahålla dessa tjänster blir människor arga och besvikna och säger att de inte kommer att be dig om hjälp igen. Dessutom lägger stödmottagarna skulden på dig när asyprocessen slutar i ett avslag. Du känner dig känslomässigt utmattad.

2.3.10 Utbildningsprogram

Namnet på Erasmus+-projektet, InterAct, kommer från tanken att olika yrkesområden i olika europeiska länder, som arbetar med utbildning, forskning och praktik, ska samarbeta när det gäller flyktingars psykosociala behov. Två lärande- och utbildningstillfällen i två olika europeiska länder sammanförde studenter från olika länder och program. Lärare, behandlare och representanter för målgruppen bjöds in för att diskutera resurser och behov för det psykosociala välbefinnandet.

"Det har varit ett misstag att låta europeiska eller västerländska lärare och akademiker vara experterna. Det är flyktingarna själva som är experterna. Därför anser jag att det borde vara [flyktingar] som bjuds in till processen med att utbilda och [tala om] hur vi ska arbeta med flyktingar." (Arbetsterapeut och föreläsare, USA)

Som behandlaren ovan betonade kan utbildningsprogram fortfarande förbättras genom att inkludera flerstämmig expertis. Tvärvetenskapliga lärandemiljöer kan införas i olika studieprogram för att göra framsteg på området för psykosocialt stöd för flyktingar. *Educational Toolbox* (se del C i handboken) erbjuder många olika material för tvärvetenskapliga lärandeaktiviteter, inklusive fall och presentationer.

"Om du ser att två olika yrkesområden kan användas för att undervisa i ett ämne, visar det egentligen en tvärvetenskaplig modell. Bara att ha en fallstudie där en arbetsterapeut och en psykolog arbetar tillsammans med ett fall skulle vara verkligt intressant. Jag tycker att man verkligen kan lära sig något av att få olika människor i rummet att prata om hur man ska svara på olika behov, och det är ett snabbt sätt att lära människor att röra sig utanför sitt eget område." (Arbetsterapeut och föreläsare, USA)

Denna behandlare betonar att utveckling av kompletterande tvärvetenskapliga uppgifter rekommenderas starkt, precis som integreringen av psykosocialt stöd för utsatta grupper i läroplanerna för relevanta program (det vill säga arbetsterapi, socialt arbete, utbildning, fysioterapi och psykologi). Vissa program kan till och med göra framsteg inom detta område genom att samarbeta med hälso- och sjukvårdsorganisationer och sociala organisationer i samhällena. Avdelningen för arbetsterapi vid Health University of Applied Science Tyrol i

Österrike är ett utmärkt exempel på ett sådant samarbete, som har lett till planering av gemensamma samhällsbaserade praktiktjänstgöringar och projekt. German Association of Occupational Therapists (DVE) har skapat en arbetsgrupp som stödjer samhällsbaserade interventioner bland sina medlemmar för att påverka hur dessa traditionellt sett individualiserade tjänster utförs.

Dessutom ger tvärvetenskapligt samarbete inom samhället, som tar itu med de verkliga utmaningarna för målbefolkningen, möjlighet att få en realistisk syn på själva samhället. En handledd start på utbildning är ett praktiskt alternativ som föreslås av denna föreläsare:

*”Som lärare har vi också inom vår undervisning utfört många projekt med samhällsorganisationer [som arbetar] med flyktingar, i och omkring Amsterdam.”
(Föreläsare i arbetsterapi, Nederländerna)*

Eftersom tvångsförflyttning är ett av de mest utmanande samhällsproblemen just nu är det angeläget att yrkesverksamma inom hälso- och sjukvård och socialvård är beredda att möta detta på innovativa och effektiva sätt.

2.3.11 Situationsanpassa ditt eget arbete

”Vi är människorna med västar” visar hur utmanande det är att arbeta i en miljö, som på en flyktingförläggning, där de enskildas behov inte passar in på dina egna yrkesförmågor eller tidigare erfarenheter. För att situationsanpassa ditt arbete kan det vara till hjälp att fundera över dina egna och ditt teams möjligheter och svagheter i samband med att ge psykosocialt stöd.

Under punkt 2.3.6 *Situationsanpassning* sammanfattade vi några frågor och tankar om situationsanpassning när det gäller att stärka samhällen i de riktningar som skulle stödja invånarnas psykosociala behov. Det kan hända att du har ytterligare situationsspecifika hinder när det gäller din egen arbetssituation. Yrkesrelaterade eller strukturella hinder som tidsbegränsning, brist på personal i teamet och så vidare påverkar ditt arbete. Det är viktigt att du har ett realistiskt perspektiv i ditt arbete. Landspecifik lagstiftning om arbetsförhållanden kan i förbindelse med förordningar och lagar som gäller flyktingar och asylsökande påverka dina arbetsmöjligheter.

”Externa strukturella faktorer kan påverka våra projekt på det sättet. Att vår målgrupp har mindre tillgång till skolor, språk och integrationskurser – och dessutom strukturella hinder – [det] förändrar tidsperspektiven för vårt arbete. Vi arbetar också online med video- och onlineverktyg redan från början, eftersom vi vill att vårt arbete ska få bättre spridning. Det finns generella förhållanden [det vill säga] inget internet i vissa flyktingboenden eller att de bor i områden med strukturella brister. Detta påverkar vårt arbete negativt.” (Psykolog, Tyskland)

”Vi måste titta på vad lokalpolitiken faktiskt innebär för flyktingar i varje stad, eftersom erfarenheterna för en flykting i en stad kan vara helt annorlunda än erfarenheterna för en flykting i en annan stad.” (Föreläsare i arbetsterapi, Nederländerna)

Förslaget är att samarbeta med andra yrkesverksamma inom området, istället för att enbart arbeta bredvid varandra. Tvärvetenskapliga nätverk, eller nätverk inom samma yrke som arbetar med psykosocialt stöd kan vara en trygg plats där du kan fundera över ditt eget arbete.

Yrkesnätverk som är baserade på gemensamma normer och värderingar ger möjlighet att dela erfarenheter och information, att bygga upp samarbeten och att få återkoppling om ditt eget arbete (50). Yrkesnätverk finns också tillgängliga på internet. Onlinemiljöer kan bygga broar mellan yrkesverksamma även i ett internationellt sammanhang. (52)

”Det är verkligen en plattform, tycker jag, för att dela information, oavsett om det är saker som kurser [eller] yrkesmässig utveckling. Men även för personer som ber om hjälp om de inte vet. Det är nämligen så det ser ut inom arbetsterapi. Det finns inte mycket stöd inom det här området. Och det är ett isolerat område. Och om du arbetar eller utför volontärarbete inom det här området är det ofta en [sådan] utsatt position. Så för att behålla det arbetsterapeutiska synsättet tror jag att du behöver en trygg plats dit du kan komma och ställa frågor.” (Forskare i arbetsterapi, Tyskland och Australien)

Situationsanpassningen av ditt eget arbete inbegriper att fundera över din egen yrkesroll som den formas av sammanhanget, som exemplet ovan visar. Sådana funderingar hjälper dig att bli medveten om möjligheter att stödja målgruppens psykosociala välbefinnande och att identifiera din egen ställning inom ett tvärvetenskapligt team. Lika viktigt är det att fundera över begränsningarna. I din yrkesroll har du till exempel mycket kunskap och kanske bedömningar som du planerar att använda när du arbetar med flyktingar. Du kan vara mycket motiverad att använda allt du har lärt dig. Sedan möter du målgruppens behov, och de bedömningar du har valt kanske inte passar för dessa behov. Det här är en utmanande process, särskilt för studenter inom hälso- och sjukvårdsvetenskaperna och sociala yrken. Först och främst måste du inse att du behöver identifiera din exakta roll i att främja det psykosociala välbefinnandet för individer eller samhällen. En föreläsare på ett studieprogram för arbetsterapi rekommenderar följande till sina studenter innan de genomför samhällsbaserade projekt:

”Gå in och bara träffa folk, människor emellan. Prata, diskutera, lär känna varandra, glöm din plan.” (Föreläsare i arbetsterapi, Nederländerna)

I din yrkesroll befinner du dig i ett beroendeförhållande till ditt land, gentemot din yrkesbakgrund och inom ett tvärvetenskapligt team. Du måste situationsanpassa ditt arbete för att planera hållbara interventioner. Att situationsanpassa ditt eget arbete hjälper dig att ta fram psykosociala tjänster. Dessutom kommer det att hjälpa dig att se befintliga resurser, men också utmaningar som kan påverka dina stödtjänster. Den här kunskapen är också viktig som en egenvårdsstrategi.

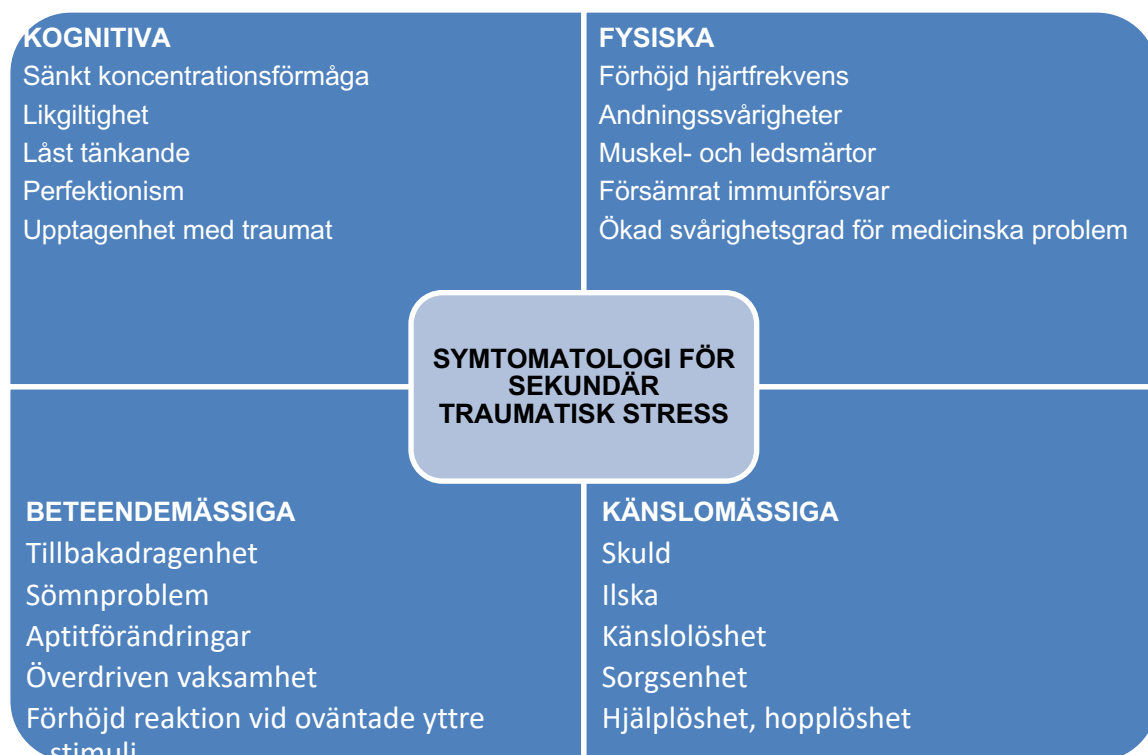
2.3.12 Egenvårdsstrategier och att förebygga utbrändhet

*”Suffering
more than admiration
makes us think”*

Leonardo Boff (brasiliansk befrielsesteolog, filosof och författare)

Lidande är en del av människans verklighet. Som yrkesverksam inom det psykosociala området kommer du ofta att komma i kontakt med berättelser om lidande i ditt arbete med flyktingar. Därför är det viktigt att du är förberedd på den verklighet som kommer att påverka dig, inte bara yrkesmässigt utan också som människa. Katastrofer orsakade av människan, som krig eller tortyr, kan ha en stor inverkan på vårt förtroende för människosläktet i ett vidare perspektiv. Dessa berättelser får oss att tänka på meningen med vår existens och verkligheten för människor idag. Därför är det mycket viktigt att vara medveten om och förebygga sådana realiteter som sekundär traumatisk stress (STS), ibland kallat empatitrötthet.

Sekundär traumatisk stress (STS), eller empatitrötthet, är det emotionella gensvar som uppstår när en person tar del av berättelser om andra personers traumatiska erfarenheter. Det syftar på den traumatiska stress som kan komma av att indirekt utsättas för ett angrepp, en katastrof eller ett pågående övergrepp. Som en konsekvens av att höra berättelser om eller se bilder på trauman kan även en person som inte själv upplevt dessa händelser uppvisa symtom på posttraumatisk stress (PTSD) eller andra tecken på ångest (53), som figuren nedan visar:

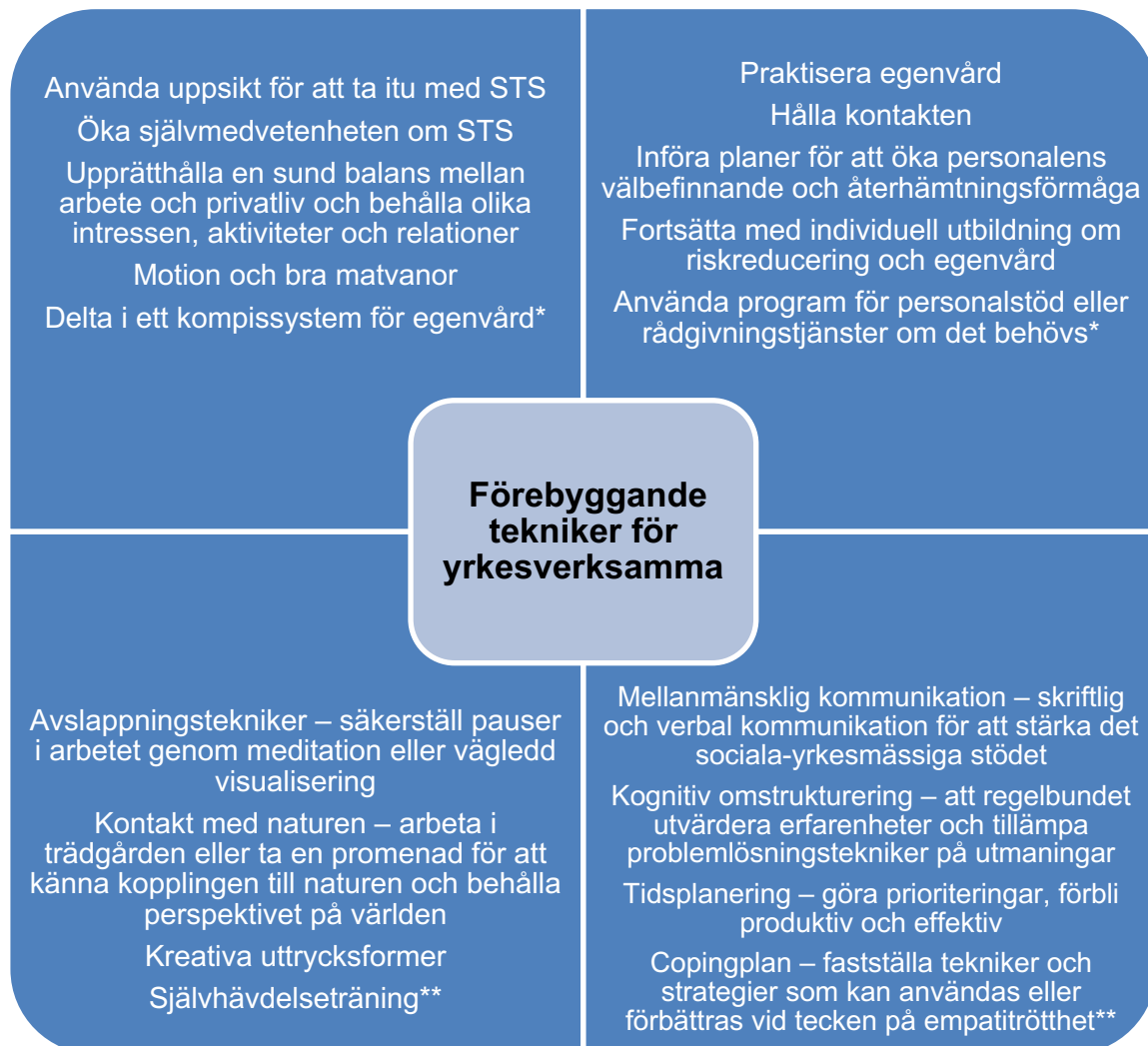


Figur: *Symptomatologi för sekundär traumatisk stress*; skapad av och härrör från resurser inom The National Child Traumatic Stress Network* (54) och U.S. Department of Health & Human Services** (55).

Konfronterade med denna allvarliga verklighet måste vi ta fram en noggrann individuell omvårdnadsplan. Det är viktigt att införliva omvårdnadsstrategier för personalen för att förebygga oro, allvarligare hälsotillstånd och hög personalomsättning inom psykosociala team.

I figuren nedan visas några av de strategier som kan användas i en sådan plan, och som kan tillämpas av ditt team när de ger psykosocialt stöd åt flyktingar. Det är viktigt att dessa

strategier planeras på ett hållbart och långsiktigt sätt. Det är också viktigt att upprätthålla en långsiktig plan för medvetenhet inom detta område och en åtgärdsplan om hälsan för personalen skulle bli påverkad.



Figur: *Förebyggande tekniker för yrkesverksamma*; skapad av och härrör från resurser inom National Child Traumatic Stress Network* (54) och U.S. Department of Health & Human Services** (55).

Del C

Educational Toolbox

InterAct strävar efter att ge en hållbar metod som ser till helheten för att underlätta interventioner för den psykosociala hälsan hos utsatta grupper, exempelvis flyktingar. Detta utbildningsverktyg bygger på det tvååriga samarbete som har utförts som en del av InterAct-projektet och använder sig av många olika fallstudier och exempel på bästa praxis. Exempelen används för att utarbeta förståelse, kompetenser och tvärvetenskapliga lösningar för att hantera de situationer du möter när du genomför psykosociala interventioner för flyktingar.

Det övergripande syftet med detta tvärvetenskapliga verktyg är att deltagarna får de teoretiska kunskaper, förmågor och inställningar som är nödvändiga för att arbeta med psykosocialt stöd för flyktingar. Studenter och yrkesverksamma från många olika yrkesområden, personer som arbetar med flyktingar och personer som är motiverade att skapa inkluderande samhällen är alla välkomna att delta.

Det här utbildningsverktyget är utformat som ett tvärvetenskapligt program som bäst kommer till användning i ett tvärkulturellt sammanhang, exempelvis som sommarskola eller intensivkurs. Utbildningsinnehållet har ordnats på ett sådant sätt att det även kan användas enskilt. Oavsett bakgrund eller yrkesområde kan eleven bestämma hur och vilka aspekter av modulmaterialet som ska användas. Modulerna kan exempelvis integreras i läroplanen för olika högskoleutbildningar eller användas som utbildningsprogram för yrkesverksamma eller volontärer som arbetar med flyktingar.

Utbildningsverktyget är indelat i följande fem kompletterande teman:



Varje tema består av fyra moduler om specifika aspekter som är viktiga för människor som arbetar med psykosociala interventioner för flyktingar. Med början i ett teoretiskt perspektiv går innehållet mot att bli allt mer praktiskt för varje tema. Därför rekommenderas ett linjärt upplägg genom alla moduler från tema ett till fem för elever utan tidigare kunskap om tvärvetenskapligt samarbete i samband med psykosociala interventioner för flyktingar. Men i varje modul finns rekommendationer på ytterligare moduler att fortsätta med, vilket gör att eleven kan röra sig

fritt och sätta ihop sin egen kursinriktning utifrån sina särskilda intressen eller behov, och utifrån sina förkunskaper.

INLOGGNINGSINFORMATION FÖR EDUCATIONAL TOOLBOX

Webbplats: <https://server3.hci.fi/interactepss/index.php>

Användarnamn: Practitioner2020

Lösenord: InterAct

Nätverk och relevanta länkar:

Europa

- Nordplus: Nordic and Baltic educational cooperation
- PREP: Physiotherapy and Refugees Education Project
- TC Nurse Transcultural Nursing <http://tcnurse.eu/>
- Occupational Therapy Interest Group for Displaced People
- IPSO International Psychosocial Organisation <https://ipsocontext.org/>

Tyskland

- Internationaler Bund www.internationaler-bund.de
- Breakout <https://www.breakout-berlin.de/>
- Not Alone [network] <http://www.notalone.berlin/>
- Arbeitsgruppe Gemeinwesenorientierung ag-gemeinwesen@dve.info
- SFZ Förderzentrum Chemnitz <https://www.sfz-chemnitz.de/>

Grekland

- Curing the Limbo www.curingthelimbo.gr
- Praxis [Programmes of Development, Social Support and Medical Cooperation] <https://praxis.gr/>
- Velos Youth Centre www.velosyouth.org
- The Home project www.homeproject.org
- ADDMA Accommodation and Services Scheme for Asylum Seekers. Field Challenges and Reflections

Spanien

- Secretaria d'Igualtat, Migracions i Ciutadania - Generalitat de Catalunya
- Center for Sanitary and Social Studies (CESS) at UVic-UCC.
- Transcultural Psychiatric Unit - Hospital Vall d'Hebron
 - Online course [cultural competences in mental health] <https://www.vallhebron.com/es/agenda/curso-line-competencia-cultural-en-salud-mental-y-adicciones>
- UNINTEGRA - A project for immigrant nationals from third countries <https://unintegra.usc.es/>
- Fundació Germà Tomàs Canet - International Protection Programme <http://fundaciogermatomascanet.com/proteccio-internacional/>
- UNHCR ACNUR La Agencia de la ONU para los Refugiados <https://www.acnur.org/>
- CEAR: Comisión Española de Ayuda al Refugiado <https://www.cear.es/>

Sverige

- Nordplus: Nordic and Baltic educational cooperation <https://www.nordplusonline.org/>
- DRW Disabled Refugees Welcome <https://disabledrefugeeswelcome.se>
- Mångkulturellt centrum <https://mkcentrum.se>
- Transkulturellt centrum <https://www.transkulturelltcentrum.se>
- Moving people research track <https://ki.se/en/nvs/research-track-moving-people>

Kontaktinformation

Sarah Scheer InterAct Project Coordinator
IB University of Applied Health and Social Sciences
Breitenbachstr. 23
13509 Berlin
Tyskland
sarah.scheer@ib-hochschule.de
<https://www.ib-hochschule.de/>

www.interact-erasmus.eu

Referenser

1. Benedetti M, Popkin, LB, Randall M. Witness: the selected poems of Mario Benedetti. Buffalo, NY: White Pine Press; 2012.
2. Gustavsson A. Tolkning Och Tolkningsteori 1. Introduktion [Interpretation and Interpretation Theory 1. Introduction]. Stockholm: Stockholms Universitet; 2000.
3. The UN Refugee Agency. 1 per cent of humanity displaced: UNHCR Global trends report [Internet]. UNHCR; 2020. [cited 2020 Oct 20]. Available from: <https://www.unhcr.org/news/press/2020/6/5ee9db2e4/1-cent-humanity-displaced-unhcr-global-trends-report.html>
4. United Nations. Universal Declaration of human rights. United Nations; 2015. [cited 2020 Oct 20]. Available from: https://www.un.org/en/udhrbook/pdf/udhr_booklet_en_web.pdf
5. UNHCR, IOM, MHPSS.net. Mental Health and Psychosocial Support for Refugees, Asylum Seekers and Migrants on the Move in Europe: A multi-agency guidance note, December 2015. 2015. [cited 2020 Sep 21]. Available from: https://www.euro.who.int/__data/assets/pdf_file/0009/297576/MHPSS-refugees-asylum-seekers-migrants-Europe-Multi-Agency-guidance-note.pdf
6. Kleist, JO: Über Flucht forschen. Herausforderungen der Flüchtlingsforschung, Peripherie, 2015;2:150-169.
7. Galvaan R, Peters L. Occupation based community development framework. 2019. [cited 2020 Oct 21]. Available from: <https://vula.uct.ac.za/access/content/group/9c29ba04-b1ee-49b9-8c85-9a468b556ce2/OBCDF/pages/frame.html>.
8. Townsend E, Wilcock A. Occupational justice and client-centred practice: A dialogue in progress. Can J of Occup Ther. 2004;71(2):75 – 87.
9. Kronenberg F, Algado S, Pollard N. Occupational therapy without borders: Learning from the spirit of survivors. 1 ed. London: Elsevier; 2005.
10. Simó-Algado S, Mehta N, Kronenberg F, Cockburn L, Kirsh B. Occupational therapy intervention with children survivors of war. Can J Occup Ther. 2002 Oct;69(4):205-17.
11. Bronfenbrenner U. Ecological systems theory. In: Vasta R, editor. Annals of Child Development Vol. 6. London: Jessica Kingsley Publishers; 1989. p. 187–249.
12. World Health Organisation. Refugee and migrant health: Definitions [Internet]. World Health Organisation; 2020. [cited 2020 Oct 21]. Available from: <https://www.who.int/migrants/about/definitions/en/>
13. Shacknove AE. "Who is a refugee?" Ethics. 1985;95(2):274–284.
14. Miller D. Strangers in our midst. Cambridge: Harvard University Press; 2016.

15. Gibney MJ. The ethics of refugees. *Philosophy Compass*. 2018;13:e12521.
16. Milner J. Protracted refugee situations. In: Fiddian-Qasmiyeh E, Loescher G, Long K, Sigona N, editors. *The Oxford Handbook of Refugee and Forced Migration Studies*. Oxford: Oxford University Press; 2014. p. 151–162
17. Parekh S. *Refugees and the Ethics of Forced Displacement*. NY: Routledge; 2017.
18. Gilson E. *The ethics of vulnerability. A feminist analysis of social life and practice*. New York: Routledge; 2014.
19. Brown K. 'Vulnerability': Handle with Care. *Ethics Soc Welf*. 2011;5(3):313–321
20. Boswell C. Addressing the causes of migratory and refugee movements: the role of the European Union [Internet]. Geneva: UNHCR; 2002. *New Issues in Refugee Research*; No. 73; 2002. [cited 2020 Oct 21]. Available from: <https://www.unhcr.org/3e19ac624.pdf>
21. European Commission. Guidance note: Research on refugees, asylum seekers & migrants [Internet]. European Commission; 2020. [cited 2020 Oct 21] Available from: https://ec.europa.eu/research/participants/data/ref/h2020/other/hi/guide_research-refugees-migrants_en.pdf
22. Glanz K, Kegler MC, Rimer BK. Ethical Issues in the Design and Conduct of Community-Based Intervention Studies. In: Coughlin SS, Beauchamp TL, Weed DL, editors. *Ethics and Epidemiology*. NY: Oxford University Press; 2009.
23. Suarez-Balcazar Y, Hammel J, Helfrich CH, Thomas J, Wilson T, Head-Ball A. A Model of University-Community Partnerships for Occupational Therapy Scholarship and Practice. *Occup Ther Health Care*. 2005;19(1-2):47-70.
24. Sue D. Multidimensional facets of cultural competence. *Couns Psychol*. 2001;29(6):790-821.
25. Garneau AB, Pepin J. Cultural competence: A constructivist definition. *J Transcult Nurs*. 2015;26(1):9-15.
26. Sue DW, Sue D. *Counseling the culturally diverse: Theory and practice*. 6 ed. Hoboken, NJ: Wiley; 2012.
27. Sue DW, Sue D, Neville HA, Smith L. *Counseling the culturally diverse: Theory and practice*. 8 ed. Hoboken, NJ: John Wiley & Sons, Inc.; 2019.
28. Hook JN, Davis DE, Owen J, Worthington EL Jr, Utsey SO. Cultural humility: Measuring openness to culturally diverse clients. *Couns Psychol*. 2013;60:353-366.
29. Hook JN, Watkins CE Jr, Davis DE, Owen J, Van Tongeren DR, Ramos MJ. Cultural humility in psychotherapy supervision. *Am J Psychother*. 2016;70(2):149-166.
30. American Psychiatric Association. DSM5 Cultural Formulation Interview [Internet]. American Psychiatric Association; 2013. [cited 2020 Oct 15]. Available from: <https://www.psychiatry.org>
31. Lewis-Fernández R, Aggarwal NK. Psychiatric classification beyond the DSM: an interdisciplinary approach. In: Kirmayer L, Lemelson R, & Cummings CA, editors. *Re-Visioning Psychiatry Cultural Phenomenology, Critical Neuroscience and Global Mental Health*. UK: Cambridge University Press; 2015.
32. Minkler M, Wallerstein N. *Community Based Participatory Research for Health. From process to outcomes*. San Francisco: Wiley; 2008.
33. Suarez-Balcazar Y. Empowerment and Participatory Evaluation of a Community Health Intervention: Implications for Occupational Therapy. *OTJR: Occup Particip Health*. 2005;25(4):133-142.
34. World Health Organisation. *Capturing the difference we make Community-based Rehabilitation Indicators Manual*. Geneva: WHO; 2015. [cited 2020 Oct 22]. Available from: https://www.who.int/disabilities/cbr/cbr_indicators_manual/en/

35. Kirmayer LJ. Broken narratives. In: Mattingly C, Garro LC, editors. Narrative and the cultural construction of illness and healing. Los Angeles: University of California Press; 2000.
36. Inter-Agency Standing Committee (IASC). IASC Guidelines on Mental Health and Psychosocial Support in Emergency Settings. Geneva: IASC; 2007. [cited 2020 Oct 22]. Available from: https://www.who.int/mental_health/emergencies/9781424334445/en/
37. European Commission. Research on migration - Facing reality and maximising opportunities A policy Review. Brussels: European Commission; 2016. [cited 2020 Oct 22]. Available from: http://ec.europa.eu/research/social-sciences/pdf/policy_reviews/ki-04-15-841_en_n.pdf
38. Kirmayer LJ. Failures of imagination: The refugee's narrative in psychiatry, *Anthropol Med*, 2003;10(2):167-185.
39. Asaba E, Aldrich RM, Gabriellson H, Ekstam L, Farias L. Challenging conceptualisations of work: Revisiting contemporary experiences of return to work and unemployment, *J Occup Sci*. 2020.
40. Primeau LA. Household work: When gender ideologies and practices interact. *J Occup Sci*, 2000;7(3):118–127.
41. Blank AA, Harries P, Reynolds F. 'Without occupation you don't exist': Occupational engagement and mental illness. *J Occup Sci* 2015;22(2):197–209
42. Shaw L, Laliberte Rudman D. Using occupational science to study occupational transitions in the realm of work: From micro to macro levels. *Work*, 32(4); 2009. 361–364 p. doi:10.3233/WOR-2009-0848
43. O'Halloran D, Farnworth L, Innes E, Thomacos N. An occupational perspective on three solutions to unemployment. *J Occup Sci*. 2018;25(3):297–308.
44. Veiga Seijo S, Farias L, Rivas-Quarneti N. Precarious work as situated occupation: Exploratory study of workers' experiences in the context of the Spanish economic crisis. *Braz J Occup Ther/Cadernos Brasileiros de Terapia*. 2017;25(4):671–685.
45. International Labour Organization. Training Employment Services Providers on How to Facilitate the Recognition of Skills of Migrant Workers. 2 ed. Geneva: International Labour Organization; 2020. [cited 2020 Oct 22]. Available from: https://www.ilo.org/global/topics/labour-migration/publications/WCMS_748722/lang-en/index.htm
46. Núñez García J, Crespo Comesaña JM, Mavromara L, Kheireddine B. UNINTEGRA: Integration guide for refugees in Europe. Barcelona: UNINTEGRA; 2019. [cited 2020 Oct 22]. Available from: <https://unintegra.usc.es/descargas.php>
47. Sphere Project. The Sphere Project: Humanitarian charter and minimum standards in humanitarian response. Rugby: The Sphere Project; 2018. [cited 2020 Oct 19]. Available from: <https://spherestandards.org/wp-content/uploads/Sphere-Handbook-2018-EN.pdf>
48. Ison RL, Russell D. Agricultural Extension and rural development: Breaking out of traditions. Cambridge, UK: Cambridge University Press; 1999.
49. The UN Refugee Agency. The UNHCR Tool for Participatory Assessment in Operations. Geneva: UNHCR; 2006. [cited 2020 Oct 22]. Available from: https://www.unhcr.org/ro/wp-content/uploads/sites/23/2016/12/Participatory_assessment_in_operations_ENG-evaluarea-participativ%C4%83-%C3%AEEn-cadrul-opera%C5%A3iunilor.pdf

50. Calub, Blesilda M. Participatory Rural Appraisal Guidebook. Laguna, Philippines: University of the Philippines; 2003. [cited 2020 Oct 19]. Available from: https://www.researchgate.net/publication/328890056_Participatory_Rural_Appraisal_Guidebook
51. Kirmayer LJ. Empathy and Alterity in psychiatry. In: Kirmayer L, Lemelson R, & Cummings CA, editors. Re-Visioning Psychiatry Cultural Phenomenology, Critical Neuroscience and Global Mental Health. UK: Cambridge University Press; 2015.
52. Musiał K, Kazienko P. Social Networks on the Internet. World Wide Web. 2013;16(1):31-72.
53. Newport Academy. How National Tragedies Create Secondary PTSD [Internet]. Newport Academy; 2020. [cited 2020 Oct 21]. Available from: <https://www.newportacademy.com/resources/mental-health/secondary-ptsd/>
54. Administration for children and families. Secondary Traumatic Stress [Internet]. Washington DC: Administration for Children and Families; 2020. Available from: <https://www.acf.hhs.gov/trauma-toolkit/secondary-traumatic-stress>
55. The National Child Traumatic Stress Network. Secondary traumatic stress [Internet]. Los Angeles, CA: NCTSN; 2020. [cited 2020 Oct 21]. Available from: <https://www.nctsn.org/trauma-informed-care/secondary-traumatic-stress>.

©Foto av Marc Sanye

Om fotografen Marc Sanye

InterAct är mycket tacksamma över att ha fått tillstånd att presentera foton av **Marc Sanye** i denna handbok för behandlare.

Marc Sanye (1977) studerade bildjournalistik vid IEFC (Institute of Photographic Studies of Catalonia) och har ägnat sitt yrkesliv åt att skapa medvetenhet om viktiga frågor för mänskligheten. Från 2015 och fram till nutid dokumenterar Marc Sanye migration vid Europas gränser och publicerar sina arbeten i olika medier.

För mer information om Marc Sanye besök:

Webbplats: www.marcsanye.com

Instagram: [marcsanye_](https://www.instagram.com/marcsanye_)