

Dialoggrupper om vold

Forebyggende arbeid
i asylmottak



UDI

Alternativ til
VOLD

«Forandringer i samfunnet når det gjelder bruken av vold må komme innenfra det enkelte individ.»

Beboer i dialoggruppe ved Mandheimen mottak

«Grappa har gjort at vi har begynt å tenke annerledes. Vi sitter sammen utenom møtene og diskuterer videre hvordan vi skal takle vold i fremtiden og hvordan vi skal klare å forandre handlingsmønster vi har med oss fra hjemlandet vårt.

Vi må ha møter i familiene våre når vi gjenforenes og lære dem opp i dette og bli enige om hvordan vi skal ha et familieliv uten vold mot hverandre og uten vold i barneoppdragelsen. Dette er også noe vi ønsker å ta med oss om vi ikke får være i Norge. Det er nok litt vanskeligere, men det lar seg gjøre.»

Beboere i dialoggruppe ved Målselv mottak

Veileder
Dialoggrupper om vold
Forebyggende arbeid
i asylmottak

Utformet av
Jannicke Stav, Marius Peersen & Per Isdal,
Alternativ til Vold

© 2015 Copyright: Utlendingsdirektoratet

INNHold

| | | |
|----------|---|-----------|
| 1 | INNLEDNING OG MÅLSETTING | 6 |
| 2 | METODE | 8 |
| 2.1 | Forebyggende arbeid | 8 |
| 2.2 | Kunnskapsformidling og dialog | 9 |
| 2.3 | Samfunnsperspektiv | 9 |
| 2.4 | Vold og samfunnsutvikling | 10 |
| 2.5 | Forskjellen på samtalegrupper og gruppeterapi | 10 |
| 3 | Å LEDE DIALOGGRUPPE | 12 |
| 3.1 | Roller som gruppeleder | 12 |
| 3.2 | Å skape refleksjon og fremme dialog | 13 |
| 3.3 | Berikelser og belastninger i arbeid med mennesker | 14 |
| 3.4 | Gruppeleders kjønn, etnisitet og morsmål | 15 |
| 3.5 | Gruppeleders egen erfaring med vold | 16 |
| 3.6 | Personlige holdninger i gruppelederrollen | 16 |
| 3.7 | Gruppeledere som ikke har deltatt på kurs | 17 |
| 3.8 | Videreutvikling som gruppeleder | 17 |
| 4 | PLANLEGGING | 19 |
| 4.1 | Forberedelse | 19 |
| 4.2 | Tid og sted | 19 |
| 4.3 | Rekruttering | 19 |
| 4.4 | Sammensetning av deltagere og gruppestørrelse | 20 |
| 4.5 | Hvem bør ikke delta | 21 |
| 4.6 | Beboere i nært slektskap | 22 |
| 4.7 | Informasjonssamtale | 22 |
| 4.8 | Utstyr og tilrettelegging | 22 |
| 4.9 | Bruk av tolk | 23 |
| 5 | PROBLEMLØSNING | 24 |
| 5.1 | Regulering av dialog, «snakketid» | 24 |
| 5.2 | Maktkamp i gruppa | 24 |
| 5.3 | Oppfølging av beboere med særskilte behov | 25 |
| 5.4 | Post-traumatiske reaksjoner i gruppemøte | 25 |
| 5.5 | Meldeplikt til Barneverntjenesten | 26 |
| 5.6 | Avvergeplikten | 26 |
| 5.7 | Vold knyttet til gjenoprettelse av ære | 27 |
| 6 | GRUPPEMØTENE | 28 |
| 6.1 | Oppbygning av gruppemøtene | 28 |
| 6.2 | De 6 gruppemøtene | 29 |
| 1. | Velkommen | 29 |
| | Hva er vold | 30 |

| | | |
|-----------|---|-----------|
| 2. | Vold avler vold | 33 |
| | Avmakt | 35 |
| 3. | PTSD og Posttraumatisk vekst | 37 |
| | Norske lover og verdier | 38 |
| 4. | Vold mot barn | 40 |
| | Trygge barn | 42 |
| 5. | Sinne, aggresjon og vold | 45 |
| | Vold mot kvinner | 46 |
| 6. | Å forhindre vold | 48 |
| | Avslutning | 49 |
| 7 | EVALUERING OG VEILEDNING | 50 |
| 7.1 | Evaluering underveis | 50 |
| 7.2 | Sluttevaluering etter siste gruppemøte | 50 |
| 7.3 | Veiledning | 51 |
| 8 | ERFARINGER FRA PROSJEKTPERIODEN 2013–2014 | 52 |
| 8.1 | Tilbakemeldinger fra beboere som deltok i gruppe | 52 |
| 8.2 | Tilbakemeldinger fra gruppeledere | 53 |
| 8.3 | Oppsummering fra prosjektledelsen i Alternativ til Vold | 54 |
| 8.4 | Avsluttende kommentar | 55 |
| 9 | VEDLEGG | 57 |
| 9.1 | Informasjonsskriv til bruk ved rekruttering og ordliste på ulike språk | 57 |
| | Engelsk | 58 |
| | Fransk | 60 |
| | Arabisk | 62 |
| | Urdu | 64 |
| | Somali | 66 |
| | Tigrinja | 68 |
| | Farsi | 70 |
| | Pashto | 72 |
| | Dari | 74 |
| 9.2 | Deltakerbevis | 77 |
| 10 | VIDERE LESNING | 79 |

1 INNLEDNING OG MÅLSETTING

God forebygging innebærer langsiktig og målrettet innsats i forkant av at vansker oppstår. Å bekjempe vold krever systematisk arbeid på mange nivå, og tidlig innsats ovenfor grupper i befolkningen som er spesielt sårbare er da av stor betydning. Regjeringens handlingsplaner mot vold i nære relasjoner *Vendepunkt (2007-2011)* og *Handlingsplan mot vold i nære relasjoner (2012)* har økt fokus på forebygging av vold blant nyankomne i Norge.

Mennesker på flukt, asylsøkere og innvandrere er i særlig risiko for å bli utsatt for eller utøve vold. Mange sårbarhetsfaktorer kan samlet gi en stor totalbelastning. Beboere i mottak lever med flere såkalte risikofaktorer som kan knyttes opp til begrepet avmakt, et sentralt begrep i forståelsen av vold. Mange har med seg erfaringer fra krig og voldelige konflikter, og mange har opplevd traumatiske hendelser både før, under og etter flukten. I tillegg er det en stor påkjenning å leve med usikkerhet rundt hva fremtiden bringer.

Det er utfordrende å skape en ny hverdag i et fremmed samfunn og samtidig bevare egne verdier og egen identitet. I tillegg er språket en barriere for å forstå og tilpasse seg det norske samfunnet. Å være arbeidsledig og avhengig av velferdsytelser er også en belastning, spesielt for menn som tidligere har hatt en forsørgerrolle i familien. I samfunn hvor likestilling mellom kjønn ikke er normen er innvandrerkvinner i særlig risiko for å utsettes for eller utøve vold da de er langt unna storfamiliens rammer. Barn i mottak er i økt risiko fordi familien lever i en ventetilværelse, og i tillegg er barneoppdragelse med bruk av vold mer vanlig andre steder i verden. Både vold i parforhold og vold mot barn er problem som ikke kan individualiseres, men som må ses i en større sammenheng.

Utlendingsdirektoratet (UDI) ønsker å sikre en helhetstenkning i forebygging av vold. I samarbeid med norske mottak jobbes det kontinuerlig for å kartlegge omfanget av vold, trusler og overgrep i mottak. Dette gjøres for å kunne sette inn målrettede tiltak innen forebygging, risikovurdering og rutiner ved håndtering av vold og overgrep. Et ledd i det forebyggende arbeidet var å prøve ut en modell hvor det ble gjennomført dialog med mannlige asylsøkere rundt tema traumer og vold i nære relasjoner. Dette ble gjennomført i 2010 og var et samarbeidsprosjekt mellom UDI, Alternativ til Vold (ATV), Kristiansand Statlig Mottak, Mottaksskolen og RVTS Sør. Erfaringer fra prøveprosjektet bidro til videre satsning på denne formen for forebyggende arbeid.

UDI inngikk en avtale med ATV høsten 2012 som innebar utvikling av en metode bestående av dialogbaserte samtalegrupper for å forebygge vold. Avtalen innebar å utarbeide en skriftlig veileder, kurse mottaksansatte i metoden og deretter følge opp mottakene i prosjektperioden 2013–2014. Denne veilederen er en revidert versjon av veilederen som ble brukt i prosjektperioden basert på erfaringer gjort i mottakene. Veilederen er et anvendelig verktøy for mottaksansatte som skal være gruppeledere. Bakgrunnen for prosjektet dekkes ikke i dybden, da UDIs føringer og Statens satsningsområder er utformet etter samarbeid både nasjonalt og internasjonalt, blant annet med organisasjoner som Verdens Helseorganisasjon og FN.

«Dialoggrupper om vold» er en del av sikkerhetsarbeidet i mottak og satsning på forebyggende tiltak mot vold. Målsetningen med dialoggruppa er å drive holdningsskapende arbeid mot vold, og forebygge vold både i og utenfor mottak.

Tiltaket har et forebyggende fokus ved å se på hensiktsmessige måter å håndtere hverdagslige situasjoner på. Videre er det en målsetning å skape refleksjon omkring det norske samfunnet og dets lover og verdier. Målgruppa er primært mannlige beboere i ordinære mottak.

«Dialoggrupper om vold» består av 6 møter og inneholder 10 tema knyttet til vold. Det er et kompetansehevingstiltak for beboerne og de ansatte; ved at mottaksansatte står for gjennomføringen av dialoggruppa blir arbeidet en del av mottakets totale kompetanse. Tilbakemeldinger fra prosjektperioden har vært at erfaringer med metoden også er nyttig i andre situasjoner ved mottaksarbeid.

Alternativ til Vold er en privat ideell stiftelse som siden 1987 har drevet med behandling, kunnskapsformidling og forskning med fokus på vold i nære relasjoner. Gjennom mange års terapeutisk og samfunnsrettet arbeid mot vold har ATV opparbeidet stor kunnskap om hvordan samfunnet søker å forebygge vold. ATV jobber aktivt for å bidra til å redusere vold gjennom terapi, forskning, prosjektarbeid, undervisning, foredrag, kurs, konferanser og deltagelse i ulike offentlige utvalg. Med økt kunnskap om skadene vold fører til ser ATV betydningen av å komme inn på et tidlig tidspunkt - aller helst før volden skjer.

Gjennom prosjektperioden har vi møtt veldig mange engasjerte og dyktige mottaksansatte. Ved oppstart kjente vi på stor entusiasme og en viss ærefrykt for kunnskapen og erfaringen mottaksansatte har om kultur, beboernes hverdagsliv og håndtering av ulike situasjoner som oppstår i mottaksarbeid. Vår utfordring var å integrere kunnskap om vold på en måte som var engasjerende og anvendelig i møte med beboerne.

Å lede prosjektet har gitt prosjektledelsen i ATV mange innblikk i livet på mottak, og vi sitter igjen med et inntrykk av dedikerte mottaksansatte og lærevillige beboere. Sammen med dere er denne reviderte veilederen utformet; vi håper den blir et nyttig verktøy i mottaksarbeid i årene som kommer. Takk for samarbeidet!

Fortell meg – og jeg lytter

Spør meg – og jeg husker

Involver meg – og jeg forstår

Jannicke Stav, Marius Peersen og Per Isdal
Alternativ til Vold

2 METODE

2.1 Forebyggende arbeid

Et økt fokus på vold og voldens skadevirkninger har høynet folks bevissthet om vold som et samfunnsproblem og bidratt til at tabu og skam reduseres. En studie fra 2013 viser markante endringer i holdninger mot vold over meget kort tid som ikke kan tilskrives at "en ny generasjon" har vokst opp. Forskerne antyder at oppmerksomhet på tema er en medvirkende faktor.

Norges første handlingsplan mot vold i nære relasjoner kom i 2007 og het «Vendepunkt». Handlingsplanen var delt inn i syv innsatsområder hvorav ett var forebyggende arbeid rettet mot holdninger og et annet område omtalte utviklingsarbeid. Handlingsplanen for 2014–2017, «Et liv uten vold», beskriver hvordan langsiktig forebyggende arbeid ofte nedprioriteres når akutte hendelser krever ressurser. Effekten av forebygging fremtrer ikke umiddelbart, og det er en utfordring at kortvarige og målbare tiltak foretrekkes. Gevinstene av forebygging kan vises andre steder enn der ressursene ble satt inn og være spredt over mange sektorer. Mangelen av forskning på forebyggende tiltak mot vold handler også om rask utvikling på voldsfeltet de siste årene.

Forebyggende arbeid deles inn i primær-, sekundær- og tertiærforebygging. Primærforebyggende tiltak settes inn ovenfor alle mennesker, eksempelvis helsekontroll av spedbarn, veiskilt som oppfordrer til bruk av bilbelte og opplysningskampanjer om alkoholens skadevirkninger. Sekundærforebyggende tiltak settes inn ovenfor risikogrupper, hvor man vet at vansker forekommer oftere hos personer det knyttes enkelte risikofaktorer til. Eksempler på dette er tettere oppfølging av spedbarn med lav fødselsvekt, bilkjøring på bane under kontrollerte former for unge menn med interesse for bil, eller samtalegrupper for ungdom oppvokst med foreldre som misbrukte alkohol. Tertiærforebyggende tiltak settes inn ovenfor personer eller grupper med identifiserte vansker. Målet her er å begrense skadevirkningene og legge til rette for positiv utvikling. Eksempler på dette er fysioterapitilbud til spedbarn med ulike syndrom, krav om ny førerprøve for sjåfører som mister førerkortet lengre enn seks måneder, eller rusbehandling for de som misbruker alkohol.

«Dialoggrupper om vold» er et sekundærforebyggende tiltak rettet mot mannlige beboere i mottak som en risikogruppe. Det knyttes flere risikofaktorer til å være mannlig beboer i mottak, eksempelvis å leve med en uavklart fremtid, å leve med avmakt i forhold til familie i hjemlandet eller å ha blitt utsatt for vold i oppveksten i et land med andre holdninger til vold enn hva vi har i Norge. Temamøtene i gruppa er rettet inn mot risikofaktorer, og de samme tema er relevante både i forhold til vold i nære relasjoner, annen vold og det som på folkemunne kalles «blind vold». Det som for en voldsutsatt eller andre rundt fremstår som blind vold har også en årsak. Dialoggruppa er ikke et tiltak rettet mot personer hvor vold er et omfattende problem. Hadde det gjennomgående vært hyppige voldelige konflikter i mottak ville en økning av tiltak på tertiærforebyggende plan vært mer aktuelt.

Forskning viser at holdninger er i endring og blir mer fleksible ved immigrasjon til et nytt samfunn. Beboere i mottak får omfattende inspirasjon fra andre samfunn ikke bare fra det norske, men også fra andre beboere på mottaket. Tilværelsen er preget av nye tanker omkring forskjeller og likheter mellom hjemlandet, Norge og de andre beboernes væremåte og bakgrunn. Asylmottak er således et egnet sted for tiltak rettet mot holdninger.

2.2 Kunnskapsformidling og dialog

Kunnskapsformidling og dialog som metode er valgt da det bidrar til å bevisstgjøre deltagerne på sammenhengen mellom tanker, følelser og handlinger. Gjennom egenrefleksjon, rom for å uttrykke egne tanker og lytting til andres utsagn vil egne holdninger og handlinger kunne påvirkes. Tema i gruppa er valgt for å utvikle mer hensiktsmessige strategier når beboerne møter utfordringer, og for å bygge opp holdninger mot vold. På denne måten vil forekomsten av voldsatferd reduseres, og beboerne vil tilegne seg kunnskap som kan ha nytteverdi – både ved oppholdet på mottak og senere i livet.

Kunnskapsformidling og dialog om tema gjør at beboerne kan regulere hvor mye de åpner seg om utfordrende tema. Det er også en metode som lar seg gjennomføre med tolk. Lettfattelig gjennomgang av tema og enkle oppgaver sikrer at deltagerne får sentral informasjon uten å måtte dele personlige opplysninger eller vise sårbarhet overfor andre. Fokus på personlige historier og deling av egen sårbarhet forbindes med svakhet og skam i typisk mannsdominerte kulturer, slik at undervisning og refleksjon om konkrete oppgaver anses å være en god metode for at gruppedeltagerne bidrar med innspill. Temabaserte møter kan øke beboernes kompetansefølelse, redusere hjelpeløshet og fremme mestring av eget hverdagsliv og egne valg.

Dialogen kan ses som en løpende meningsutveksling som søker å skape forståelse og utjevne meninger mellom deltagerne. Dialogformen signaliserer likeverdighet og respekt i relasjon mellom mennesker. Slik blir metoden et symbol på forebygging av vold, da vold er en form for ujevnbyrdig maktutøvelse. Samtidig som målet er likeverdig dialog er det også viktig å være sensitiv for hvordan samfunnsbakgrunn kan spille inn. For mennesker fra et hierarkisk samfunn kan det oppleves tryggere når gruppelederne tar tydelige lederroller. Forskjellen ligger i at ledelse av gruppa handler om å holde struktur og styre dialog. Likeverd innebærer at alle deltagernes meninger skal få rom i gruppa.

En gruppeleder skal lede dialogen fremfor å delta i den, ved å skape refleksjon og undring fremfor å gi svar og fronte meninger. Det kan hende egne meninger må holdes tilbake, eller at det trår inn en ansvarsfølelse i forhold til å motsi utsagn som går på tvers av lovverket. Dette betyr ikke at man skal skjule egne følelsesmessige reaksjoner – slike dilemma må håndteres med varsomhet. Fokuset skal være å sette spørsmålstegn ved utsagn og drøfte videre i gruppa. Da er det mulighet for å være åpen på egne reaksjoner en gang iblant.

Temamøtene overlapper med andre tema i undervisning og informasjonsarbeid i mottak. Denne overlappingen er det en hensikt med; det er en fordel å lære på ulike måter. Dialoggruppa er en egen måte å jobbe på med tanke på gruppedialog og refleksjon, og egenrefleksjon og utvikling hos beboerne kan fortsette etter at gruppa avsluttes. Her gjelder det å stole på at spiren som plantes i gruppa utvikles over tid.

2.3 Samfunnsperspektiv

Asylsøkere har flyktet fra sitt hjemland, men de flykter også til noe – et fremmed land, med fremmede skikker og verdier. I et annet samfunn møter de et dilemma: Hvor mye av mine skikker skal jeg beholde, og hva skal jeg endre for å tilpasse meg min nye livssituasjon? Noen endringer er kjærkomne, som det å rømme fra diktatur og borgerkrig til demokrati og fred. Andre overganger er ikke like enkle; Hvor mye medbestemmelse og frihet skal barna mine ha, og hvordan skal jeg påvirke dem?

Mennesker vurderer andres væremåte og verdier basert på egen bakgrunn og tidligere erfaring. Dette er naturlig for alle mennesker og folkegrupper. I møte med en ny kultur kan dette gi opphav til usikkerhet. Dette gjelder for beboerne som har ankommet et nytt land og det er også gjeldende for mottaksansatte i møte med beboernes kultur. Menneskers levesett og samfunn er også i stadig endring. Ved emigrasjon går mennesker glipp av utviklingen i sitt eget hjemland, og det hender at mennesker da opprettholder verdier som ikke lenger eksisterer i hjemlandet.

Dialogbasert refleksjon kan være en god måte å skape et mer fleksibelt verdigrunnlag, da enveisinformasjon kan medføre en rigid fastholdelse av eksisterende verdier. Ved tilpasning til det norske samfunnet vil beboerne mangle bakgrunnsforståelsen for norske levemåter. Løsningen blir ofte en gradvis integrering, og dette er en langvarig prosess. At slike prosesser tar tid er tegn på god mental helse; gjennomtenkte endringer krever tid og refleksjon.

2.4 Vold og samfunnsutvikling

Vold er samfunnsmessig betinget. Forståelsen av hva som er vold og tanker om hvor grensene går er styrt av samfunnet rundt oss både på gruppenivå og samfunnsnivå. Ulike familier kan sies å ha ulik familiekultur, og lovene i samfunnet påvirker hvordan vi tenker om hva som er rett og galt. Holdninger endrer seg i takt med lovverket, og omvendt utvikles lovverket i takt med samfunnsutviklingen.

For å skissere et eksempel på utviklingen i Norge har det skjedd store endringer i lovverket som omhandler vold mot barn. Frem til 1972 hadde foreldre i Norge en lovbestemt refselsesrett som ga adgang til å fysisk avstraffe egne barn i oppdragelsen. Forbudet mot vold mot barn kom i Barneloven i 1987, men fremdeles var det en viss åpenhet i lovbestemmelsene for å gi lette klaps hvis barnet hadde klærne på. Dette ble ikke endret før i 2010. Våre egne subjektive holdninger til vold kan gjøre at vi fordømmer vold mot barn i andre land – da skal vi huske at totalforbudet i Norge kom ved lovendring først i 2010.

Når det gjelder vold i parforhold fikk Norge en egen lovparagraf rettet mot vold i nære relasjoner i 2006 (Straffeloven §219). Ordbruken har også endret seg over tid; det som media nå omtaler som partnervold eller familievold ble for noen år siden ofte betegnet som husbråk. Holdninger til hvorvidt vold er en privatsak har også endret seg: før 1988 var det voldsutsatte som bestemte om volden skulle anmeldes. Nå har vi prinsippet om offentlig påtale som betyr at Politiet kan etterforske uavhengig av om den utsatte ønsker å anmelde. Dette betyr at Politiet har et samfunnsansvar for å etterforske vold i nære relasjoner og forebygge at volden gjentar seg.

2.5 Forskjellen på samtalegrupper og gruppeterapi

Ved oppstart av samtalegrupper om utfordrende tema er det viktig å se på hva som skiller samtalegrupper fra terapigrupper. Samtalegrupper er grupper hvor deltagerne møtes for å snakke om bestemte tema. En ledelse fungerer utelukkende for å skape struktur i gruppa, og for å hjelpe gruppa med å fokusere på relevante tema. Gruppeledelse innebærer ikke oppgaver som å kartlegge, vurdere eller diagnostisere deltagerne.

Gruppeterapi har en fagkyndig ledelse der terapeuter driver systematisk påvirkning og bearbeiding. Deltagerne har et opplevd og identifisert problem, og de har i større eller mindre grad uttrykt et

ønske om forandring. Deltagerne i gruppeterapi inngår avtaler om målsetning med egen deltagelse. Den faglige ledelsen av gruppa har i samarbeid med deltagerne et ansvar for å sikre at disse mål-setningene blir fokus i gruppa og har således et ansvar for den enkelte deltagerens prosess. Gruppeterapi kan inneholde bruk av standardiserte faglige verktøy for å kartlegge deltagerens funksjonsnivå, og ledelse av slike grupper innebærer faglige vurderinger og/eller diagnostisering.

Samtalegrupper skiller seg fra terapi også på det innholdsmessige: det er stor forskjell på «refleksjon om vold» og «refleksjon om egen vold». I terapigrupper er det særskilt arbeid med egen vold som er tema, noe som gjenspeiler fokuset for intervensjoner man setter inn på tertiærforebyggende nivå.

Gruppeledernes kjennskap til beboerne og hverdagen på mottak er gode forutsetninger for å lede voldsforebyggende samtalegrupper i mottak. Relasjoner og trygghet mellom mennesker er et viktig element: beboerne er sannsynligvis tryggere med ansatte i mottaket enn med eksterne de ikke kjenner like godt.

3 Å LEDE DIALOGGRUPPE

3.1 Rollen som gruppeleder

Gruppedeelse vil over tid gi erfaring slik at alle finner egne måter som passer for seg. Flere element ved gruppelederrollen er allerede beskrevet i det forutgående kapittelet, mens her kommer konkrete tips til de som skal lede gruppe. Før oppstart er det en viss forutsetning å ha tro på at det er positivt å snakke om berørende tema med andre mennesker. Mange gruppeledere får større tro på dette gjennom å lede gruppe.

Først og fremst har gruppeleder ansvar for at møtene fokuserer på de aktuelle tema. Gruppeleder skal være inspirator og motivator som formidler engasjement og tro på beboernes styrker og muligheter. Som gruppeleder godtar man beboernes meninger og spiller de eventuelt ut som spørsmål til resten av gruppa. Dette innebærer at som gruppeleder skal man aldri gå inn for å «vinne» en dialog.

Gruppeledere bør ha en positiv grunnholdning til all åpenhet og meningsutveksling. Dette innebærer å vise genuin interesse for gruppemedlemmenes tanker og erfaringer. For å skape trygghet er det helt avgjørende med positiv feedback rundt tema knyttet til skam og tabu: det går fint an å rose åpenhet og modighet når noen uttrykker meninger hvor vi synes innholdet er vanskelig å ta imot. Positiv feedback fremmer dialogen, inspirerer, motiverer og skaper et klima for læring og utvikling.

Gruppelederne selv kan gi positiv feedback både til gruppa og til enkeltmedlemmene. Eksempler på positiv feedback gruppelederne kan bruke er:

- *Flott. Takk. Kjempefint!*
- *Så bra at du sier hva du mener*
- *Så flott at du er ærlig med hva du tenker om dette*
- *Det er så flott å høre på deg*
- *Du er modig som sier åpent hva du mener*
- *Jeg er imponert over måten du forteller dette på*
- *Det du sier rører meg*
- *At dere er åpne om ulike meninger er skikkelig bra for diskusjonen vår*
- *Jeg tror at du inspirerer mange i gruppa med det du sier*
- *I dag har det vært fantastisk å se hvor engasjerte dere har vært*
- *Det har vært lærerikt for meg å høre på det dere har snakket om i dag*

Gruppelederne fungerer som rollemodeller i dialog, så det er viktig at gruppelederne jobber aktivt med sitt samarbeid. Gruppelederne signaliserer jevnbyrdighet når de deler likt på oppgaver og ansvar, spesielt ved kunnskapsformidlingen og ledelse av gruppa. Det anbefales å finne en kollega en liker og fungerer godt sammen med. Mottaksledere kan også lede grupper, og i prosjektperioden virket mange beboere å sette pris på at akkurat mottaksleder ledet gruppa.

Det kan oppstå meningsutvekslinger hvor man som gruppeleder reagerer følelsesmessig på det som blir sagt. Forsøk på å skjule egne følelser kan medføre at man blir utydelig som menneske og dette kan skape utrygghet. Det er rom for å være åpen om egne reaksjoner så fremt det uttrykkes på en rolig, respektfull og ikke-fordømmende måte: «*Jeg kjenner jeg blir opprørt av at du mener en*

kvinne bør gifte seg med en mann som har voldtatt henne fordi jeg tenker på hvordan det ville vært for meg. Samtidig er det fint at du sier det du mener slik at vi kan høre om andre i gruppa har andre tanker om dette?».

Å være godt forberedt innebærer å gjøre seg noen tanker om hvordan det går an å møte ulike uttalelser. Slik forberedelse gir gruppelederene trygghet underveis i møtene, og trygghet hos gruppelederene gir også trygghet i gruppa.

3.2 Å skape refleksjon og fremme dialog

Hvordan gruppeleder legger til rette for dialog i gruppa påvirkes av andre arbeidsoppgaver og egen bakgrunn. Det er store forskjeller blant nye gruppeledere på hvorvidt de vil oppleve dialog som nytt og utfordrende, eller om det faller mer naturlig ut ifra personlighet eller andre arbeidsoppgaver. Et eksempel er om samme person underviser på informasjonsprogrammet, bistår ved bosetting og leder dialoggruppe. Å komme med konkrete råd i hverdagen angående bosetting krever en annen innfallsvinkel enn å fremme dialog i ei gruppe hvor beboerne kan komme med råd til hverandre.

Å presentere dialogformen og egen rolle grundig ved oppstart gjør at det beboerne forstår strukturen. Slik reduseres forventninger til at gruppelederene skal gi råd eller delta i diskusjonen. Gruppeprosessen vil påvirkes av hvorvidt gruppeleder lett tar ordet når det blir stille, og fra starten av bør beboerne bevisstgjøres på at det ikke er gruppeleders ansvar å holde dialogen i gang eller komme med løsninger. Alle deltagerne har et ansvar for å bidra til gode møter. Dette er tema på første møte. Gruppeledere oppnår også lettere aksept for å stille spørsmål videre til gruppa fremfor å besvare dem selv hvis beboerne er forberedt. Det er stor forskjell på å gi informasjon, gå i diskusjon, skape refleksjon hos den som kommer med utsagn eller å fremme refleksjon og dialog mellom beboerne i gruppa.

Eksempler på hvordan utvide utsagn og skape refleksjon hos den enkelte deltager:

- *Kan du si litt mer om det?*
- *Har du et eksempel?*

Hovedformålet med dialoggruppa er å legge til rette for dialog. Det er gruppa som skal reflektere sammen, og gruppeleder skal lede dialogen:

- *Hva tenker dere andre om det han sa?*
- *Tenker noen av dere annerledes om dette?*
- *Er det flere i gruppa som mener det samme?*
- *Er det noen i gruppa som mener noe annet?*
- *Er det noen som har lignende erfaring?*

Ved å spørre gruppa om hva de synes om det en av deltagerne sier kan det være at gruppa selv begynner å gi hverandre positiv feedback. Om dette skjer i gruppa avhenger sannsynligvis av hvor stort fokus gruppeleder har på å formidle positiv feedback til deltagerne.

Beboerne vil sannsynligvis etterspørre gruppeledernes meninger direkte, og noen ganger kan det være greit å svare. At gruppeleder aldri svarer på direkte spørsmål kan bli frustrerende for beboerne og de kan oppleve at gruppelederene blir upersonlige. Når det er mest effektivt å svare er opp til

den enkelte gruppeleder å vurdere. Det kan selvfølgelig være positivt for dialogen at gruppeleder kommer med egne innspill så lenge gruppelederne ser til at beboernes utsagn og meninger får størst plass.

Beboere i mottak kan forsøke å få sympati for egen situasjon for å påvirke asylprosessen. Dette kan påvirke dialogen og gjøre at enkelte beboere tar mye plass. Her trenger beboerne mer informasjon om hensikten med gruppa for å kunne tilpasse seg strukturen; alle skal få rom til å prate noe som krever at ingen bruker lang tid på å fortelle i dybden om egen historie.

3.3 Belastninger og berikelser i arbeid med mennesker

Å få god relasjon til beboerne på mottaket og bli følelsesmessig berørt av deres historier kan oppleves som noe av det mest verdifulle – og samtidig noe av det mest smertefulle i jobben som mottaksansatt. På mottakene oppstår også situasjoner det kan være belastende å være vitne til eller være en del av; uttransporteringer, akutte voldshendelser, branner eller å bli utsatt for trusler og psykisk vold. Beboere som over tid lever i en uforutsigbar livssituasjon kan vise tegn til håpløshet og motløshet.

Med et godt arbeidsmiljø kan ønsket om å være til hjelp for andre mennesker bli en felles verdi som gjør jobben meningsfylt og givende. På den annen side kan ønsket om å hjelpe gjøre at noen tar på seg mange arbeidsoppgaver eller tar lite hensyn til egne grenser. Utbrenthet eller sekundærtraumatisering, hvor traumatiske historier gir traumesymptom hos de som hører historier, er en risikofaktor i omsorgsarbeid med mennesker.

Det viktigste å understreke kan ikke sies ofte nok: Det er menneskelig å reagere! Å forvente at triste eller grufulle detaljer ikke skal påvirke oss følelsesmessig er som å gå gjennom vann og forvente at man ikke blir våt. En gjenganger er gjerne at man ikke skal ta jobben med seg hjem – som om det er mulig å legge igjen sterke inntrykk på kontorpulten når arbeidsdagen er over. Slike holdninger kan bidra til at ansatte ikke deler reaksjoner de egentlig burde snakket om.

Samtale mellom gruppelederne om egne følelser og reaksjoner fremmer mestring og forebygger negative psykiske følger av jobben. Dette er en av mange grunner til at dialoggruppa bør ledes av to gruppeledere. Å ha fora der det er rom for å drøfte ulike sider ved jobben, motta veiledning og innspill til egenutvikling er viktige tiltak for å opprettholde interesse og lyst i arbeidet. Dette kan gjøre jobben enda mer meningsfylt.

Gjennom et langt yrkesliv vil motivasjon og arbeidslyst naturlig nok variere. Psykisk overbelastning som følge av jobben er tilnærmet alltid et resultat av flere belastninger som bygger seg opp. Å ta et forebyggende perspektiv på utbrenthet og sekundærtraumatisering gjennom å bli kjent med egne tegn gjør at man blir bedre i stand til å sette grenser for seg selv. De aller tidligste tegnene på for høy belastning er som oftest sinne, irritasjon og generelt et mer svingende og ustabilt følelsesliv. Ofte er det også slik at i tidlige faser jobber man enda hardere fremfor å kutte ned på antall oppgaver. Andre tegn som kan forekomme er fysisk slitenhet, redusert sosial interesse, urolig søvn, eller negativ innstilling til kolleger, samarbeidspartnere eller de man skal hjelpe.

I gruppa kan det forekomme at beboerne forteller om vanskelige opplevelser, eller det kan være at beboere ønsker å snakke mer enn hva det er rom for i gruppa. Hverdagen i mottaket gjør at tiden til å følge opp beboerne etter gruppedeltagelsen er begrenset. Ønsket om å følge opp beboere utenfor

gruppemøtene kan for noen gruppeledere oppleves som en ekstra belastning. Å dele noen opplevelser i gruppa kan gjøre godt; det er ikke slik at mennesker må få tid til å fortelle alle detaljer for å få positivt utbytte av å snakke om vanskelige tema. Gjennom prosjektperioden har mange beboere som deltok i gruppe uttrykt at det var fint å få snakke om vanskelige erfaringer. Noen sa til og med at det førte til at de sov bedre om natta.

3.4 Gruppeleders kjønn, etnisitet og morsmål

Det er ingen fast oppskrift for hvordan kjønnssammensetningen på to gruppeledere bør være. Dersom et asylmottak har mannlige ansatte med interesse for å være gruppeledere er det sannsynligvis en fordel at minst en av gruppelederne er en mann. Dette fordi dialoggruppa primært er rettet mot mannlige beboere. Beboere fra andre kulturer har muligens ingen erfaringer med å bli ledet av kvinner, og i utforming av metoden er beboernes normer og samfunn tatt med i betraktningen. En mannlige gruppeleder vil i større grad kunne bli en rollemodell. Det anbefales å være enten to menn eller en mann og en kvinne sammen som gruppeledere. Samspillet mellom gruppelederne kan symbolisere likeverdig kommunikasjon, således kan det også være en fordel å være en av hvert kjønn.

For noen er hvem som skal lede gruppe et praktisk spørsmål. I tilfeller hvor to kvinner leder en dialoggruppe sammen anbefales det særskilt å ta opp dette under informasjonssamtalen og velkomstmøtet. Her bør gruppelederne muntlig vise forståelse for at dette kan være utfordrende for beboerne. Det oppfordres til å ha en dialog med deltagerne på hvordan det oppleves for dem med to kvinnelige gruppeledere. Prosjektperioden viste at det fungerte fint med to kvinner på mange mottak. Samtidig reflekterte noen av disse kvinnelige gruppelederne rundt at dialogen muligens ble en annen med de som gruppeledere – uten at det nødvendigvis var negativt for beboerne.

Å anse kjønn som irrelevant eller ubetydelig ville vært å sette til side kunnskapen vi har om kjønnsrollemønster i andre samfunn. Dette gjelder for så vidt også andre faktorer som gjelder personlige områder, som for eksempel alder, utseende, etnisitet, klesstil og hvorvidt gruppelederne selv har barn.

Å ha en annen etnisk bakgrunn enn norsk og være oppvokst i et annet land kan være en positiv faktor i gruppelederrollen. Erfaringer med å ankomme Norge utenfra kan være gode å ha med seg i dialogen. Samtidig, hvis gruppeleder har lignende bakgrunn som beboerne kan beboerne oppleve det mer støtende om gruppeleder ikke støtter opp om verdier eller meninger som er forenlig med tradisjoner i deres hjemland. Det viktigste er åpenhet og modighet til å ta dette direkte opp i gruppa, og ikke anse dette som irrelevant eller ubetydelig.

Gruppeledere med et annet morsmål enn norsk må være gode nok språklig til at de kan forstå denne veilederen og lede dialog ved hjelp av tolk. Kommunikasjon mellom gruppeleder og tolk skal ikke bli en utfordring på grunn av gruppeleders manglende norskkunnskap. Å lede gruppe når man forstår beboernes morsmål er selvfølgelig greit. Da må man likevel svare på norsk slik at begge gruppeledere snakker sammen gjennom tolken. De færreste mottak har to gruppeledere som snakker beboernes morsmål, det hendte ikke i prosjektperioden. Det hendte derimot at grupper ble avholdt på engelsk hvilket fungerte meget bra på mottak hvor beboere og gruppeledere var dyktige i engelsk.

3.5 Gruppeleders egen erfaring og egne holdninger til vold

Egne tanker og holdninger spiller inn i arbeid med mennesker, ikke bare med vold som tema, men også omkring barneoppdragelse eller asylpolitikk. Som gruppeleder er det viktig å ha et bevisst forhold til egne erfaringer og holdninger til vold for å kunne møte beboernes innspill og lede dialogen. Beboerne vil utfordre gruppelederne på å gi råd og innspill på hvordan de ville reagert, og det er viktig å fremstå troverdig når man svarer på disse spørsmålene.

Det er umulig å forbli uberørt av å arbeide i det kraftfeltet vold skaper. Kunnskap om psykisk helse, inkludert vold, kan gi en person inspirasjon til å leve et godt liv. Å bli klar over egne behov i arbeid med vold er sentralt for å kunne snakke åpent med andre. For gruppeledere som har egne erfaringer med vold kan kurs og samtaler gi nye tanker omkring egen historie. Mottaksansatte har i prosjektperioden gitt tilbakemeldinger på at metoden er spennende og nyttig, ikke bare i forhold til jobben men også på et personlig plan. Gruppeledere som har erfaringer knyttet til vold kan synes arbeidet blir utfordrende, samtidig som egenerfaring kan være en styrke. Noen gruppeledere kan ønske å lede gruppe fordi de har en historie de tenker er verdifull i rollen som gruppeleder. Her er det den enkeltes ansvar å kjenne på egne grenser.

Om gruppelederne ikke har avklart egne holdninger eller erfaringer på området er det en risiko for at reaksjonene i gruppemøtene blir lite gjennomtenkte. Dette kan gjøre gruppedeltagerne forvirret eller skeptiske. Derfor er det viktig for egen del å tenke gjennom følgende:

- Hva er mine erfaringer med vold?
- Hvilke holdninger har jeg til vold?
- Kan mine erfaringer skape reaksjoner i meg når jeg jobber med dette?
- Vil jeg trenge ekstra individuell veiledning i arbeid med vold?
- Vil jeg trenge aktiv bearbeiding av egne erfaringer for å arbeide med vold?

Dette er spørsmål gruppelederne kan reflektere over igjen og igjen – ikke bare før oppstart, men også underveis. Å reflektere og bearbeide egne erfaringer innebærer å se nærmere på egen historie. Dette er det mulig å gjøre aktivt selv, i dialog med andre eller eventuelt ved bistand av profesjonell hjelp.

Det å fremstå med tydelige holdninger mot vold utenfor dialoggruppa gjør ofte at kolleger, bekjente, venner og familie kommer med innspill. Hvis man som gruppeleder formidler kunnskap på andre arena kan det oppstå nysgjerrighet og engasjement. Samtidig får man også høre personlige erfaringer og holdninger som berører eller gjør at man blir opprørt. Dette medfører at man selv blir stående i en kontinuerlig refleksjonsprosess omkring vold og egne holdninger.

3.6 Personlige holdninger i gruppelederrollen

Som gruppeleder er det enkelte holdninger det ikke er forenlig å fronte i gruppa. Generelt handler dette om å stå for verdier som ikke er i tråd med norsk verdisyn. Innad i Norge har vi ulike meninger om ting, og gruppen skal ikke være et sted hvor gruppeleder fronter sin egen religiøse tro eller politiske meninger. Hvis en mottaksansatt kjenner at ett eller flere av punktene som følger i listen under gjelder for seg bør det i samtale med leder drøftes om en annen ansatt bør lede gruppa i stedet, eller om dette kan løses gjennom veiledning:

- Ikke støtte voldsdefinisjonen
- Tro på vold i oppdragelsen
- Holdninger til æresrelatert vold som akseptabelt
- Ujevnbyrdig kvinnesyn
- Tanker om at det er greit å oppfordre andre til vold inkludert å oppfordre barn til voldsbruk («du burde bare ta igjen», «skal du ikke ta igjen»)
- Negativ innstilling til å snakke om tema som kan berøre følelselivet vårt

Når gruppeledere møter meninger som strider veldig mot det de selv står for er det vanskelig å vite hvordan det er greit å reagere. Det blir kunstig om en samtalepartner forholder seg nøytral uansett utsagn, og slik vil det også være for beboerne i møte med gruppeledere. Det er greit å gi uttrykk for egne reaksjoner så lenge man ikke fremstår som dømmende. Et eksempel fra prosjektperioden var en kvinnelig gruppeleder som opplevde at gruppa var langt mer fordømmende til voldtekt av menn enn voldtekt av kvinner. Denne gruppelederen synes det var utfordrende å sette ord på egne per-sonlige reaksjoner på en respektfull måte, da hun opplevde dette som mangel på likestilling og respekt for det kvinnelige kjønn. Et eksempel på svar er dette:

«Jeg kjenner jeg blir sint av at det er verre å være voldelig mot en mann enn mot en kvinne. Det kan være fordi jeg er kvinne eller for at jeg er oppvokst i Norge hvor vi har likestilling. Hvis barnet deres ble utsatt for vold; er det greit at den som utsetter datteren deres for vold får mindre straff enn den som gjør det samme mot sønnen deres?». Hva denne gruppelederen ville fått til svar er uvisst, men våre egne holdninger behøver ikke å handle om at vi har rett og beboerne har feil. Eksempelvis vet vi fra forskning at over 80 % av kvinner i Guinea synes det er greit at en kvinne blir slått av mannen om hun går ut uten å si fra, og at over halvparten av tyrkiske kvinner ikke ønsker å være økonomisk selvstendige.

3.7 Gruppeledere som ikke har deltatt på kurs

I prosjektperioden ble det avholdt syv kurs i regi av Alternativ til Vold, men det var likevel noen gruppeledere som ikke hadde deltatt på kurs da de gikk i gang med å lede gruppe. Gruppeledere som ikke har deltatt på kurs anbefales å jobbe gjennom veilederen før oppstart. Tidsmessig kan det være nødvendig med minst en hel arbeidsdag med innlagte pauser og tid til drøfting på slutten.

Å jobbe med veilederen innebærer først å lese fra perm til perm med stopp underveis for å reflektere over ulike tema. Etter gjennomlesning, finn frem penn og papir og gå tilbake til kapittel 6 «Gruppe-møtene». Ved hvert gruppemøte, les kunnskapsdelen og gjør deretter hver oppgavene med utgangspunkt i egen bakgrunn og egne tanker. Gjør dette skriftlig og svar på alle oppgaver og spørsmål. I etterkant er det fint å ha en kollega å snakke med om oppgavene, egne tanker og holdninger. Snakk fortrinnsvis med en kollega som er gruppeleder, helst da den kollegaen man skal lede gruppe med.

Neste dag eller på et senere tidspunkt, ta frem veilederen igjen med utgangspunkt i rollen som gruppeleder. Les tema med utgangspunkt i hvordan det blir å presentere for en gruppe. Drøft deretter gjennomføring med den andre gruppelederen, øv med hverandre og begynn planleggingen.

3.8 Videreutvikling som gruppeleder

Gruppelederne må arbeide med å gjøre metoden til sin egen, og her kommer forarbeid og erfaring inn. Veilederen beskriver konkret og bokstavelig hvordan gruppelederne kan avholde møtene. Dette er dog en veileder og ikke en manual: den enkelte gruppeleder kan bruke sitt eget språk

og finne sin egen stil. Oppgavene skal derimot stå fast. De har en klar hensikt og er ment å sette i gang spesifikke prosesser.

Beboerne verdsetter at gruppeledere deler noe fra eget liv. Et råd er å dele mindre som ny i rollen som gruppeleder og heller dele mer dess tryggere man blir. Å dele er ingen nødvendighet, og det er opp til hver enkelt å kjenne etter om man ønsker å komme med personlige utsagn. Vær ekstra obs på hvor mye tid du bruker hvis du deler personlige detaljer: gruppeleders innspill kan få en annen betydning enn beboernes innspill – og beboernes innspill skal ha størst fokus.

Under kunnskapsformidlingen er det åpning for å bringe inn deltagerens egne tema eller dagsaktuelle tema fra media eller lokalsamfunnet. Avveiningen her er at dess mer tid en bruker på formidling, dess mindre tid til dialog. Det er dialogen som skal utgjøre mesteparten av tiden i gruppa.

Vi har alle ulik toleranse for mennesker som avbryter, snakker i munnen på hverandre, hever stemmen eller tar mye plass. Sannsynligvis har både gruppelederne og beboerne ulik toleransegrense for at dette hender i kommunikasjon, og det kan være greit å spørre i første møte «Hvordan kan jeg som gruppeleder avbryte hvis jeg tenker at andre skal få slippe til?». To gruppeledere med ulik toleranse kan føre til at det alltid er den ene som regulerer dialogen. Da er det utviklende å se på samarbeidet mellom gruppelederne for å ta et mer jevnbyrdig ansvar i gruppeledelsen. Kanskje bør den ene gruppelederen øve seg på å avbryte oftere, mens den andre bør øve seg på å holde tilbake egne innspill.

Stillhet i gruppa kan være en utfordring. Flere gruppeledere sa i prosjektperioden at de ble bedre på å tåle stillhet etter flere møter, og de så også at beboerne kom raskere på banen utover i gruppeforløpet. Hvis gruppeleder ofte snakker når det blir stille kan det i de første møtene raskt oppstå en gruppedynamikk hvor beboerne forventer at gruppeleder fyller tomrommet. Samtidig som deltagerne skal venne seg på dialogformen bør gruppelederne øve seg på å tåle litt stillhet tidlig i forløpet.

Vekslinger mellom alvor og letthet er naturlig i dialog, og humor er et viktig element i menneskers regulering av eget følelsesliv. Hvis enkelte deltagere i gruppa alltid kommer med humoristiske innspill kan det være en ide å forsøke å få vedkommende til å uttale seg mer alvorlig. Motsatt kan deltagere som sjeldent bruker humor kanskje få et ekstra smil fra gruppelederne når stemningen er lettere. Hvordan man møter beboerne ut ifra hvem de er vil være en utviklende prosess som gruppeleder. Det krever at man har ledet gruppe en stund slik at man er trygg på bruken av veilederen og i større grad kan frigjøre seg fra den.

Kreativitet i gjennomføringen er tillatt så lenge tema blir gjennomgått og størsteparten av tiden brukes på dialog. Et kreativt element kan være å rollespille fiktive situasjoner eller hverdagslige situasjoner på mottaket. Det anbefales ikke å rollespille situasjoner fra deltagerens historier da det er vanskeligere for mennesker å regulere nærhet og deling av detaljer i et rollespill sammenlignet med i en samtale.

Et annet utviklingsområde er å forberede seg på kulturspesifikke tema og inkludere dette i dialogen. Bakgrunnskunnskap hos gruppelederne kan gjøre at beboerne føler seg verdsatte og bidra til at de blir mer aktive i dialogen.

4 PLANLEGGING

4.1 Forberedelse

Fortell kolleger på mottaket om kurset og del kompetanse om vold i nære relasjoner. Vis gjerne frem veilederen og fortell kort om dialoggruppemetoden. Søk innspill fra andre ansatte på hvilke beboere det blir viktig å ha med i gruppa.

Innhent også en oversikt over andre tidspunkt for beboeraktiviteter, norskopplæring og informasjonsprogram. Det er viktig at gruppemøtene ikke kolliderer med skole og undervisning, eventuelt kan dialoggruppa arrangeres tidsmessig i tilknytning til opplæringsprogrammet. Dette anbefales særskilt ved desentraliserte mottak.

Med langsiktig planlegging av aktiviteter på mottaket er det mulig å gjennomføre grupper uten at det går på bekostning av andre pålagte oppgaver. Dialoggrupper gjennomføres ikke kontinuerlig, og de ukene det avholdes gruppe på mottaket kan for eksempel andre aktiviteter utsettes til senere. Det kan være snakk om oppgaver som ikke må skje til et bestemt tidspunkt, eksempelvis noen sosiale aktiviteter.

Husk å avklare tilgang på tolketjeneste før beboerne inviteres for å gjøre avtaler om bruk av samme tolk til hvert møte (hvis mulig).

4.2 Tid og sted

Det er viktig å ivareta forutsigbarhet gjennom å ha samme tid og sted ved hvert møte. Det trengs et vanlig rom der det er plass til omtrent 10 personer i en ring. I tillegg må det være plass til to flip-over. Flip-over anbefales slik at ark kan tapes opp på veggen underveis. På den måten blir sammenhengen i tema tydeligere.

Dialoggruppa gjennomføres over 6 ukentlige møter. Tema skal skape refleksjon hos deltagerne og da bør det gå noe tid mellom møtene. Flere møter i uka kan gi motsatt effekt og gi motstand mot refleksjon rundt egne holdninger.

Hvert møte inneholder to tema som gjennomføres med pause i mellom. Det anbefales ikke å gjennomføre to tema uten pause. Avhengig av antall deltagere er hvert møte på 2 ½ - 3 timer med 15 minutt pause i midten. Det anbefales å holde samme tidsramme ved hvert møte; hvis gruppa ikke får snakket ferdig har tema skapt engasjement og satt i gang prosesser som beboerne tar med seg ut av gruppemøtet.

4.3 Rekruttering

Deltagelse i dialoggruppene er frivillig. Å pålegge beboere deltagelse kan skape avmakt og også signalisere ubalanse i maktforhold mellom gruppeleder og beboer. Beboerne er ressurssterke mennesker hvor mange kan ha interesse for å lære og delta i grupper som legger opp til egenaktivitet. Erfaringer fra prosjektperioden viste at frivillig rekruttering gikk meget bra og beboerne var nysgjerrige og engasjerte i sin deltagelse.

Gruppelederne samarbeider om å finne ut av hvilke beboere de ønsker å tilby deltagelse. Er det første gang gruppelederne holder gruppe anbefales det å rekruttere beboere en kjenner seg trygge på og har en god relasjon til. Neste gang vil man da som gruppeleder kjenne seg mer motivert for å rekruttere andre beboere man ser som større utfordring å ha i gruppe.

Engasjement, motiverende holdning og evne til å formidle informasjon om gruppa vil ha stor betydning for rekrutteringa. Her kan andre ansatte på mottaket også være til hjelp ved å formidle positive holdninger til gruppa og snakke med beboerne om den. Deltagelse kan presenteres som en fin mulighet for læring og samtale med andre beboere om viktige livstema.

I prosjektperioden orienterte mange mottak beboerne om gruppa ved informasjonsprogrammet. Deretter ble beboerne forespurt i grupper eller individuelt. Hva som fungerer best ovenfor hvilke beboere er det mottaksansatte som har best kjennskap til. Hvis man ikke informerer via informasjonsprogram eller andre fellesaktiviteter kan beboerne inviteres til en informasjonssamtale med tolk. Invitasjon fra mottaksleder har også gitt legitimitet til gruppene, enten ved at mottaksleder informerer og inviterer, deltar i første og siste møte – eller at mottaksleder selv er med og leder dialoggruppe.

I prosjektperioden ble noen beboere stresset av å bli spurt om gruppedeltagelse da de følte seg utvalgt. Mange løste dette ved å forklare at alle mottak i hele landet gjennomfører dialoggrupper og at de som blir spurt er heldige som får lov å delta. Synliggjøring av vold i Norge og informasjon om andre forebyggende tiltak Staten har er også en innfallsvinkel. Noen informerte om jevnbyrdigheten i gruppene; her skal gruppeledere og deltagerne være «likemenn» som snakker sammen om ulike tema. I rekrutteringa viste mange også til det skriftlige deltagerbeviset og til nytteverdien av å delta; å lære om livet i Norge, det norske samfunnet, lære noe om seg selv og hvordan håndtere eget liv, at det er sosialt å delta, en mulighet for å bli bedre kjent med andre beboere.

Noen mottak har arrangert aktiviteter i forbindelse med noen av møtene, eksempelvis ved første og siste møte. Hvordan man løser dette er opp til det enkelte mottak, men dette vil da selvfølgelig kreve mer tid og ressurser av det enkelte mottak. Noen laget mat hver gang, andre spiste matpakke i pausen.

Samarbeid mellom mottak kan gjøre arbeidet mer interessant, og de som prøvde dette i prosjektperioden var meget fornøyde. For mottak som ligger nært hverandre er det en mulighet å være en gruppeleder fra hvert mottak og sette sammen gruppe med beboere fra begge mottak.

4.4 Sammensetning av deltagere og gruppestørrelse

Gruppa settes sammen ut ifra språk, nasjonalitet og tilgang på tolketjeneste. Det er mulig å gjennomføre på engelsk hvis språkferdighetene er gode hos både ansatte og beboere. Mottak som i prosjektperioden holdt gruppe på engelsk med tverrkulturell sammensetning ga meget positive tilbakemeldinger på dette. Dette har vært grupper hvor beboerne har gode engelskferdigheter. Gruppelederne beskrev her at beboerne snakker engelsk omtrent på nivå med gruppelederne – eller bedre. Beboerne selv har uttrykt at det har vært verdifullt å være samlet fra ulike nasjonaliteter. For å gjennomføre på engelsk skal deltagerne være meget dyktige i engelsk. Det er ikke greit at beboere oversetter for hverandre, eller at det går mye tid til å forklare ulike begrep.

Sammensetningen kan videre gjøres på bakgrunn av alder. Her kan det være positivt med stor variasjon, samtidig som det er fint å ha gruppedeltagere på samme alder. Ved stor aldersvariasjon er det viktig å være obs på om det dannes et hierarki hvor de eldste ofte tar ordet og at deres meninger tillegges mer vekt.

Tidlig rekruttering av deltagere som har en sentral rolle i beboergruppa er en strategi som har fungert på mange mottak. Denne personen kan oppleve det verdifullt å bli spurt, og beboerne kan anse det som respektabelt at de med «status» blir spurt først. Samtidig kan noen gruppeledere oppleve dette som manipulasjon eller forskjellsbehandling i ei gruppe hvor alle bør behandles likt - beboerne derimot kan oppleve dette som at du tilpasser deg mer hierarkisk orienterte mennesker.

Er det mange beboere å velge mellom kan gruppa settes sammen ut ifra oppholdsstatus. Gruppene er utformet for alle beboere i mottak, og de som deltok i prosjektperioden ga positive tilbakemeldinger uavhengig av oppholdsstatus. Det som derimot var en utfordring for et mottak var uttransportering av deltagere i gruppa midt i gruppeforløpet. Hvis dette skjer kan det bli en utfordring å gjennomføre etter malen da gruppa sannsynligvis får et behov for å snakke om dette. Uansett kan gruppa være et fint samlingspunkt for deltagerne. Avslag på asylsøknad skal ikke gjøre at beboere ekskluderes fra å delta, men hvis det skjer at en beboer blir uttransportert kan det være greit å senke forventningene til temainnhold i det følgende møtet.

Den ideelle gruppestørrelsen er 5–10 deltagere. Dette antallet er ideelt for refleksjon mellom deltagerne og nok tid til at hver enkelt gir tilbakemelding på oppgavene. Dialoggruppa bør ikke startes opp med færre enn 6 deltagere eller flere enn 10. Det øvre antallet er 10 ut ifra at det da blir totalt 13 i rommet med gruppeledere og tolk.

For å ta høyde for frafall bør det helst være flere enn 5 ved oppstart. Frafall var ikke en stor utfordring i prosjektperioden, men ved frafall er det opp til gruppelederne å vurdere hvorvidt gruppa skal fullføres. Dette er det ingen fasit på da det avhenger av hvor mange møter som er igjen, hvor mange som har falt fra og hvorvidt deltagerne som er igjen viser engasjement og motivasjon for å fullføre. Ut ifra ressurs hensyn er det ikke greit å fullføre hvis det halvveis er kun 2 deltagere igjen. Hvis det derimot er kun 2 deltagere på det siste møtet er det fint om det fullføres med engasjement fra gruppeleders side – her må hver enkelt gruppelederpar bruke skjønn.

4.5 Hvem bør ikke delta

Hvis en beboer har utøvd alvorlig vold og oppført seg truende mot andre beboere i mottaket må gruppedeltagelse vurderes grundig. Dette fordi andre gruppedeltagere kan oppleve utrygghet om vedkommende er med i gruppa. På samme tid kan også beboere oppleve det betryggende og viktig at vedkommende er med i gruppa.

Beboere i konflikt bør ikke være i samme dialoggruppe hvis konflikten ikke er avklart. Det vil forstyrre den enkelte beboeres egenrefleksjon og utbytte av opplegget om en vedvarende konflikt krever oppmerksomhet i gruppa. Dette kan noen ganger være en vanskelig vurdering; hva er en stor konflikt? Gruppelederne må gjøre en vurdering i hvert enkelt tilfelle. Hvis gruppelederen tror at to personer ikke vil fungere sammen fordi de enten er for sinte eller for redde hverandre, så bør ikke disse delta i samme gruppe. Her er det en mulighet å spørre den enkelte beboer direkte. Ved utvelgelse må det vurderes i hvor stor grad status på asylsøknad vil virke inn på motivasjon og læringsutbytte. Hvis en beboer har andre ting som krever mye oppmerksomhet i hverdagen vil det virke inn på mental tilstedeværelse i gruppa og også utbytte av opplegget.

Beboere som har store vansker med rusmisbruk eller alvorlige psykiske vansker bør ikke inkluderes i gruppe. Det vil være en større utfordring for disse beboerne å fungere godt i og dra nytte av et gruppeopplegg med stort fokus på egendeltagelse. Her anbefales andre typer oppfølging.

4.6 Beboere i nært slektskap

Beboere i nært slektskap til hverandre kan skape utfordringer hvis de går i samme gruppe. Eksempler kan være to brødre eller far og sønn under temabolken «Vold mot barn» eller «vold mot kvinner». Formålet med gruppa er holdningsskapende arbeid, og for beboere i slektskap kan fokuset plutselig skifte til bearbeiding av tidligere erfaring. Dette kan bli for krevende for de aktuelle beboerne. Det kan også forstyrre prosessen for de andre deltagerne.

Dette kan forebygges ved å unngå å plassere nære familiemedlemmer i samme gruppe. Samtidig kan det være at beboere det gjelder får et større utbytte og en annen læringsprosess av å høre en av sine nærmeste snakke om temaene. Dette må gruppelederne tenke gjennom før gruppa starter opp og drøfte med mottaksansatte som kjenner beboerne best.

4.7 Felles informasjon eller individuelle informasjonssamtaler

Hovedhensikten med informasjonen er å skape motivasjon og engasjement for deltagelse. Gruppeledernes eget engasjement og motivasjon for å gå i gang må da skinne tydelig gjennom. Motivasjon skapes også gjennom trygghet og forutsigbarhet, slik at informasjon om struktur og innhold er viktig å ha med. Informasjonen vil også bidra til at beboerne er forberedt på tema. For mottak som gjennomfører individuelle informasjonssamtaler anbefales det å sette av en hel dag med tolk hvor samtalen gjennomføres fortløpende.

Informasjonen skal inneholde:

- Tid og sted for møtene, kort om tema og bakgrunn for at dialoggruppa gjennomføres. Vektlegg at de kan lære ting som vil være nyttige i hverdagen, mestring av eget liv og det forebyggende fokuset i problemløsning.
- Forklar at flest mulig beboere i landets mottak skal få anledning til å delta i dialoggruppe, og at denne gang var det denne beboerens mulighet.
- Forbered beboeren på at alle vil bli bedt om å presentere seg på velkomstmøtet

Hvis gruppelederne vurderer at en beboer ikke vil passe inn er det viktig å formidle dette personlig til beboeren så raskt som mulig. Vær tydelig med å begrunne hva som ligger bak slik at beboeren får en forståelse av vurderingene som er gjort. Beboere som ikke ønsker å delta etter å ha mottatt informasjon kan ikke pålegges å delta.

4.8 Utstyr og tilrettelegging for gruppemøte

1. Ha ferdigskrevne plansjer klare
Disse kan lages før oppstart eller med tolken i forkant av hvert møte
2. Ha klart flip-over, tusjer, oppgaveark, tape.
2. Sett stoler i en sirkel.
3. Gjør klart te, kaffe, brus, vann, evt. frukt, nøtter og kjeks til pausen.

Vær til stede for å ta imot deltagerne i god tid før gruppa begynner. Ha en myk start der alle kan hilse på hverandre, og ta en kopp kaffe eller te mens beboerne ankommer. Ved å servere kaffe og te når deltagerne kommer og ha pauser legges det til rette for en positiv opplevelse av gruppedeltagelsen.

4.9 Bruk av tolk

Det viktigste ved valg av tolk er å sikre at den samme tolken kan følge gruppa gjennom alle møtene. Å velge ut beboere til gruppe kan gjøres ut ifra tilgang på en dyktig tolk mottaket har erfaring med. Både de som ledet gruppe med oppmøtetolk og de som hadde telefontolk ga gode tilbakemeldinger i prosjektperioden. Mottak som gjennomførte med oppmøtetolk i prosjektperioden har generelt vært av den oppfatning av at gjennomføring bør være med oppmøtetolk. Men mange mottaksansatte er godt vant med telefontolk og opplever at det fungerer bedre da tolken blir en mindre del av samtalen. Det er selvfølgelig nødvendig med fungerende kommunikasjonsutstyr. Dårlige erfaringer med telefontolk handler ofte om at tolken ikke var dyktig til å tolke for en gruppe, eller at kvaliteten på kommunikasjonsutstyret ikke var bra nok.

Tolken kan få kopi av temamøtene i denne veilederen pluss oversettelsen av sentrale begrep (vedlegg) slik at det er mulig å forberede seg. Spesielt viktig er det at tolken forbereder oversettelse av begrep som det ikke finnes gode ord for på målspråket. Det tar tid å oversette, men det er uansett ikke et alternativ at tolken skal lese opp uten at gruppelederne presenterer muntlig på norsk først. De pausene som oppstår når tolken ikke oversetter gir gruppedeltagerne tid til å fordøye det som er sagt.

Beboerne kan reagere om tolken er en kvinne, men dette trenger ikke å være et problem. Ta dette opp med gruppa. Etter første møte er det fint å spørre beboerne etter at tolken har gått om tolkingen fungerte greit.

Oppgavene på det første møtet krever at tolk er med og skriver. Gjennomføres gruppa med telefontolk vil oppgavene måtte gjennomføres muntlig. Hvis tolken har lang reisevei kan man hvis mulig ha oppmøtetolk den første gangen og deretter gå over til telefontolking.

Ved oppmøtetolk plasseres tolken ved siden av gruppelederne slik at det opprettholdes en viss form for kroppsspråk mellom gruppelederne og beboerne når de ser på tolken. I arbeid med tolk er det viktig å være bevisst eget kroppsspråk som gruppeleder. Dette innebærer å formidle en positiv holdning med smil, anerkjennende nikk og et åpent kroppsspråk (eksempel: armene i kors kan oppfattes som en lukket kroppsholdning). Gruppeledere anbefales å gi hverandre feedback på dette området i etterkant av møtene.

I tilfeller hvor gruppelederne må avbryte deltagerne og regulere diskusjonen er det viktig å være bevisst på hvordan dette gjøres ved hjelp av tolk. Å si fra på en god måte symboliserer respektfull kommunikasjon. Gjør dette forutsigbart for beboerne på velkomstmøtet ved å gå gjennom hvordan gruppelederne kan bryte av da kroppsspråk kan oppfattes støtende om det ikke er avklart på forhånd.

Før oppstarten av dialoggruppemøtene bør tolken få informasjon om «Håndtering av post-traumatiske reaksjoner i gruppemøte» i kapittel 5. Ingen mottak fikk behov for dette kapittelet i løpet av prosjektperioden.

Ved gjennomføring av dialoggrupper skal det ikke benyttes beboere til å tolke eller språkassistenter. Dette handler om kvalitet på tolketjenesten, og også at tolkeutdanningen innebærer kunnskap om samfunnsmessige forhold.

5 PROBLEMLØSNING

5.1 Regulering av dialogen

Ved å være strukturert på de tre delene i hvert gruppemøte blir det enklere for beboerne å fokusere på tema, og dialogen skal ikke settes i gang før etter oppgaven. Med denne strukturen er det enklere for deltagerne å forstå at det ikke er meningen å dele detaljerte historier. Det kan være beboere som er utfordrende å regulere ved at de snakker mye, tar mye plass med måten de er på eller at de forteller veldig detaljert. Det kan være fint å få dele lengre historier og for gruppa å lytte, men hvis det blir gjentakende at den samme deltageren tar mye plass ved hvert tema bør gruppelederne være obs slik at andre også slipper til.

De gangene beboerne deler historier hvor de går i detalj på belastende erfaringer er det ekstra vanskelig å stoppe den som forteller. Det er ytterst sjelden at mennesker tar skade av å dele vanskelige erfaringer med andre når de selv styrer hvor mye de deler - heller tvert imot kan vi føle oss bedre av å bli lyttet til. Utfordringer er igjen hvordan stoppe en beboer som forteller en lengre historie siden målet er å ha dialog i gruppa.

Ved å regulere dialogen vil gruppelederne legge til rette for en god gruppeprosess. Det er da viktig at gruppelederne ikke går i diskusjon med beboere som tar mye plass i gruppa, men at fokuset bli på å fremme dialog. Gi positiv feedback, stopp deltageren etter at han har sagt noe, og gi deretter ordet til andre i gruppa. I prosjektperioden hendte det kun en gang at et mottak synes det var vanskelig å regulere en utfordrende og noe fiendtlig innstilt beboer. Gruppelederne selv opplevde at de mestret det fint og det løste seg etter et par møter.

5.2 Maktkamp

Ved maktkamp bør diskusjonen avbrytes for å unngå at det blir ubehagelig å være i gruppa – i prosjektperioden har ingen mottak rapportert om dette. Maktkamp kan skje mellom gruppedeltagere, mellom gruppedeltager og gruppeleder, eller mellom gruppelederne. I alle tilfellene anbefales det å drøfte problemstillinger i etterkant av et gruppemøte. Vær oppmerksom på at beboere fra hierarkiske kulturer også kan oppleve en viss form for hierarki som trygt.

- Maktkamp mellom deltagere vil alltid være ødeleggende for prosessen. Hvis dette skjer må gruppelederne sette en stopper for samtaler som kan oppleves ubehagelig for en eller flere av gruppedeltagerne.
- Maktkamp mellom gruppedeltager og gruppeleder må stoppes av den andre gruppelederen. Den andre gruppelederen må her ta ansvar og stoppe maktkampen som kommer til uttrykk. Hvis man opplever dette i et møte kan det være greit å forberede seg i forkant av neste gruppe møte.
- Maktkamp som oppstår mellom to gruppeledere har begge gruppelederne ansvar for å bryte av. Hvis dette oppstår bør det drøftes i etterkant av møtet.

5.3 Oppfølging av beboere med særskilte behov

Hos mennesker som strever med angst, depresjon eller PTSD kan sinne, irritabilitet, aggresjon og vold være en del av sykdomsbildet. Tema i gruppa kan være nok til at enkelte beboere får tatt tak i egne vansker, mens for andre beboere kan deltagelse i dialoggruppe bli en for stor utfordring. Fokus på traumer og vold kan aktivere egne erfaringer slik at vanskene forverres og personen trenger profesjonell behandling gjennom helsetjenesten. Skulle dette skje anbefales det å drøfte med nærliggende helsetjeneste. Dette vil for de fleste mottak være helsetjenesten i den kommunen mottaket ligger i. Vurderes det henvisning til Spesialisthelsetjenesten vil det kommunale hjelpeapparatet kunne bistå med innspill på hvordan dette gjøres. Kommunene har ansvar for å sørge for gode og forsvarlige helsetjenester til alle som trenger det, men hvordan dette er utformet varierer fra kommune til kommune.

Ved fravær hvor gruppelederne mistenker at det kan handle om psykiske vansker er det ansvarsfullt og ivaretagende å ta det opp direkte med beboeren. Det samme gjelder om gruppelederne underveis får mistanke om at en beboer får økt belastning av å delta i gruppa. Beboere som har større eller andre behov for oppfølging enn gruppedeltagelse kan uansett ha utbytte av å delta. Virker en beboer å streve med å delta i gruppa kan man som gruppeleder avklare individuelt med den enkelte beboeren om han ønsker å fortsette. Et eksempel er symptom på PTSD. Dette er ingen hindring for deltagelse - men mange og hyppige symptom kan gjøre det vanskelig å fungere i gruppe.

5.4 Post-traumatiske reaksjoner i gruppemøte

Alle mennesker som opplever alvorlige hendelser vil reagere på en eller annen måte. Den vanligste responsen på høy belastning er gradvis tilpasning og tilbakevending til godt funksjonsnivå. Studier har også vist at på lang sikt rapporterer mange om personlig vekst og økt livskvalitet. Det er viktig å ha med seg at å formidle forventninger om store funksjonstap kan skape selvpoppfyllende profetier.

De fleste asylsøkere har vært gjennom mange store påkjenninger som gjør at de har større risiko for å utvikle psykiske lidelser på lengre sikt (for litteratur, se linker under temamøte 3). Det er et symptom gruppelederne bør være oppmerksom på hvis en gruppedeltager viser tegn til det; ukontrollert gjenopplevelse av traumatiske minner, såkalte «flashbacks». Dette er et av flere kjennetegn ved posttraumatisk stresslidelse, PTSD. En slik ukontrollert gjenopplevelse kan utløses når vedkommende forteller detaljert om vonde minner. For personen selv kan de kroppslige reaksjonene og frykten oppleves like overveldende som den gangen traumet skjedde. Dette kan komme til uttrykk som irritabilitet, oppfarehet og aggresjon. Andre ganger kan vedkommende virke fjern; dette kan være et tegn på det som kalles dissosiasjon. Konsentrasjonsvansker er også vanlig da mye energi brukes på å bevare kontrollen over seg selv. Eksempelvis vil de som lider av PTSD med ukontrollerte flashbacks som oftest unngå tema og situasjoner som ligner de traumatiske minnene. Beboere som strever med dette vil muligens takke nei til deltagelse.

Fokus i gruppa ligger på samtale om tema og ikke på beboernes traumatiske erfaringer. Hvis det skjer at en deltager viser tegn til re-traumatisering må en av gruppelederne håndtere dette. Deltageren kan støttes av relativt enkle grep som gjør at fokus kommer tilbake til her-og-nå. En oppfordring om å kjenne etter at man har føttene på bakken eller at man sitter nede gjør at fokus skifter. En annen oppfordring kan være å se på og telle ting i rommet. Slike teknikker kalles for «grounding». Fokus på å puste roligere og kjenne egen pust, eller kjenne på egen kropp kan roe ned en urolig kropp. Generelt er det viktig å puste rolig og trekke inn luft ved hjelp av magemuskulene.

Poenget er å roe ned en urolig kropp og hjelpe vedkommende til å skifte fokus fra det farlige som skjedde til den trygge situasjonen her og nå.

Dette er mer utfordrende å få til uten oppmøtetolk – samtidig som mye språk kan gi økt forvirring hos beboeren. Uten oppmøtetolk forsøker gruppeleder med kroppsspråk og rolig fremtoning å få beboerens oppmerksomhet tilbake i rommet. Gruppelederen bør sette seg ned på huk ved siden av beboeren og forsøke å få oppmerksomheten; søk først øyekontakt og pust dypt samtidig som man peker på sin egen munn og mave.

I prosjektperioden ble det ikke fanget opp tegn hos deltagerne på posttraumatiske reaksjoner under møtene. Flere beboere ga derimot tilbakemelding på at det hadde vært viktig å snakke for å forstå seg selv og andre rundt seg.

5.5 Meldeplikt til Barneverntjenesten

Under gruppemøtene kan det komme frem opplysninger som gjør at gruppelederne plikter å melde til Barneverntjenesten. Her henvises til informasjon som ligger på www.udiregelverk.no «Krav til arbeid med barn og unge i statlige mottak» punkt nummer 8.8. Varslingsplikt til barneverntjenesten. Det ligger også en mal for bekymringsmelding til Barneverntjenesten på denne websiden.

Ved mistanke om vold eller overgrep skal ikke vedkommende forelder informeres om bekymringsmeldingen. Hvordan beboeren skal informeres blir det da opp til Barneverntjenesten å vurdere. Ved andre former for omsorgssvikt vil det være en vurderingssak hvorvidt man tar opp bekymringen med vedkommende beboer. Gruppelederne anbefales å drøfte bekymringer med hverandre, med andre ansatte på mottaket og i veiledning. Det er også mulig å ta kontakt med Barneverntjenestens mottakstelefon i kommunen for å drøfte anonymt. Meldeplikt er et personlig ansvar hvilket betyr at det skal ikke være til hinder om leder eller kolleger er uenige i bekymringen - men det er selvfølgelig en fordel å ha støtte i hverandre.

5.6 Opplysningsplikt til Politiet (Avvergeplikten)

Alle i samfunnet har avvergingsplikt, en plikt til å anmelde eller på annen måte avverge visse alvorlige straffbare handlinger nærmere angitt i Straffelovens §139. Bestemmelsen omfatter blant annet handlinger mot grunnleggende nasjonale interesser, drap, seksuelle overgrep og grov legemsbeskadigelse.

Avvergingsplikten inntreffer når man holder det for sikkert eller mest sannsynlig at en aktuell straffbar handling vil bli begått eller pågår. Det er ikke tilstrekkelig at en person er ustabil og tidligere har vært innblandet i voldshandlinger, og det er ingen avvergingsplikt i forhold til forbrytelser som allerede er begått. Når avvergingsplikten inntreffer opphever den en eventuell taushetsplikt. Det er også straffbart å medvirke til brudd på avvergingsplikten, for eksempel ved å overtale noen til ikke å melde fra til politiet.

Mottakene bør ta kontakt med UDIs regionkontor dersom det oppstår situasjoner hvor det er tvil om avvergingsplikten. Hvis situasjoner oppstår utenfor ordinær arbeidstid er et av Politiets oppgaver å gjøre en sikkerhetsvurdering, og det er mulig å drøfte anonymt med Politiet. Hvis en melder fra en gang og den straffbare handlingen fortsetter er det plikt til å melde fra igjen.

5.7 Vold knyttet til gjenopprettelse av ære

I Europa er ære og skam motparter, mens i æresrelaterte kulturer er ikke skam et sterkt nok begrep. Her er ære og vanære motparter, og språket gjør at ulike begrep oversettes til det samme ordet. Et eksempel er tyrkisk, kurdisk og persisk som skiller på to typer ære; namus og sharaf. Namus er medfødt og er en enten-eller ære som må bevares. Namus er knyttet til kvinners seksualitet, og hvis den går tapt vanæres familien. Hvis man mister Namus kan den gjenopprettes. Sharaf kan opparbeides i grader og går på rang, anseelse eller prestisje. Denne graderte æren betyr lite hvis ikke Namus er på plass da livet og familiens kollektive ære senterer rundt denne. Med dagens digitale media går det langt raskere å miste æren enn tidligere da æren brister raskere i offentlighetens lys. Gjenopprettelse av ære ved æresrelatert vold begås av familien eller storfamilien mot et individ som har vanæret familien. Denne volden legitimeres ofte og voldsutøveren får ros for å ha gjenopprettet familiens ære.

Dette er en kortfattet beskrivelse av et meget omfattende tema. Vold knyttet til beskyttelse eller gjenopprettelse av ære krever andre tiltak enn annen vold i nære relasjoner på grunn av den kollektive dimensjonen. Ved mistanke om æresrelatert vold i mottaksarbeid anbefales det å henvende seg til UDIs regionkontor for å drøfte. På IMDIs hjemmesider finnes informasjon og kontaktinfo til kompetanseteam under tema «Tvangsekteskap».

6 GRUPPEMØTENE

6.1 Møtenes oppbygning

Metoden er bygd opp over seks møter som inneholder to tema hver. Et tema har en bestemt fremgangsmåte på tre trinn: kunnskapsformidling, oppgave og refleksjon. I tillegg skal det være en kort innledning og avslutning hver gang dere møtes for å innhente feedback fra beboerne, skape struktur og forutsigbarhet. Hensikten med tema er kun ment som informasjon til gruppelederne. Ting som må forberedes før et gruppemøte er merket med stjerne. ★

Åpningsspørsmål: Bortsett fra på det første møtet åpner man med å ønske velkommen og høre om deltagerne har lyst til å si noe om hva de husker fra sist gang. Eventuelle svar her berøres kort, og innspill skal ikke brukes til å starte dialog om forrige tema. Åpningsspørsmålet er en fin mulighet til å fange opp om deltagerne har egne tema det hadde vært greit å bringe inn i senere dialog.

Kunnskapsformidling: Målet med denne delen er å rette tankene mot et spesifikt tema, dele kunnskap og gi gruppedeltagerne et felles begrepssett.

Oppgave: Etter kunnskapsformidlingen skal gruppedeltagerne koble tema til egne erfaringer, tanker, følelser og holdninger. Oppgavene er ment å sette i gang tankeprosesser og refleksjon. De er enkle i form, men samtidig kan de være følelsesmessig utfordrende. I prosjektperioden prøvde enkelte mottak med penn og papir under oppgavene. De opplevde da å få mer konkrete og fylldige svar fra beboerne. Hvis gruppeledere ønsker å bruke penn og papir må det først vurderes om alle deltagerne har skriftlige ferdigheter som gjør at det vil fungere godt.

Refleksjon: Å sette ord på og dele er en viktig måte å skape refleksjon på - spesielt ved tabutema som ellers kan bli underkommunisert. I refleksjonen vil deltagerne høre hvordan andre har løst oppgavene. Et mål er at hver gruppedeltager skal bli sett og hørt. I refleksjonen oppstår muligheter for å se nye moment og forsterke læringen omkring et tema.

Ved mange av temaene vil det være en flytende overgang mellom deling av oppgaven og refleksjonsdelen. I dialogen vil det også hende at beboerne kommer inn på nærliggende tema – eller andre tema. Når det er riktig å avbryte er utfordrende da tema som kommer opp ofte er interessante.

Kunnskapsformidling og individuelt arbeid med oppgaven skal gjennomføres før dialogen settes i gang. Da forebygges hyppige temabytter siden kunnskapsdelen og oppgaven gir et rammeverk før dialogen settes i gang. Tidsbruken pr del vil variere fra tema til tema, men hovedsakelig skal mesteparten av tiden brukes til dialog i gruppa.

Ved avslutning skal ikke gruppelederne oppsummere dialogen da dette kan forme hva beboerne tar med seg videre.

6.2 De 6 møtene

1. VELKOMMEN & HVA ER VOLD

Hensikt

Hensikten med første del er å skape forutsigbarhet og gjøre gruppedeltagerne trygge på hverandre. Beboerne skal forberedes på at hovedfokus i gruppa er dialog, og hva som er gruppeleders rolle. Deltagerne skal utforme noen enkle grupperegler som beskriver hvordan de ønsker at gruppemøtene og dialogen skal foregå.

Etter pausen er hensikten å få en tydeliggjøring og bevisstgjøring på hva som er vold. Videre er hensikten at gruppa får et felles begrepssett, og at forståelsen av vold utvides til å gjelde mer enn fysisk vold.

Kunnskapsformidling

Velkommen alle sammen. Vi synes det er flott at dere ville komme og har gledet oss til å møte denne gruppa. Samtidig er vi veldig spente, men det regner vi med at dere også er. Vi håper dette blir lærerike møter, og vi skal begynne med å fortelle litt om bakgrunnen for at vi skal møtes.

I Norge gjør Staten mye for at det skal bli mindre vold i samfunnet. Vold er et problem i det norske samfunnet. Derfor settes det i gang mange ulike aktiviteter for å redusere vold. Å snakke om vold er en lærerik og spennende måte Staten gjør dette på. Dette skjer både på helsestasjonen og på skolen, og på samme måte som her gjennomføres slike grupper på mottak i hele landet. Sammen skal vi snakke om hvordan noen situasjoner og opplevelser kan knyttes til vold. Vi skal bruke mye tid på å snakke om gode måter å takle utfordringer på. I tillegg vil tema i gruppa gjøre at vi kan forstå oss selv bedre, og det kan også gjøre at vi forstår andre mennesker bedre.

Hver gang vi møtes vil vi begynne med å spørre hva dere sitter igjen med fra sist gang. Dette vil sikkert være forskjellig for hver enkelt. Om noen vil si hva dere husker godt fra sist gang, eller om dere har tenkt på noe av det gjennom uka er det fint. Deretter vil vi gå over til dagens tema. Det blir to tema hver gang vi møtes. Vi vil nå lese opp tittelen på alle tema slik at dere får oversikten over hva vi skal gjennom:

- Hva er vold
- Vold avler vold & avmakt
- Posttraumatisk vekst og PTSD & Norske lover og verdier
- Vold mot barn & Trygge barn
- Vold mot kvinner & Sinne, aggresjon og vold
- Å forhindre vold

Hvert tema starter med en kunnskapsdel vi holder og en oppgave dere skal gjøre. Deretter snakker vi om hva hver enkelt har tenkt på oppgaven før vi snakker sammen mer om dagens tema. Vi skal forsøke å få til mest mulig samtale mellom dere som er deltagere. Dette betyr at vi som gruppeledere vil stille noen spørsmål til dere i gruppa om hva dere mener om forskjellige ting. Vi avslutter hver gang med å spørre hva dere synes var spesielt interessant av det vi snakket om.

Oppgave Presentasjonsrunde

Nå skal vi ta en presentasjonsrunde slik at vi blir bedre kjent med hverandre. Det er fint om dere kan si fornavnet deres, hvor dere kommer fra og familiesituasjon. I tillegg er det gøy om dere kan finne på en liten «fun fact» om dere selv; en morsom eller interessant detalj. Vi som er gruppeledere skal begynne med å si litt om oss selv.

Dersom deltagerne sier lite er det fint om gruppelederne hjelper til med enkle og konkrete spørsmål om bakgrunn og familiesituasjon. Dersom noen snakker alt for lenge eller om helt andre ting må gruppelederne avbryte på en respektfull måte.

Refleksjon Grupperegler

Før vi setter i gang med samtaler om forskjellige tema er det viktig at vi snakker sammen om hvordan vi kan få til gode samtaler. Hva er viktig for at dere skal kjenne at det er trygt å snakke her?

Hvilke regler skal vi ha for at dere skal synes det er bra å være i denne gruppa?

Hvordan skal vi få til gode samtaler sammen?

Skal vi rekke opp hånda?

Hva skal vi gjøre hvis noen av dere snakker veldig mye, eller hvis noen ikke sier noe?

Hvor mye av det som diskuteres er det greit å dele med andre som ikke deltar?

Trekk ut stikkord fra det tolken sier og skriv ned på flip-over. La det være plass til at tolken kan oversette under hvert ord, og gi tolken en annen farge. Har man ikke oppmøtetolk gjøres oppgaven muntlig hvor en gruppeleder noterer ned stikkord. Husk i så fall på disse stikkordene til senere møter slik at de kan gjentas.

Det kan være greit å spørre hva gruppelederne bør gjøre hvis det er behov for å avbryte en deltager. Her kan man gjøre seg noen tanker på forhånd, men det kan også være at beboerne har noen formeningene om dette.

Det er best hvis beboerne får lage gruppereglene mest mulig selv, styr derfor minimalt i denne prosessen. Dette bidrar til å sveise sammen gruppa, og det medfører større grad av selvjustis innad i gruppa når gruppediskusjonene kommer i gang.

Flott, takk for mange gode innspill!

Før vi tar en pause på 15 minutter skal vi raskt gå gjennom reglene dere ønsker å ha i gruppa (Oppsummer).

PAUSE

HVA ER VOLD

Kunnskapsformidling

Nå skal vi snakke om definisjonen på vold som brukes i Norge. Den er som følger

«Vold er alle handlinger som skremmer, skader, smerter eller krenker, og som gjennom dette søker å påvirke eller styre andre».

Vold omfatter fysiske handlinger, trusler, nedsettende bemerkninger, ødeleggelse av ting og å tvinge en annen person til seksuell omgang når den andre ikke ønsker dette. Vi deler volden inn i fem undertyper:

Fysisk vold
Psykisk vold
Materiell vold
Seksualisert vold
Latent vold



Før møtet skrives definisjonen på vold og former for vold opp på to flip-over sammen med tolken (bruk ulike farger på språkene). Vis til disse mens dere presenterer. Gi muntlige eksempler på ulike former for vold når under-typene presenteres.

- Fysisk vold:** er det mange tenker på når de hører ordet vold. Dette er for eksempel å holde, dytte, klype, lugge, slå, sparke eller bruke våpen mot noen.
- Psykisk vold:** er å styre eller kontrollere andre ved å true, si stygge ord, krenke, avvise eller overse noen. Eksempler på dette er å kalle noen stygg eller dum, true med å skade noen, eller overse en nær person som trenger hjelp.
- Materiell vold:** er å skremme eller styre andre ved å bruke fysisk makt mot ting, eksempel ved å slå i bordet, slå døra hardt igjen, ødelegge gjenstander eller kaste ting.
- Seksualisert vold:** er å krenke en annen person på en seksuell måte, presse noen til seksuell omgang, voldta eller seksuelt torturere noen.
- Latent vold:** er når man blir styrt av frykt for å bli utsatt for vold igjen. Når man tidligere har vært utsatt for det kan alt man gjør handle om å unngå at vold skjer igjen. For eksempel vil et barn som blir slått oppføre seg annerledes for å slippe mer vold, eller når styresmakt i et land henretter noen kan det gjøre at menneskene hele tiden er forsiktige for å slippe vold.

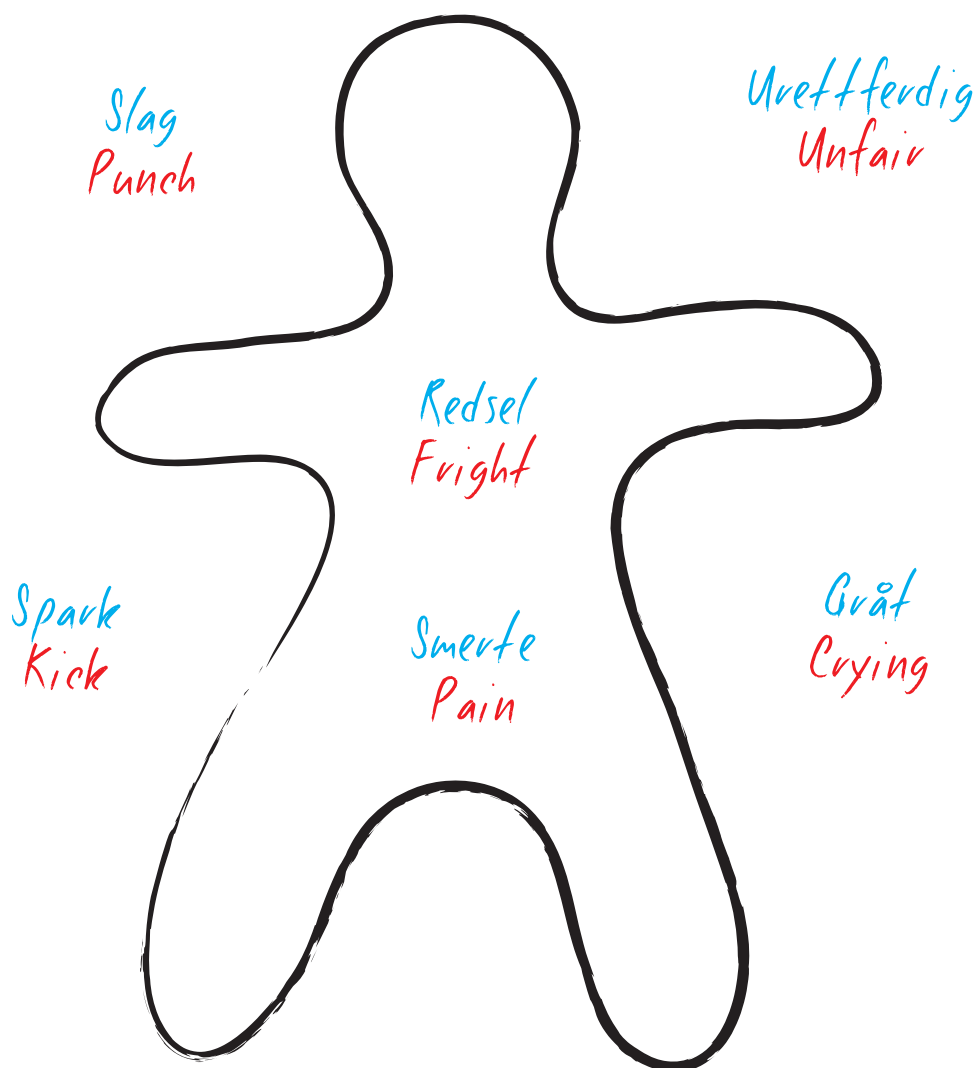
Oppgave

Nå har vi vært gjennom mye bakgrunnskunnskap om vold. I oppgaven vi skal gjøre ønsker vi å høre hva dere tenker når dere hører ordet vold.

Gi følgende oppgave muntlig og gi deltagerne to-tre minutter på å tenke:

Hvilke ord tenker du på når du hører vold?
Hvilke følelser vekker det hos deg?

Tegn en seigmann på flip-over mens deltagerne tenker. Be de si hva de har tenkt på etter to minutt. Skriv opp stikkord deltagerne sier på norsk. Tolken skriver oversettelse med en annen farge under. Gjøres oppgaven uten oppmøtetolk må kreativiteten tas i bruk ved illustrerende figurer. Dette kan være en hånd ved slag, en fot ved spark og tegning av ulike ansiktsuttrykk. Enkelte ord som ikke er mulige å tegne på en enkel måte kan da utelates på tegningen.



Refleksjon

Nå som vi har gått gjennom definisjonen, de forskjellige typene vold og oppgaven:

Hva synes dere om å tenke på vold på denne måten?

Får dere noen nye tanker om egne erfaringer knyttet til vold?

Før vi avslutter hadde det vært fint å høre om noe av det som ble sagt i gruppa i dag var spesielt interessant?

Spør beboerne etter at tolken har gått om tolkingen fungerte godt nok.

Videre lesning:

Bok: «Meningen med volden» av Per Isdal

Nettside: www.ung.no/vold

Rapport: «Vold i parforhold – ulike perspektiver»
www.nibr.no/filer/2005-3.pdf

2. VOLD AVLER VOLD & AVMAKT

Hensikt

Hensikten med dette temaet er at gruppa skal reflektere rundt at vold kan føre til mer vold. Etter pausen skal beboernes erfaringer med avmakt tas på alvor. Videre vil opplevelser av avmakt settes i sammenheng med egne reaksjoner og handlingsmåter. Det er et mål å forebygge avmakt ved å fokusere på små tiltak i hverdagen.

Takk for sist og velkommen tilbake i gruppa!

Temaene i dag er vold avler vold og avmakt.

Men først, er det noen som har lyst til å si noe om hva dere husker fra sist gang?

Kunnskapsformidling

I dag skal vi snakke om hvordan de som blir utsatt for vold er i større risiko for selv å bruke vold, enten tilbake eller mot noen andre. Forskning viser at flertallet av de som utøver vold har vært utsatt for vold selv. Det er absolutt ikke tilfelle at alle mennesker som blir utsatt for vold senere blir voldelige selv. Noen som blir utsatt for vold tenker nøye gjennom at de aldri skal utsette andre for vold fordi de selv husker hvor vondt det var. Nå skal vi se på hva som kan skje de gangene vold fører til mer vold.



Heng opp arkene fra sist gang med definisjon av vold og undertyper. Før møtet skrives følgende opp på flip-over sammen med tolken (bruk ulike farger på språkene). Vis til denne mens dere presenterer.

Vold fører til vold enten **direkte** eller **indirekte**.

DIREKTE

Slå tilbake

Blodhevn

Krig

Boksekamp

Familievold

INDIREKTE

Slå noen andre

Hevn mot andre

Vold mot sivile

Den tapende bokser slår sin kone

Barn som selv kan bli voldelige

Vold kan føre til vold direkte ved at en som blir utsatt for vold kan slå tilbake, eller indirekte ved at den utsatte kan slå en annen person.

Vold kan føre til vold direkte ved blodhevn eller indirekte ved at en som utsettes for vold kan ta ut sitt behov for hevn på noen andre.

Vold kan føre til vold direkte i krigføring, eller indirekte ved at sivile blir utsatt for vold under krig.

Vold kan føre til vold direkte i en boksekamp, eller indirekte ved at den tapende bokser kan ta ut sin frustrasjon ved å gå hjem og slå sin kone.

Vold kan føre til vold direkte i en familie når et barn som har blitt slått senere kan slå tilbake, eller indirekte hvis barnet slår andre barn utenfor familien.





Oppgave

Kopier opp bildet før møtet. Del det ut før oppgaven presenteres.

I oppgaven skal vi se mer på sammenhengen. Her kan dere bruke tema vi var gjennom i sist møte, da det kan være slik at en type vold fører til andre typer vold. Et eksempel kan være at en som blir utsatt for fysisk vold i en situasjon blir psykisk voldelig i en annen situasjon. Har dere konkrete eksempler på at vold kan føre til vold? Finnes det slike sammenhenger i hverdagen på mottaket?

La deltagerne tenke over denne oppgaven i 4-5 minutter. Ta deretter en runde:
Nå skal vi ta en runde på hva hver av dere har tenkt på i denne oppgaven.

Refleksjon

Etter denne runden, var det noen som fikk nye tanker av å høre på de andre?

Reflekter sammen over det som kom frem når hver enkelt delte sine svar. Hvis det kommer frem mange eksempler, hold fokus på sammenhenger beboerne tar frem fra sin hverdag i asylmottaket.

PAUSE

AVMAKT

Kunnskapsformidling

Avmakt er noe du kan oppleve hvis du ikke får oppfylt egne mål eller behov. Et annet ord som kan beskrive avmakt er maktesløshet. Mennesker kan kjenne avmakt når de:

- *blir stoppet fra å gjøre det de vil*
- *når de ikke blir hørt eller forstått av andre*
- *når de ikke forstår hva som foregår*
- *når de mangler handlingsfrihet*

Å være utsatt for truende eller uforutsigbare situasjoner kan gi mennesker følelsen av avmakt. Flere av dere har sikkert erfaringer fra situasjoner hvor dere har kjent på stor avmakt. Mennesker kan reagere veldig forskjellig når de opplever avmakt.



Tegn opp på flip-over før gruppemøtet begynner strekfigurer som vist på neste side.

Dette er eksempel på situasjoner hvor man kan oppleve avmakt. En far kan kjenne avmakt hvis ingenting hjelper når barnet er lei seg og han prøver å trøste. En mann kan kjenne avmakt hvis kona ikke vil høre på det han sier. En asylsøker kan kjenne avmakt hvis han tenker på at fremtiden er usikker. I krig kan mennesker kjenne avmakt hvis et angrep kan komme når som helst.

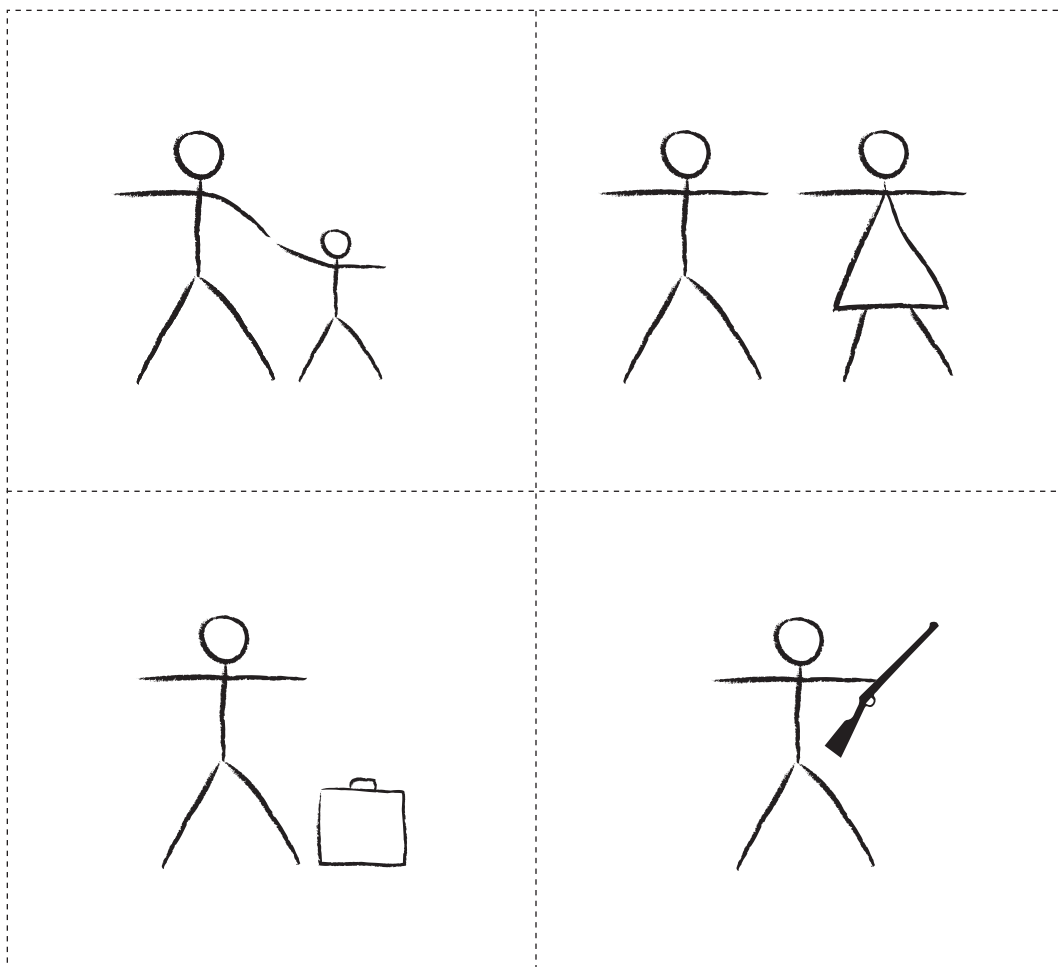
Oppgave

I oppgaven i dag skal dere tenke over hva dere gjør med avmakt i livet. Dere skal nå sitte tre-fire minutter og tenke gjennom tre ting:

1. *Tenk på en vanskelig situasjon i hverdagen*
2. *Hva gjør den med meg?*
3. *Hvordan prøver jeg å takle eller tåle denne situasjonen?*

La deltagerne tenke over oppgaven og ta deretter en runde:

«Nå skal vi ta en runde på hva hver av dere har tenkt i denne oppgaven.»



Refleksjon

Nå skal vi snakke sammen om det er slik at dere kan gjøre noe med opplevelse av avmakt. Hva tenker dere om det?

Det du gjør for å takle avmakt, fungerer det godt for deg?

Er det også en god ting å gjøre for de rundt deg?

Hvordan kan dere hjelpe folk dere kjenner som opplever avmakt?

Hensikt med dialogen er å styrke gode mestringsstrategier. Hvis beboerne ikke bringer inn enkle grep de kan gjøre i hverdagen er det fint om gruppelederne bringer inn forslag om å passe på kosthold, få nok søvn, fysisk aktivitet og sosialt samvær.

Før vi avslutter i dag hadde det vært fint å høre om det var noe som ble sagt i gruppa i dag som dere synes var spesielt interessant?

Videre lesning:

ATVs terapistudie, kapittel om «Potensielt traumatiserende erfaringer», side 29

[www.nkvts.no/biblioteket/Publikasjoner/Kjennetegn-hos-menn-som-har-opsokt-Alternativ-til-vold-\(ATV\)-for-vold-i-naere-relasjoner.pdf](http://www.nkvts.no/biblioteket/Publikasjoner/Kjennetegn-hos-menn-som-har-opsokt-Alternativ-til-vold-(ATV)-for-vold-i-naere-relasjoner.pdf)

3. PTSD OG POSTTRAUMATISK VEKST

Hensikt

Hensikten med tema er å informere om vanlige reaksjoner og psykiske vansker som kan utvikle seg etter traumatiske opplevelser. Gjennom å alminneliggjøre reaksjoner kan bekymring knyttet til egne reaksjoner reduseres. Hensikten er også å utveksle erfaringer på hvordan beboerne forholder seg til vonde minner i hverdagen og unngå at de bagatelliserer eller fortrenger egne reaksjoner.

Etter pausen er det en innføring i hva det norske lovverket sier om vold. Dialogen har fokus på å reflektere over hvordan enkelte ting i Norge ivaretas av et felles verdsett samtidig som hver enkelt person kan utforme egne verdier.

Takk for sist og velkommen tilbake i gruppa!

Temaene for i dag er posttraumatisk vekst og ptsd, og norske lover og verdier.

Men først, er det noen som har lyst til å si noe om hva dere husker fra sist gang?

Kunnskapsformidling

Først i dag skal vi snakke om hvordan mennesker reagerer på alvorlige opplevelser. Eksempler på dette kan være å bli utsatt for vold, være vitne til at noen blir skadet eller oppleve livsfare i krig.

Det første vi vil fremheve er at mennesker kan tilpasse seg. Etter en periode med redsel eller mye tristhet vil mange oppleve at reaksjonene etter hvert går over. Mange opplever også at de senere i livet setter mer pris på positive ting etter at de har opplevd vonde ting.

Det er helt vanlig at mennesker reagerer etter dramatiske hendelser. En ting som kan skjer er at kroppen og hjernen lagrer mye i slike situasjoner. Vi fungerer på denne måten for at vi raskere skal beskytte oss om vi havner i en slik situasjon igjen. Hvis vi senere opplever noe som minner om den vonde opplevelsen kan kroppen reagere med å innta en vaktposisjon. Små detaljer kan gjøre at kroppen reagerer eller at man husker vonde ting som har skjedd før. Eksempler kan være at en annen person kommer brått på, lyden av fly eller helikopter, lukten av røyk osv. For noen mennesker kjennes det ut som at kroppen er i vaktposisjon hele tiden; til og med på natta kommer mareritt om hendelsene. Noen mennesker opplever også at vonde minner kommer tilbake på dagtid, og det er akkurat som en film som spilles av rett foran øynene.

Personer som opplever slike reaksjoner ønsker ofte å unngå at minnene kommer tilbake. Hvis dette likevel skjer kan det hende personen blir fjern og ikke greier å følge med på det som skjer rundt seg. Andre personer kan reagere med å bli aggressive og voldelige mot de som er rundt seg.

Å oppleve slike reaksjoner er ikke tegn på at en person er «gal». Det er normalt å reagere på unormale, dramatiske hendelser i livet. Hvis reaksjonene fortsetter i lang tid og ikke går over av seg selv, er det mulig å få hjelp fra noen som jobber med dette for at reaksjonene skal bli mindre.

Oppgave

Hvis du noen gang har mye å tenke eller i perioder tenker på vonde opplevelser kan det påvirke hvordan du oppfører deg. I oppgaven skal vi se på hvordan dere påvirkes i hverdagen når hodet er fullt av tanker om andre ting. Dere skal nå sitte tre-fire minutter og tenke over dette:

1. *Finn frem til en situasjon i hverdagen hvor du hadde hodet fullt av egne tanker og du møtte en annen person.*

2. *Hvordan ble situasjonen påvirket av at hodet allerede var fullt av tanker?*
3. *Hadde du oppført deg annerledes ovenfor den andre personen hvis du ikke hadde hatt så mye å tenke på?*

Refleksjon

Nå vil vi gjerne høre hva dere har tenkt på i denne oppgaven. Så dere noen sammenhenger i hvordan tanker påvirker oss i hverdagslige situasjoner?

Hvis beboerne har få innspill er det greit å komme med egne personlige eksempler. Hvis mange ønsker å si noe er det greit å stoppe etter 10-15 minutt for å gå videre:

De fleste av dere har traumatiske opplevelser i historien deres og har klart dere hele veien til Norge.

Nå vil vi høre hva som gjør det mulig å leve med vonde minner? Hva er det dere gjør i hverdagen som gir overskudd og gjør livet godt å leve?

PAUSE

NORSKE LOVER OG VERDIER

Kunnskapsformidling

Nå skal vi fortelle dere om noen av lovene i Norge som handler om vold, og noen lover som handler om retten til å bestemme over eget liv. I tillegg skal vi snakke om hvordan verdiene våre påvirker hvordan vi oppfører oss. Etterpå skal vi bruke god tid på å snakke sammen om hva dere tenker om lovene i Norge, og hvordan de er sammenlignet med deres eget land.

Norge er preget av at kristendom har vært den største religionen i omtrent tusen år. Det er imidlertid ingen religion som er med og bestemmer lovene i Norge. Staten bestemmer hvordan ting skal være etter at lover vedtas på Stortinget, og ikke på grunnlag av religion. Hvordan menneskene i Norge oppfører seg handler både om lover og regler, hvilken tro de har og andre verdier de ønsker å leve etter. Ofte stemmer både lover, regler, tro og verdier overens, men de gangene religionen eller verdiene går på tvers av lover og regler må alle uansett følge lovene og reglene.

I lovene om vold står det at både fysisk og psykisk vold er forbudt. Loven gjelder også ovenfor personer man er i familie med eller er gift med. Å tvinge noen til sex er ikke tillatt i Norge, heller ikke når en er gift med personen. Å slå, true eller si krenkende ting til barn er ikke lov i Norge. Det er heller ikke lov å utsette barn for å være vitne til vold. Det finnes også en lov som heter avvergeplikten, og den handler om at alle har plikt til å forhindre at andre mennesker blir utsatt for vold.

Loven sier at foreldre skal gi barn større selvbestemmelsesrett med alderen. Alle bestemmer over sin egen kropp, og omskjæring av jenter er ikke lov. Alle har rett til å velge sin egen kjæreste, og det er ikke lov å velge kjæreste til sine barn hvis barna selv ikke ønsker dette. Dette kalles tvangsekteskap og regnes som vold. At familien hjelper unge å finne en partner er tillatt hvis de som skal gifte seg også ønsker å gifte seg med hverandre. Dette kalles arrangert ekteskap. I Norge er det også lov for homofile å gifte seg med hverandre.

Verdiene påvirker også hvordan folk oppfører seg. Mange verdier er felles for alle og handler om hva som er greit å gjøre, og hva som anses forkastelig. Slike verdier og meninger styrer menneskene i samfunnet

på hvordan de bør leve. Verdier og meninger danner også grunnlag for hvordan vi vurderer andre. Hvert enkelt menneske kan ha egne meninger, men enkelte ting er de fleste enige om. De aller fleste synes det er greit at homofile par åpenlyst viser kjærlighet til hverandre på gata ved å kysse eller klemme. Et annet eksempel er utroskap; dette er ikke ulovlig i Norge, men de fleste nordmenn synes ikke at det er greit. Et annet eksempel er alkohol, de fleste nordmenn synes det er greit å bli litt påvirket av alkohol, men det er ikke greit å drikke flere dager i uka eller bli så full at man mister kontroll over egen oppførsel.

Oppgave

I oppgaven i dag har vi et spørsmål til dere: kan dere tenke i et par minutter på hva som er de største forskjellene mellom lover og verdier i landet dere kommer fra og Norge? Etterpå skal vi ta en liten runde og dele hva hver enkelt av dere har tenkt.

Refleksjon

Får dere noen tanker om hva som er bra - og hva som ikke er bra - med at enkelte ting ikke ivaretas av loven men av felles verdier som ikke er skrevet ned?

Hvis samtalen ikke dreier inn på individualisme er det greit om gruppelederne fremhever retten til å ta egne meninger og bestemme over eget liv.

Før vi avslutter i dag hadde det vært fint å høre om det var noe som ble sagt i gruppa i dag som dere synes var spesielt interessant?

Videre lesning:

«Psykisk helse i mottak» fra NKVTS, side 61 om forekomst av psykiske lidelser:
www.nkvts.no/biblioteket/Publikasjoner/PsykiskHelseMottak.pdf

Psykisk helse blant beboere i mottak – Berg m.fl. 2005
www.nkvts.no/publikasjoner/Sider/PublikasjonsInfo.aspx?publID=1062

Om traumer hos Senter for Krisepsykologi:
krisepsyk.no/brukere-traumer?url=fagfolk-traumer&master=fagfolk-traumer

Artikkel: Posttraumatisk vekst: Et mer helhetlig syn på posttraumatisk tilpasning
www.psykologtidsskriftet.no/index.php?seks_id=69619&a=2

Artikkel: Hva er jus? Forholdet mellom jus og etikk
legeforeningen.no/Emner/Andre-emner/Etikk/Hva-er-jus-Forholdet-mellom-jus-og-etikk/

Mirasenterets side om tvangsekteskap:
www.mirasenteret.no/no/tvangsekteskap

4. VOLD MOT BARN & TRYGGE BARN

Hensikt

Hensikten med tema er å skape en forståelse for hvordan vold påvirker barns utvikling, og hvordan foreldre kan gi sine barn en trygg oppvekst. I oppgavene er det et mål å skape refleksjon om foreldrerollen i ulike samfunn. I enkelte oppvekstmiljø kan foreldre anse det nødvendig å fremme sinne hos barn, mens i trygge omgivelser i Norge blir dette uhensiktsmessig. Det er et mål at deltagerne skal se seg selv som rollemodeller, at de skal se betydningen av å møte barns følelser og også bevisstgjøres på hvilke følelser de synes det er utfordrende å møte.

Takk for sist og velkommen tilbake i gruppa!

Temaene i dag er vold mot barn og hvordan vi kan få trygge barn.

Men først, er det noen som har lyst til å si noe om hva dere husker fra sist gang?

Kunnskapsformidling

Barn skal kjenne at det er trygt å være i sitt eget hjem. En stor foreldreoppgave er å skape trygghet i sine barns liv. Forskning fra flere land viser at barn som har opplevd vold, aggresjon og trusler oftere får vansker med aggresjon og vold selv. Videre vet vi at å være utsatt for vold gjør det vanskeligere for barn å lykkes i skole, utdanning og samfunn.

Lovverket i Norge forbyr bruk av alle former for vold mot barn. Når foreldre er voldelige mot sine barn opplever ikke barn trygghet fra sine nærmeste personer. Dette gjelder både når volden skjer fordi en forelder mister besinnelsen og når foreldre bruker vold som straff i oppdragelsen. Å være vitne til vold mellom foreldre er for barn like skadelig som selv å bli utsatt for vold.

Barn som tidligere har opplevd vold er ofte redde for at dette skal skje igjen. Selv om det har gått flere år siden de opplevde vold kan de styres av redsel for at det kan skje igjen lenge etterpå. Barn har da behov for at det som skjedde før blir snakket om for at de skal bli trygge igjen. Hvis ikke kan volden de har opplevd påvirke hele deres oppvekst og utvikling.

Oppgave

Oppgaven i dag heter «Barns viktigste lærer». Den handler om at foreldre er barns viktigste lærere. Vi tenker dere kan lære barn mye om hvordan de kan si hva de mener og løse uenigheter. Barn ser hvordan foreldrene oppfører seg og har det med seg når de bestemmer hvordan de selv skal oppføre seg.

I et land der det er farlig å vokse opp kan det være viktig å lære barn å kjempe, forsvare seg eller vike i konflikt. Denne lærdommen kan være viktig for å unngå at barnet selv blir drept eller skadet. I et trygt land kan kamp eller unngåelse av konflikt skape vansker for barnet. Der kan det være bedre med barn som har lært å være rolig og snakke åpent om hva det tenker og mener.



Kopier opp bildet før gruppemøtet begynner og del ut.



Hva vil jeg lære mitt barn om å slå andre?
Hvordan være en god lærer på dette?

Hva vil jeg lære mitt barn om å være uenig med noen?
Hvordan være en god lærer?

Hva vil jeg lære mitt barn om å si unnskyld?
Hvordan være en god lærer?

Refleksjon

Nå skal vi snakke om disse situasjonene. Vi begynner med hva dere vil lære deres barn om å slå andre, og hvordan dere kan være gode lærere på dette. Det er ikke sikkert vi får tid til alle spørsmålene.

Får dere noen andre tanker om at måten dere oppdrar barn på kan være annerledes her i Norge enn hvis dere hadde vært i hjemlandet deres?

PAUSE

TRYGGE BARN

Kunnskapsformidling

Det å bli foreldre gir sterke følelser, fra intens kjærlighet til sterkt sinne. Som forelder er du den mest betydningsfulle personen i barnets liv. Dette kan gi gode følelser samtidig som det kan oppleves skremmende og utfordrende.

Barn blir kjent med seg selv gjennom at voksne setter ord på barnets reaksjoner. En måte å gjøre dette på er å beskrive for barnet hva du tror at barnet føler. Eksempler på dette kan være:

«Nå ser det ut som at du ble redd! Sitt litt rolig med meg så leker vi mer etterpå»

«Når sånne ting skjer forstår jeg om du blir lei deg»

«Oi, så glad du var i dag, pappa blir så glad av å se at du har det fint!»

«Nå ser jeg at du er veldig sint og det forstår jeg godt. Det blir jeg også hvis noen tar tingene mine. Men selv om lillebror har tatt leken din er det ikke lov å slå. Er det noe annet du kan gjøre hvis noe sånt skjer igjen?»

Når foreldre viser at de forstår hvordan barnet har det vil barnet oppleve trygghet. Det er ikke alltid lett å forstå barns følelser; det hender de holder følelsene inni seg og viser lite på utsiden av hva de egentlig føler. Barn som har opplevd vanskelige ting har ekstra behov for at foreldre ivaretar dem.

Sinne er en følelse som også barn kjenner. Mange foreldre synes det er vanskelig når barn er sinte og kan da straffe barnet eller avvise det. En forelder som er sint og samtidig ikke godtar at barnet er sint, vil kunne gjøre barnet forvirret. Foreldre er rollemodeller, og i en slik situasjon får ikke barnet etterligne forelderens sin. Da kan det være at barnet ikke lærer hvordan det skal takle sitt eget sinne. For å bli trygg på seg selv må barnet bli trygg på egne reaksjoner. Dette skjer gjennom at foreldrene viser forståelse for barnets følelser og opptrer rolig selv. Foreldre kan hjelpe barn å takle eget sinne ved å lære barnet å uttrykke seg på gode måter.

Oppgave

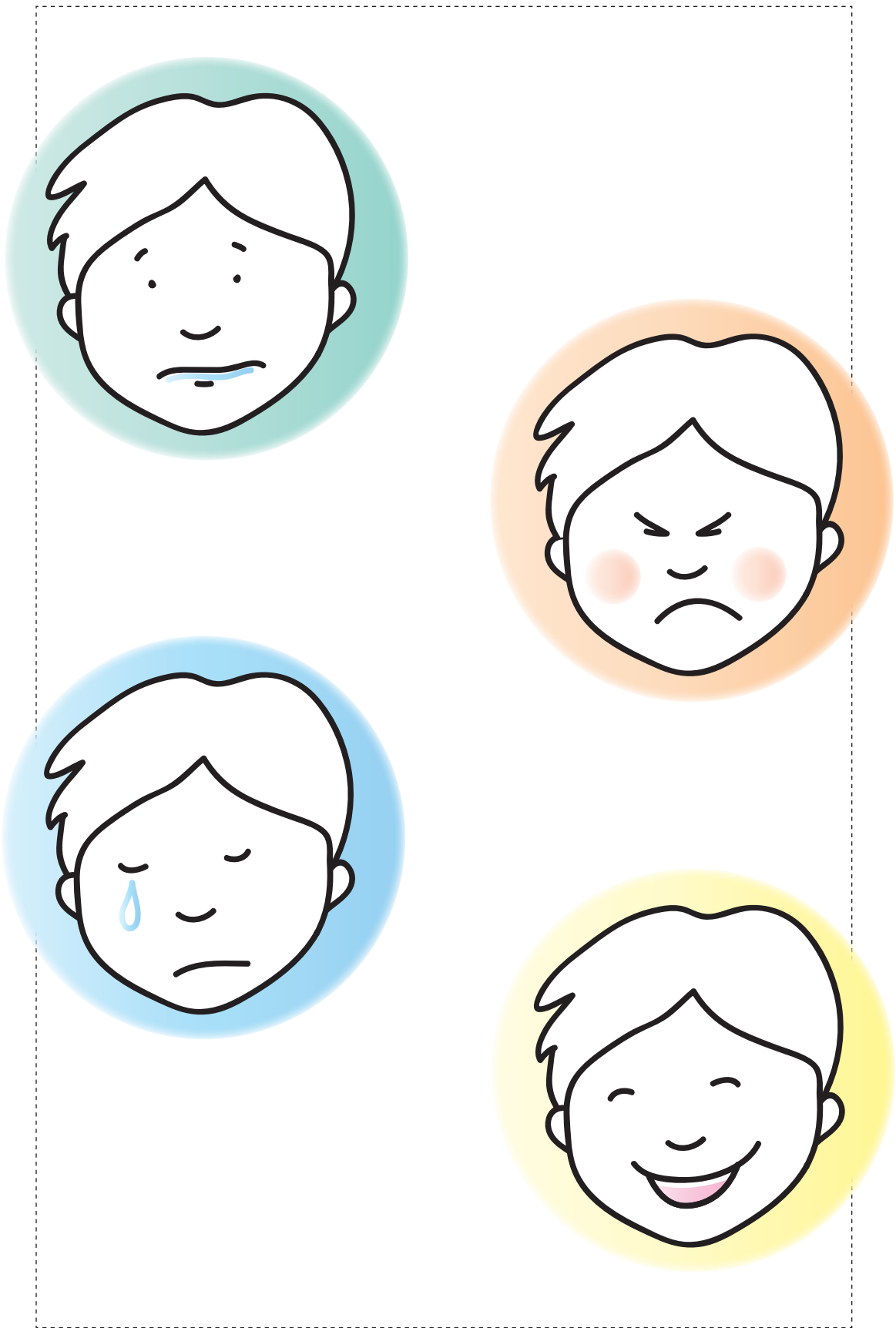
Oppgaven vi skal gjøre nå heter «Hva trenger barn?».



Kopier opp oppgaveark før møtet. Del ut arkene før dere går videre.

Sitt fire-fem minutter og tenk gjennom:

- Hva trenger et barn som er redd?*
- Hva trenger et barn som er sint?*
- Hva trenger et barn som er trist?*
- Hva trenger et barn som er glad?*



Refleksjon

Da vil vi gjerne høre hva dere har tenkt på denne oppgaven. Det er fint om dere kommer med konkrete beskrivelser på hva dere ville sagt og gjort.

Hvis beboerne ikke bringer inn konkrete handlinger av seg selv, bring inn ting som fremmer nærhet fysisk som å sette seg på huk, ta barnet på fanget, gi en klem etc...

Det hender at barn smiler og tuller når de egentlig er redde, eller at de blir sinte når de egentlig er slitne og lei seg. Sannsynligvis gjelder det samme for dere; dere viser ikke alltid på utsiden hvordan dere har det på innsiden. Hvordan kan vi hjelpe andre når de skjuler hvordan de har det inni seg?

Før vi avslutter i dag hadde det vært fint å høre om det var noe som ble sagt i gruppa i dag som dere synes var spesielt interessant?

Videre lesning:

Barne-, ungdoms- og familiedirektoratets sider om oppvekstvilkår med egen informasjon om vold, overgrep og mobbing:

bufdir.no/Statistikk_og_analyse/Oppvekst/

Innlegg: «Blinde for voldens konsekvenser»

psykologtidsskriftet.no/index.php?seks_id=136469&a=4

Rapport: «Tåler noen barn mer juling?» En kartlegging av hjelpeapparatets håndtering av vold mot barn i minoritetsfamilier

nord.rvts.no/Images/assets/rapport_reddbarna.pdf

Video: Emosjoner og relasjoner

laringsmiljosenteret.uis.no/barnehage/de-viktige-relasjonene/emosjoner-og-relasjoner-article86817-12559.html

5. SINNE, AGGRESJON OG VOLD & VOLD MOT KVINNER

Hensikt

Hensikten med tema etter pausen er å understreke at sinne er funksjonelt – men at aggresjon og vold ikke er det. Hovedmålet er å se på hensiktsmessige strategier beboerne håndterer eget sinne på i oppgavedelen. Hvis beboerne er unnvikende er det fint å se nærmere på om de virkelig får uttrykt hva de mener i konflikter.

Hensikten med dette gruppemøtet er å fremme likestilling, forebygge vold mot kvinner og øke kvinners sikkerhet i mottak.

Takk for sist og velkommen tilbake i gruppa!

I dag er tema først sinne, aggresjon og vold, og etter pausen skal vi snakke om vold mot kvinner.

Men først, er det noen som har lyst til å si noe om hva dere husker fra sist gang?

Kunnskapsformidling

Sinne er en naturlig følelse som ikke er farlig. Sinne forteller oss at noe er galt, det kan hjelpe oss å sette grenser, og det kan gi energi til å reagere på urettferdighet. Det er viktig å bli kjent med sitt eget sinne for å håndtere det på måter som oppleves godt for en selv og andre rundt seg.

Mange blir usikre i møte med eget eller andres sinne. Det kan gjøre at man forsøker å ta kontrollen i diskusjoner, at man gjør sitt beste for å unngå konflikt, eller at man forsøker å stenge av følelser av sinne. Å fortrenge sinne og late som det ikke er der kan føre til at det vokser inni oss. Da kan det i stedet skje at sinne blir til aggresjon - nettopp det man i utgangspunktet forsøkte å unngå.

Det er viktig å skille mellom sinne, aggresjon og vold. Aggresjon og vold er handlinger som kan skremme eller skade andre. Sinne, irritasjon og frustrasjon er følelser vi kan si fra om på trygge måter.

Oppgave

I oppgaven i dag skal vi se på hvordan dere mestrer eget sinne. Når dere tenker på en situasjon som kan gjøre dere frustrert eller irritert skal vi se på den i tre steg:

- 1. Tenk på en situasjon hvor du ble dårlig eller urettferdig behandlet*
- 2. Hvordan reagerte du i denne situasjonen?*
- 3. Finnes det andre måter å reagere på som du tror kunne vært bedre for deg, eller bedre for de rundt deg?*

Refleksjon

Vi skal nå ta en runde i gruppa på hva dere har tenkt i denne oppgaven. Vi vil gjerne høre om hvordan dere uttrykker sinne.

Hvordan var det for dere å tenke på sinne på denne måten?

Har dere noen tanker om hvordan folk fra ulike land uttrykker sinne?

Hvordan er mennesker fra deres hjemland sammenlignet med nordmenn?

PAUSE

VOLD MOT KVINNER

Kunnskapsformidling

I dag skal vi snakke sammen om kvinners stilling i Norge, hva likestilling betyr og hvordan lovverket er. I Norge i dag forsøker Staten å få til høyest mulig grad av likestilling mellom menn og kvinner. Dette innebærer at barn som vokser opp i Norge skal få de samme mulighetene enten de er gutt eller jente. Alle har rett til å bestemme over eget liv og medvirke i samfunnet enten de er kvinne eller mann.

Alle i Norge har rett til å velge en kjæreste selv. I Norge er det forbudt å presse eller tvinge noen til å inngå giftemål mot sin vilje. Vi har tidligere snakket om det norske lovverket hvor vi fortalte at dette kalles «tvangsekteskap» og regnes som en form for vold. Vi gjentar at det ikke er lov å bruke noen former for vold mot andre – heller ikke mot sin partner.

Kvinnens posisjon i Norge i dag gjenspeiler en utvikling som har skjedd over lang tid. Nesten alle norske kvinner ønsker å greie seg økonomisk selv uten å være avhengig av at mannen deres tjener penger for at de skal ha det bra. En verdi i det norske samfunnet er at både menn og kvinner er aktive i arbeid, og det gir ikke status å ha en kvinne som er hjemmeværende. Det blir som oftest sett på som positivt å ha en kvinne som deltar i samfunnet og at begge har en jobb og tjener penger til familien.

Det kan være en ekstra utfordring å finne ut av egne holdninger til hvordan forholdet mellom kvinne og mann skal være når dere flytter fra et samfunn til et annet. Dere kommer til et nytt sted samtidig som dere ikke lenger er en del av utviklingen i deres eget hjemland hvor ting også endrer seg over tid.

Oppgave

Oppgaven vi skal gjøre sammen i dag heter «For min datter». Se for deg at du skal leve lenge i Norge. Tenk på din datter, og hvis du ikke har en datter, se for deg at du er far til en datter. Vi skal gå gjennom noen situasjoner og hva dere ville ønsket for datteren deres i disse situasjonene. Den første situasjonen vi skal snakke om er slik:

HVA VIL JEG GJØRE OG HVA HÅPER JEG SKJER HVIS MIN DATTER BLIR SLÅTT ELLER MISHANDLET AV SIN MANN?

Oppgaven gjennomføres som en «brainstorming» i gruppa. Prøv å få fram flere synspunkter på hvert punkt og skape refleksjon.

HVA VIL JEG GJØRE HVIS FAMILIEN MIN ØNSKER AT DATTEREN MIN SKAL TVINGES TIL Å GIFTE SEG MED NOEN MOT SIN VILJE?

HVA VILLE JEG HA GJORT OG HVA HÅPER JEG HADDE SKJEDD HVIS MIN DATTER BLE VOLDTATT?

HVA VILLE JEG HA SAGT TIL MIN DATTER HVIS HUN IKKE ØNSKER Å FÅ BARN OG HELLER PRIORITERE UTDANNING OG KARRIERE?

Refleksjon

Hoveddelen av møtet er dialog om oppgaven. Flett inn spørsmål om hvordan disse situasjonene håndteres i beboernes hjemland.

Spør mot slutten hvordan de opplevde oppgaven og diskusjonen.

Før vi avslutter i dag hadde det vært fint å høre om det var noe som ble sagt i gruppa i dag som dere synes var spesielt interessant?

Videre lesning:

Si nei til vold mot kvinner – MiRa

mirasenteret.no/doc/Brosjyre_Vold_no.pdf

Verdens helseorganisasjon:

www.who.int/mediacentre/factsheets/fs239/en/

6. Å FORHINDRE VOLD & AVSLUTNING

Hensikt

Hensikten med tema er å forebygge voldsbruk som følge av konflikt. Spesielt er det ønskelig å fokusere på livshendelser som kan medfølge tap av ære og påfølgende skam hos beboerne.

Hensikten med avslutningen er å forsterke læring og oppfordre til videre refleksjon på tema gruppa har vært gjennom. For å gjøre avslutningen høytidelig skal hver enkelt deltager takkes personlig av gruppelederne og få utdelt deltagerbevis (se vedlegg).

Takk for sist og velkommen tilbake i gruppa!

I dag skal vi snakke sammen om at alle har et ansvar for å forhindre at vold skjer.

Men først, er det noen som har lyst til å si noe om hva dere husker fra sist gang?

Kunnskapsformidling

I dag skal vi snakke om hva dere kan gjøre hvis dere hører om vold, og hvor det kan skje vold hvis ingen griper inn. Vi som jobber på mottaket har ingen fasit på hva dere skal gjøre i slike situasjoner. Dette tema tas opp fordi alle kan forhindre at andre mennesker bruker eller blir skadet av vold. Vi skal spesielt snakke om vold som skjer på bakgrunn av at noen ønsker å bevare sin families ære.

Mennesker i ulike samfunn kan være forskjellige med tanke på hvordan vi opplever oss selv. Norge kalles et «individualistisk samfunn», og nordmenns selvfølelse og ære kommer hovedsakelig fra hvordan de selv greier seg i livet. Her er det viktig å få bestemme over seg selv. I noen land vil samfunnet være mer «kollektivistisk». Her vurderer menneskene sin egen verdi og selvfølelse ut fra hvordan familie og slekt lever sine liv. Her er det mer fokus på at alle tar ansvar for hverandre, og det er ikke vanlig å ta helt selvstendige avgjørelser uten at andre er med og bestemmer.

Oppgave

I oppgaven i dag skal dere tenke på en situasjon der en families ære står på spill. Tenk at det forventes at en mann i familien gjør noe voldelig for å gjenopprette æren. Har dere eksempler på slike situasjoner?

Refleksjon

Hvis en beboer du kjenner godt på mottaket kommer i en slik situasjon, hvordan ville du ha håndtert det?

Hvis du får høre om noen som planlegger å utføre vold, hva vil du gjøre da?

Hvordan vil det være for deg å kontakte andre mennesker for å forhindre vold?

PAUSE

Denne pausen kan gjerne være litt lengre enn vanlig, og det kan være fint å markere at dette er siste gangen med noe godt å spise i pausen.



Heng opp alle ark som er brukt i gruppa på veggene i rommet.

AVSLUTNING

Kunnskapsformidling

Som dere ser så har vi hengt opp alle arkene fra de gangene vi har møttes sammen i pausen. Nå skal vi reise oss og gå en runde rundt i rommet før vi setter oss og gjør en oppgave sammen. Deretter skal vi spise før vi avslutter med at alle sier noe om hvordan det har vært å være med i denne gruppa.

Oppgave og refleksjon

*Vi har gjerne lyst til å høre; hva er det viktigste dere tar med dere fra disse møtene?
Er det noe dere savnet?*

*Hva tror dere at dere sitter igjen med av det vi har vært gjennom ett år frem i tid?
Her kan gruppelederne gjerne forsterke utsagn som handler om håp og mestring.*

Sluttpuls

Før vi avslutter i dag vil vi gjerne høre litt fra hver og en av dere hvordan det har vært å være med i denne gruppa.

Hvis ingen av deltagerne tar ordet kan dere som gruppeledere begynne. Hvis praten går lett avslutter dere denne runden med å dele deres opplevelser. Tenk gjennom på forhånd øyeblikk som har gjort inntrykk, og si noe om hva dere har lært av å være gruppeledere.



Avslutt med utdeling av deltagerbevis til hver enkelt.

Videre lesning:

Bok: «Om ære» av Unni Wikan

Intervju av Unni Wikan angående fokus på menn:
www.uio.no/forskning/tverrfak/culcom/nyheter/2006/wikan.html

IMDIs sider om tvangsekteskap og æresrelatert vold
www.imdi.no/no/Tvangsekteskap1/

Barne-, likestilling og Inkluderingsdepartementets sider Ung.no:
www.ung.no/tvangsekteskap

«Bli vi bedre mennesker?», essay ved Peter Singer:
www.aftenposteninnsikt.no/7-juli-og-august-2012/blir-vi-bedre-mennesker

7 EVALUERING OG VEILEDNING

7.1 Evaluering underveis

Evaluering underveis gjør arbeidet med gruppa mer givende og lærerikt. Å drøfte tanker og erfaringer, spesielt med den andre gruppelederen etter møtet eller dagen etter, kommer i neste omgang deltagerne til gode. Ved å samle innspill fra deltagerne vil gruppelederne få en bedre oversikt over hvordan gruppa oppleves. Som gruppeleder bør man tenke over både hva som skjer i gruppa mellom deltagerne og sin egen rolle som gruppeleder. Det anbefales å notere ned noen punkter etter hvert møte, for å bruke underveis og ved oppstart av en ny gruppe på et senere tidspunkt. Her er forslag til informasjon som godt kan skrives ned etter hvert møte:

Innspill fra deltagerne

- Svar som kom frem på åpningsspørsmålet
- Eventuelle kommentarer underveis som handler om deres opplevelse – at noe var interessant, nyttig, vanskelig, uforståelig, fikk dem til å tenke... Skriv gjerne ned konkrete kommentarer som gjorde dere gruppeledere ekstra oppmerksomme.
- Svar på avslutningsspørsmålet

Gruppeledernes evaluering

- Hva gikk bra?
- Hva var utfordrende – og hvorfor?
- Eventuelt

7.2 Sluttevaluering etter siste gruppemøte

For å få et inntrykk av hvorvidt gruppa har vært betydningsfull er det beboernes egne utsagn som gir den beste pekepinn. Det kan være fint å skrive ned inntrykk etter avslutningen og dele med andre ansatte på mottaket, og for å ha ved senere anledninger når en ny gruppe skal i gang (kanskje med en ny gruppeleder).

1. Hva er det viktigste beboerne tar med seg?
2. Hvordan var det for beboerne å delta i gruppa?
3. Har jeg et inntrykk som gruppeleder av at beboerne fikk en positiv opplevelse?
4. Har jeg et inntrykk av at gruppedeltagelse har en nytteverdi i beboernes hverdag?
5. Hva har jeg som gruppeleder lært av å lede en slik gruppe?
6. Hvilke erfaringer gjorde at dette ble en givende arbeidsoppgave?

7.3 Veiledning

Å ta situasjoner fra gruppa inn i veiledning gir muligheter for feedback eller nye innspill til løsning der en står fast. Kollegaveiledning er en måte å gjøre dette på. To gruppeledere kan bytte på å gi innspill til hverandre, ulike situasjoner kan gjennomgås med andre ansatte på mottaket, eller en god løsning kan være å danne gruppe med gruppeledere fra nærliggende mottak som møtes noen ganger hvert år. Kollegaveiledning bidrar til videre drift av dialoggrupper, det er viktig for å opprettholde det faglige nivået, og det gir motivasjon i arbeid med dialoggruppa.

I prosjektperioden ble det dannet kollegaveiledningsgrupper, men disse ble nesten ikke benyttet da gjennomføring av gruppene krevde mye tid i arbeidshverdagen på mottaket. Etter hvert som gruppelederne blir mer vant med å holde grupper og tidsbruk går ned anbefales det at kollegaveiledning settes i gang. En gruppe med gruppeledere fra nærliggende mottak kan eksempelvis møtes en gang i halvåret, og ellers ved behov be om råd og utveksle informasjon på telefon og mail. I samtale med andre gruppeledere anbefales det å ha en liten agenda for hva veiledningstiden skal inneholde. Dette er et forslag til en slik agenda:

1. Innsjekk

Åpningsrunde hvor alle forteller kort om hvor de er i arbeidet med dialoggruppa.

2. Utfordringen

Fortell om en utfordring dere har hatt. Andre kan deretter komme med innspill og dele erfaringer på hvordan utfordringen kan løses.

3. Suksesshistorien

Fortell om en ting som har gått bra, noe dere har fått til eller et øyeblikk som skapte engasjement og begeistring hos dere og/eller beboerne.

4. Eventuelt

Andre tema dere ønsker å bruke tid på, se under.

5. Avtal neste treff

Under «Eventuelt» er det uendelig med muligheter for tema. Noen forslag er: eget kroppsspråk, intonasjon, egen motivasjon, reaksjoner på beboere man «liker» og «ikke liker», egne følelsesmessige reaksjoner i arbeidet, meldeplikt, regulering av dialog, hvordan skape refleksjon, problem med veilederen etc. Dess mer man byr på seg selv og er åpen, dess mer får man sannsynligvis ut av veiledning.

8 ERFARINGER FRA PROSJEKTPERIODEN 2013-2014

8.1 Tilbakemeldinger fra beboere som deltok i gruppe

Gjennom prosjektperioden mottok ATV overveiende positive tilbakemeldinger om meget engasjerte og deltagende beboere. Beboerne har brukt ord som nyttig, interessant og lærerikt, og mange har uttrykt takknemlighet for å få lov til å delta. Flere beboere som har bodd lenge i mottak ønsket at de kunne deltatt i en slik gruppe tidligere, og mange har uttrykt at alle beboere burde få delta i ei slik gruppe.

Mange beboere ønsket å fortsette da gruppene skulle avsluttes, og på enkelte mottak skjedde det at gruppene fortsatte ved at de ledet seg selv. Både beboerne og gruppelederne har trukket frem hvordan dialoggruppa har gjort at alle har lært av hverandre og at møtene har fremmet positive mellommenneskelige relasjoner. Det å lytte til hverandres meninger og erfaringer har gitt en felles plattform i hverdagen på mottaket, og beboerne har fremhevet at det har vært fint å få bidra selv fremfor å sitte passive og lytte. Beboerne har uttalt at dialogen bidro til at de ble tryggere både på seg selv og i møte med andre beboere på mottaket; Dialogen skapte en åpenhet som ble med beboerne inn i hverdagen.

En bedre forståelse av samfunnsmessige forhold har blitt fremhevet, blant annet at Norge er et land hvor alle har rett til å si sin egen mening og at dette er et rettssamfunn hvor loven er lik for alle. Noen har sagt at det viktigste de tar med seg fra disse møtene er opplevelsen av at lover og regler er rettferdige i Norge, og noen forteller også om en økt tillit til politiet.

Temaene om vold mot barn og barneoppdragelse har blitt trukket frem som møter hvor beboerne var ekstra engasjerte og interesserte. Det å lære om barneoppdragelse fremheves som veldig viktig kunnskap, og beboerne tror det blir lettere å oppdra sine barn i Norge etter gruppa. Beboerne selv sa de ble tryggere og sikrere på egen rolle som far. Beboerne har også blitt mer bevisste sin egen innflytelse som rollemodell og eksempel for familien, og at relasjonen mellom voksne og barn skal kjennetegnes av gjensidig respekt.

Beboerne sier de har fått trening i å kunne se for seg episoder som kan oppstå i fremtida og gjennom dette unngå å bruke vold. Beboere sier også at de selv kan velge å unngå voldelige situasjoner og at alle problem har en ikke-voldelig løsning – så lenge man har tålmodighet. Ved et mottak ønsket beboerne at hele verden burde få snakket sammen om vold for å skape et bedre samfunn å leve i.

Beboerne fortalte at ved å delta ble bedre kjent med seg selv. De sier de har blitt bedre på å gjenkjenne følelser, og da spesielt avmakt, frustrasjon og sinne. Beboerne beskriver at de har fått økt bevissthet omkring egne reaksjonsmåter, og at de bedre forstår egen atferd. Dette har også gjort at de ser nye måter å takle ulike situasjoner og problem på. I tillegg til å reflektere mer over seg selv og egen atferd fremhever beboerne også en økt forståelse for andre menneskers reaksjonsmåter.

Beboerne har sagt at det har vært godt å få sette ord på egne følelser og at det har vært fint å få dele historier og reflektere over eget liv. På spørsmål om hva som er det viktigste de tar med seg videre svarte noen beboere kunnskap om hvordan de kan takle vonde minner. Noen har sagt de

sover bedre om natta fordi de har fått snakket om vanskelige tema. Beboere har også trukket frem hvor fint det har vært å få dele meninger og erfaringer om alvorlige tema samtidig som de har fått til å ha mye humor underveis.

8.2 Tilbakemeldinger fra gruppeledere

Det mest verdifulle gruppelederne forteller om er kontakten som oppstår i møte mellom mennesker. Relasjonene som oppstod i gruppa påvirket også hvordan beboere og gruppeledere omgås hverandre i hverdagen: mange gruppeledere sier de har fått økt forståelse for beboerne og en bedre kommunikasjon på alle felt i mottakslivet. Den andre positive opplevelsen gruppelederne fortalte om er stor glede over entusiasme og engasjement hos beboerne. En del mottak ble overrasket over at rekruttering og frafall ikke ble et problem. Erfaringen var heller at deltagelsen fra beboerne gjorde inntrykk og bidro til å gjøre arbeidet mer spennende. Det å se at man som gruppeleder har påvirkningskraft beskrives som en ekstra motiverende faktor.

Mange gruppeledere opplevde å være spente og nervøse ved oppstart; et sunt tegn når man skal i gang med noe nytt! Ved oppstart kjente mange på tvil om de hadde kompetanse til å lede gruppe. For nesten alle avtok denne tvilen betraktelig utover i gruppeforløpet. Noen kan kjenne det ennå, og det handler ofte om bekymring for at det avdekkes at enkelte beboere har større behov for oppfølging enn hva man skal bistå med som gruppeleder og mottaksansatt. Mange beskriver at de opplevde økt trygghet omkring egen ledelse; de senket skuldrene, frigjorde seg mer fra veilederen og oppnådde bedre kontakt med beboerne utover i forløpet. Flere har kommentert at det er fint at veilederen er en «veileder» og ikke en «manual», da de opplever at dette gir større frihet til å utforme egen rolle og finne ut hva som passer best ovenfor beboerne som deltar i gruppa.

Relasjonene som har oppstått har tydelig overføringsverdi til andre arbeidsoppgaver på mottaket, eksempelvis ved tilfeldige møter, miljøarbeid, bosetting eller returarbeid. I dagligdage situasjoner på mottaket har gruppeledere erfart at dialoggruppa har endret hvordan menn på mottaket tenker om bruken av vold. Gruppelederne opplever at beboerne blir mer opptatt av å snakke og løse uenigheter på en rolig måte, og at beboerne selv ser andre handlingsalternativ enn vold. Noen få mottak har fortalt om situasjoner i dagliglivet hvor de har sett umiddelbar positiv effekt av at en beboer har deltatt i gruppe. Andre gruppeledere forteller at de skulle ønsket at gruppedeltagere hadde endret seg mer i hverdagslige situasjoner.

De som har erfaring med å være informasjonskonsulent har trukket frem dialogen som noe nytt, og en beskrev det på denne måten: *«Det var en positiv erfaring å få ha et kurs der dialogen er toveis. I tidligere arbeid med informasjon på mottak har jeg opplevd at beboerne har vært passive og negative»*. Fra ATVs side kan det virke som at de med erfaring fra «Foreldre i Norge» og «Veien videre» synes dialogbasert gruppesamtale lignet mer på andre oppgaver de hadde sammenlignet med de som driver informasjonsprogrammet.

Dialogen gjorde at gruppelederne ble kjent med beboerne på en annen måte, og mange har trukket frem at dette har vært både interessant, givende og moro. Flere gruppeledere uttrykte på erfarings-samlingene stor respekt og takknemlighet ovenfor beboerne for at de valgte å dele sine historier. En ting verdt å merke seg er at enkelte mottaksledere har fremhevet at det opplevdes fint å bli bedre kjent med beboerne gjennom å være gruppeleder, da mottaksledere ofte har en litt annen relasjon til beboerne i hverdagen enn andre ansatte på mottaket.

Gjennom å bli godt kjent og få bedre kunnskap om samfunnsforhold i beboernes hjemland beskriver også noen gruppeledere at de har blitt tryggere i samhandling med beboerne i hverdagen. Spesielt har kunnskap om synet på vold og konflikthåndtering vært nyttig og verdifullt for å forstå beboernes handlingsmønster i situasjoner som kan oppstå på mottaket. Mange gruppeledere har satt pris på å kunne være utforskende og oppdage forskjeller og fellestrekk på tross av kulturelle ulikheter.

Gruppeledere beskriver å ha lært nye ting om seg selv som personer, om små detaljer det har vært viktige å holde fokus på ved gruppeledelse og om det å takle utfordringer utover en vanlig arbeids-hverdag. Noen beskriver også at lærdommen tar de med seg over i andre områder, og erfaringene blir et bakteppe når tilbudet ved mottaket utvikles videre. Faglig sett svarer omtrent alle gruppelederne et stort «Ja!» på om de kan tenke seg å lede flere grupper, mens utfordringen er å få tid til å gjennomføre gruppene i hverdagen. Mange gruppeledere har tanker om hvordan de kan utvikle seg videre i gruppelederrollen, enkelte har ønsket seg «gruppelederkurs for viderekomne», og også de som ikke har uttrykt ønske om egenutvikling har lyst til å lede nye grupper.

8.3 Oppsummering fra prosjektledelsen i Alternativ til Vold

I løpet av prosjektperioden fikk ATV møtt hele 219 mottaksansatte fra 99 mottak og 11 ansatte i UDI på metodekurs. I tillegg var vi i kontakt med enkelte mottaksansatte som ledet gruppe uten å ha vært på kurs. ATV har faglig sett et solid inntrykk av kompetente og dedikerte mottaksansatte. Etter en startfase hvor omfanget av prosjektet og metoden nok kom overraskende på en del mottak sitter vi igjen med at mottaksansatte mestret denne oppgaven meget godt. Det var en sterk opplevelse å lese tilbakemeldinger fra 68 mottak som hadde holdt enten en eller flere gruppeforløp.

Ved oppstart var det en del bekymring knyttet til om beboere virkelig ville delta frivillig i gruppene. Rekrutteringen gikk over all forventning, og ATV har kun fått to tilbakemeldinger fra mottak som strevde såpass at de ikke fikk gjennomført gruppe. Ett mottak sa dette handlet om at beboerne bodde spredt, og det andre mottaket uttalte på erfaringskonferanse at muligens handlet dette om deres egen innsats i rekrutteringsfasen. Ett mottak gjorde deltagelse obligatorisk da de var uenige i at deltagelse skal være frivillig.

Som faglige ledere for prosjektet har ikke ATV vært bekymret for hvorvidt mottaksansatte er kompetente nok til å lede dialoggrupper. Vi er imponerte over den kunnskapen mottakene sitter på, og det var ekstra fint å se at så mange mottaksansatte blir i jobben i mange år. Som kursholdere er det likevel noen gang at vi følger opp videre, og det var to mottaksansatte ATV valgte å følge opp videre da vi var usikre på egnetheten til disse som gruppeledere. Vi antar også at enkelte mottaksansatte som deltok på kurs selv trakk seg fra oppgaven; muligens handler dette om manglende motivasjon, usikkerhet, eller at egne erfaringer eller holdninger kom i konflikt med det å være gruppeleder.

Gjennomgående har mottakene vært positive til å avholde grupper igjen så fremt det er tid og tolkemidler. Kun ett mottak har sagt at de ikke ønsker å holde gruppe igjen på faglig grunnlag da de synes det var utfordrende og vanskelig. Hvis de skulle holdt gruppe igjen kunne de tenkt seg et oppfriskningskurs, men helst så de at fagpersoner leies inn som gruppeledere. Dette mottaket tok ikke kontakt med ATV for veiledning underveis i prosjektperioden.

Tre gruppeledere uttrykte på erfaringskonferansene bekymring for hvorvidt mottaksansatte er kompetente til å snakke med beboere om tema som vold og traumer. Erfaringene fra prosjektet viser at ingen rapporterte at det oppstod situasjoner knyttet til dette i gruppa. Ved et mottak antok gruppelederne at en beboer trakk seg fra å delta på grunn av sin bakgrunnshistorie, og dette er selvfølgelig helt greit da vi vet hva erfaringer beboerne har med seg. Enkelte mottaksansatte sa de gjerne skulle snakket mer med beboerne i hverdagen utenfor gruppa. Her har vi i ATV gitt tilbakemelding på at det er ikke nødvendig å ha ubegrenset med tid for å åpne opp om vanskelige tema – å snakke litt kan hjelpe mye. Som gruppeleder kommer man nærmere inn på beboerne og får kanskje et sterkere behov for å vise ekstra omsorg. Å få være til hjelp for andre er en positiv side med mottaksjobben, og når mennesker ønsker å snakke mer er det gjerne fordi de opplever å bli møtt og ivaretatt. Mange av gruppelederne erfarte at det var positivt for beboerne å dele noe av sin historie, og fra beboerne selv kom det mange utsagn som også tydet på dette.

8.4 Avsluttende kommentar

Sammen har landets mottak, UDI og ATV skapt denne reviderte veilederen. Metoden har forhåpentligvis blitt vesentlig bedre etter mange nyttige erfaringer i prosjektperioden. Vi håper mange mottak holder grupper i årene som kommer. Beboerne selv får de siste ordene med denne nydelige evalueringen:

«Det har vært godt å dele tanker og følelser i gruppa.

Vi kom til en konklusjon om at kjærlighet kan endre mye.

Hvis sinte og frustrerte folk møter kjærlighet, så gir det dem håp og de endrer seg.»

Beboere i dialoggruppe ved Namsos mottak

9 VEDLEGG

9.1 Informasjonsskriv til bruk ved rekruttering og ordliste på ulike språk

Samtalegruppe om vold

På alle asylmottak i hele Norge gjennomføres samtalegrupper. Disse grupper er en del av nasjonal og internasjonal innsats for å forebygge og redusere vold. Sammen skal vi snakke om hvordan ting er i Norge og der dere kommer fra.

Gruppemøtene begynner med at vi som er gruppeledere underviser noen minutter.

Etterpå drøfter vi i gruppa forskjellige tema:

- Hvordan den norske staten definerer vold
- Norske lover
- Hvordan mennesker reagerer ved kriser og påkjenninger
- Hvordan vi kan mestre ulike situasjoner i hverdagen
- Barneoppdragelse
- Likestilling mellom menn og kvinner
- Hvordan alle kan være med å forhindre vold

I Norge har det vært holdt slike grupper siden 2013, og beboere som har vært med før har sagt at dette var veldig lærerikt og spennende.

Nå starter vi gruppe her på mottaket og håper at mange har lyst til å være med!

Liste med ord

AVMAKT (som i maktesløshet, forsvarsløshet)

DIALOG

DILEMMA

ETIKK

EVALUERING

FOREBYGGE

HOLDNING

HÅNDTERE (å takle)

LATENT («dormant», ulmende)

LIKESTILLING

MESTRE (å greie, å klare på en positiv måte)

MESTRING

MORAL

REFLEKSJON

UFORUTSIGBAR

ÆRE (vi har kun ett ord for dette i Norge. Dette har andre land flere ord for. Eksempel er arabisk hvor det heter *namus* og *sharaf*).

Discussion group about violence

Discussion groups are organised at asylum reception centres throughout Norway. These groups are part of a national and international effort to prevent and reduce violence. Together, we will talk about what things are like in Norway compared with where you come from.

The group meetings start with a few minutes' teaching by one of the group leaders. Afterwards, we will discuss different topics in the group:

- The Norwegian state's definition of violence
- Norwegian laws
- How people react to crises and stressful situations
- How we can cope with various situations we encounter in our everyday lives
- Bringing up children
- Equality between men and women
- How we can all help to prevent violence

Such groups have been organised in Norway since 2013, and residents who have taken part have described them as very educational and interesting.

We will now start up a group here at the reception centre, and we hope that many of you will want to join!

ENGELSK

List of words

POWERLESSNESS (as in being helpless and defenceless)

DIALOGUE

DILEMMA

ETHICS

EVALUATION

PREVENT

ATTITUDE

DEAL WITH (to handle)

LATENT ('dormant', smouldering)

EQUALITY

COPE (to manage, to deal with in a positive way)

COPING

MORAL

REFLECTION

UNPREDICTABLE

HONOUR (*We have only one word for this in Norwegian. Other languages have several words.*)

Groupe de discussion sur la violence

Des groupes de discussion sont organisés dans les centres d'accueil pour réfugiés de toute la Norvège. Ces groupes s'inscrivent dans le cadre des efforts nationaux et internationaux pour prévenir et réduire la violence. Ils permettent de discuter ensemble de la situation en Norvège et dans votre pays d'origine.

Ces réunions commencent par un petit cours de quelques minutes donné par les animateurs. Ensuite, nous abordons différents thèmes dans le groupe :

- Définition de la violence par l'Etat norvégien
- Lois norvégiennes
- Réactions des gens face aux crises et aux épreuves
- Comment maîtriser différentes situations de la vie quotidienne
- Education des enfants
- Egalité entre les hommes et les femmes
- Comment chacun peut contribuer à empêcher la violence

En Norvège, ces groupes de discussion sont organisés depuis 2013. Les demandeurs d'asile qui y ont participé les ont trouvés très utiles et intéressants.

Nous mettons actuellement en place un groupe dans ce centre d'accueil et espérons que vous serez nombreux à avoir envie d'y participer !

FRANSK

Liste de mots

IMPUISSANCE (sans défense, désarmé)

DIALOGUE

DILEMME

ETHIQUE

EVALUATION

PREVENIR

ATTITUDE

GERER (maîtriser)

LATENT

EGALITE

MAÎTRISER (réussir à faire quelque chose)

MAÎTRISE

MORALE

REFLEXION

IMPREVISIBLE

HONNEUR . . . *(nous n'avons qu'un mot en norvégien pour ce concept, alors que d'autres langues en ont plusieurs.)*

العنف لمناقشة محادثة مجموعة

مجموعات محادثة. هذه المجموعات هي الآن في مراكز استقبال اللاجئين في سائر أنحاء النرويج تُنظَّم جزء من حملة بُوشر بها على الصعيدين الوطني والدولي بهدف مكافحة العنف والحدّ منه. في هذه المجموعات سنتحدث سوياً حول الأوضاع في النرويج وفي بلدانكم.

ل بضعه درس ب إعطاء المجموعات رؤساء نحن ب قيامنا المجموعات اجتماعات تبدأ
م مثل المجموعة في مخ تلة مواضيع ناقش ذلك ب عدد دقائق

- العنف النرويجية الدولة تعرّف كيف -
- النرويجية القوانين -
- لضغوطات التعرّض وعند الأزمات أثناء الناس يتصرّف كيف -
- اليومية الحياة في المخ تلة الأوضاع في الأمور تدبّر من نتمكن كيف -
- الأط فال تربية -
- نساءوا الرجال ب بين المساواة -
- العنف مكافحة في يساهوا أن ل جميع يمكن كيف -

مراكز في والماقيمون، 2013 عام منذ المجموعات هذه مثل تنظييم تمّ النرويج في هنا
ومم تعة نويرية كانت بأنّها ي قولون فيها شاركوا الذين اللاجئيين استقروا بال
أن ونأمل جئيين اللا استقروا بال مركز في هنا محادثة مجموعة ب تنظييم الآن سدن باشر
إف فيها المشاركة في الرغبة الناس من الكثير لادي تكون

ARABISK

مفردات قادمة

| | |
|---|-------------------------|
| AVMAKT (som i maktesløshet, forsvarsløshet) | ضعف |
| DIALOG | حوار |
| DILEMMA | معضلة |
| ETIKK | أخلاق يات/أخلاق |
| EVALUERING | تقديم |
| FOREBYGGE | كافح ضدمنع |
| HOLDNING | موقف/ سلوك |
| HÅNDBERE (å takle) | مشكلة علاج/أمرا ت دارك |
| LATENT («dormant», ulmende) | كامن |
| LIKESTILLING | مساواة |
| MESTRE (å greie, å klare på en positiv måte) | في ب رع/الأمر تدبّر |
| MESTRING | إتقان/ سيطرة |
| MORAL | أخلاق |
| REFLEKSJON | فكرة/تفكير/أمل |
| UFORUTSIGBAR | متوقع غير/بدهم تذبأ غير |
| ÆRE (vi har kun ett ord for dette på norsk. Dette har andre språk flere ord for.) | احترام/إجلال/ شرف |

گ روپ کا اچیت بات میں بارے کے تہ شدد

گ روپ یہ نہ ہیں۔ جاتے چلائے گ روپ کے اچیت بات میں کہ ہم یوں کے پ ناہ میں ناروے پورے کر مل ہم ہیں۔ حصہ کا کہ و ششوں الاقوامی بین اور قومی کے پلئے کمی اور تہام روک کی تہ شدد کے یا وہاں ہیں، آئے سے جہاں آپ اور ہیں حالات کے یا میں ناروے کہ ہیں کرتے بات میں بارے اس ہیں۔ حالات

کے اس ہیں۔ دی تے تہ عمل ہم منٹ چند ہیں، لہ پٹر گ روپ جو لوگ ہم میں آغاز کے مہ ڈنگ گ روپ ہیں کرتے بات پر موضوعات مخ تلف میں شکل کی گ روپ ہم بہ عد

ہے کرتے طرح کس تہ عرفی کی تہ شدد ریاست ناروی جن -
قوانین ناروی جن -

ہے ہوتا کہ یہ سا عمل رد کا انڈ سناؤں پر رد ہاؤ اور مصد یہ توں -

سکتے ہو کہ امیاب پر طور یہ تہ ترین طرح کس پر مواقع مخ تلف میں زندگی روزمرہ ہم -
ہیں

پرورش کی ہچوں -

حیثیت بہ رابر کی عورتوں اور مردوں -

ہیں سکتے ہو شریک طرح کس لوگ سب میں تہام روک کی تہ شدد -

میں گ روپوں ان مکین جو کے کہ ہم یوں اور ہیں رہے چل سے 2013 گ روپ ای سے میں ناروے انہ ہیں یہ اور سیکھا کہ چہ بہت نے انہوں طرح اس کہ ہے کہ ہنا کا ان ہیں، چکے ہو شامل پہلے لگا۔ دل چسپ

ہونا شامل لوگ سے بہت کہ ہے امید ہم ہیں اور ہیں رہے کر شروع گ روپ میں کہ ہمپ اس ہم اب
!گے کریں پ سند

الفاظ پرست

(ہونا نہ قابل کے دفاع ہونا، نہ اختیار کوئی) بے سی ہے

ڈانڈ بیلگ

مشکل دہری

اخلاقیات

جانچ

کرنات ہام روک

رجحان/رویہ

نہ ڈنا

(ہوا سلگ تاہوا، سویا) ہوا دبا

حیثیت برابر

(لینا کرپورا کچھ سے طریقے مثبت دینا، انجام درست) رہنا کامیاب

کامیابی

اصول اخلاقی

فکر و غور

سکے جالنگیا نہ اندازہ سے پہلے کا جس

عزت

Kooxo ka wada hadla gacanqaadka (vold)

Xeryaha magangelyadoonayaasha Norway oo idil waxaa ka dhaca wadahalal koox ahaan loo wada hadlayo. Kooxahani waxay qayb ka yihiin dadaal gudaha dalka iyo caalamka oo idil ka socda oo lagu doonayo in looga hortago oo lagu yareeyo gacanqaadka. Waxaannu ka wada hadlaynaa sida ay tahay xaaladda Norway iyo midda dalalki aad ka timaaddeen.

Kulammada kooxuhu waxay ku billaaban doonaan in aan annaga oo ah hoggaamiyayaasha kooxaha in aan dadka wax barno in daqiiqado ah. Markaas kaddibna waxaannu ka doodi doonnaa madwuucyo kala duwan:

- Sidee ayay dalwadda Norway u qeexdaa gacanqaadka
- Sharciyada Norway
- Sida ay dadku uga falceliyaan dhibaatooyinka iyo culaysyada
- Sidee ayaan uga adkaan karnaa xaaladaha kala duwan ee nololmaalmeedka
- Barbaarinta carruurta
- Sinnaanta ragga iyo dumarka
- Sidee ayaa dhammaan looga qaybqaadan karaa joojinta gacanqaadka

Kooxaha noocan ayaa Norway lagu qabanayay ilaa iyo 2013-kii, dadkii xeryaha degganaa ee ka qaybqaatayna waxay sheegeen in ay tani ahayd mid xiise miiran ah wax badanna laga bartay. Hadda ayaannu koox ka billaabaynaa halkan xerada waxaanan rajaynaynaa in ay dad badani doonayaan in ay ka qaybqaataan!

SOMALISK

Liiska ereyada

AWOOD-DARRO (sida awoodla'aan, difaacda'aan)

WADAHADAL

DHIB

ANSHAX

QIIMAYN

KA-HORTEGID

QAABFIKIR

MAARAYN (wax ka qabasho)

DAAHSOON («dormant», qaxaya)

SINNAAN

KA ADKAAN (ku guuleysasho, si wanaag leh u qabasho)

KA ADKAASHO

AKHLAAQ IYO ANSHAX (MURAAL)

LABA-CELIN

AAN LA SAADAALIN KARIN

SHARAF (*af-norwijigu hal erey ayuu u yaqaannaa arrintan. Luuqado kale ereyo badan ayay leeyihiin oo ay arrintan ugu yeeraan.*)

ጉጅለዝርርብ ብዛዕባ ጎነጽ

ኣብ ኩሉ መዓስከራት ሓተቲዎቻብ ኖርወይ ጉጅለታትዝርርብ ይከየድ ኣሎ። እዞን ጉጅለታት እዚአተን ሓደ ኣካል ናይቲ ብሃገራውን ኣህጉራውን ደርጃ ዝካየድ ዘሎ ጻዕቲትታ ንምውጋድን ምንካይን ጎነጽ ኢዮን። ነገራት ኣብ ኖርወይን ካብቲ ዝመጸእኩምሉ ዓድን ከመይ ከም ዝመስል ሓቢርና ክንዘራረበሉ ኢና።

ንኣኼባ ጉጅለታት ብመራሕቲ ጉጅለታት ንገለ ደቓይቓ ኣስተምህሮታት ክወሃቦን ኢዮ። ብድሕሪኡ ኣኣብጉጅለና ኩንና ዝተፈላለዩ መዳያት ክንዛተ ኢና፡

- መንግስቲ ኖርወይ ንጎነጽ ብኸመይ ከም ዝገልጸ
- ሕጊታት ኖርወይ
- ደቂሰባት ኣብ እዋን ቅልውላውን ተጽዕኖታትን ግብረመልሶም ብኸመይ የርእዩ
- ዝተፈላለዩ ኩነታት ኣብ መዓልታዊ ሂወትና ብኸመይ ክንመልኮም ንኸእል
- ኣተዓባብያ ቆልዑ
- ማዕርነት ኣብ መንጎ ደቂተባዕትዮን ደቂኣንስትዮን
- ኩልና ብሓባር ከመይ ኢልና ንጎነጽ ክንገትኦ ንኸእል

ከምዚ ዓይነት ጉጅለታትልዝብ ኣብ ኖርወይ ካብ 2013 ኣትሒዙ ኢዮ ክእንገድ ጸኒሑ፡ ቅድሚ ሕጂ ተሳቲፎም ዝፈልጡ ተቐመጥቲ ከም ዝገለጹዎ ድማ ኣዝዩ መሃርን መሳጥን ከም ዝነበረ ኢዮ።

ሕጂ ጉጅለታትልዝብ ኣብዚ መዓስከር ክንጅምር ብምጂና ብዙሓት ንክሳተፉ ባህጊ ንኸህልዎም ንትሰፎ!

TIGRINJA

ORDLISTE ዝርዝር ቃላት

AVMAKT (som i maktesløshet, forsvarsløshet)

ሓይለኣልቦ: ድኻም መዘኣልቦ

DIALOG ዘተ

DILEMMA ወዋጥር

ETIKK ቅጥዕምግባር

EVALUERING ግምገማ

FOREBYGGE ምክልኻል

HOLDNING ባህርያ

HÅNTERE (å takle) ምምካት

LATENT («dormant», ulmende) ደጉል

LIKESTILLING ማዕርነት

MESTRE (å greie, å klare på en positiv måte) ምምላኽ

MESTRING ምልክት

MORAL ፍኖን

REFLEKSJON ምንጽብራቕ

UFORUTSIGBAR ዘይግመት

ÆRE *(vi har kun ett ord for dette på norsk. Dette har andre språk flere ord for.) ክብሪ*

گروه گفتگو در باره خشونت

در کمپ های پناهندگی در سراسر نروژ گروه های گفتگو ایجاد میشود. این گروه ها بخشی از اقدامات ملی و بین المللی برای کاهش و جلوگیری از خشونت است. ما باهم پیرامون وضعیت در نروژ و کشورهایی که شما از آنجا می آید صحبت خواهیم کرد.

جلسات گروه به این ترتیب آغاز می شود که ما که مسئول گروه ها هستیم چند دقیقه ای درس می دهیم و بعد از آن در جمع گروه موضوعات مختلف را به بحث می گذاریم از قبیل :

- دولت نروژ چه اعمالی را خشونت تلقی می کند.

- قوانین نروژ

- انسانها در مقابل بحران ها و مشکلات چگونه عکس العمل نشان می دهند.

- ما چگونه می توانیم با وضعیت های مختلف زندگی روزانه کنار بیائیم.

- تربیت کودک

- برابری حقوقی بین مردان و زنان

- چگونه همه می توانند از بروز خشونت جلوگیری کنند.

از سال 2013 به بعد (از سال 1392/1393) این نوع گروه ها تشکیل و برگزار گردیده است. و ساکنینی که قبلا در این گروه ها شرکت کرده اند گفته اند که این گروه ها خیلی آموزنده و جالب بوده است.

حالا ما در این کمپ این گروه ها را شروع می کنیم و امیدواریم که شما علاقمند به شرکت در این گروه باشید.

لیست لغات

بی دفاع / ضعف/ ناتوانی

گفتگو- دیالوگ

دو راهی /معضل /وضع دشوار

اخلاق

ارزیابی کردن

پیشگیری کردن

شیوه فکر نسبت به/ نگرش

از عهده بر آمدن / برخورد کردن

پنهان / آتش زیر خاکستر/ سوختن بدون آتش

برابری حقوقی

از عهده بر آمدن – توانستن به یک شکل مثبت

اخلاق

تامل

د زور زیاتۍ په اړوند گروهی خبرې اترې

د ناروی د کډوالو په ټولو کمپونو کې د زور زیاتۍ په هکله ډله ایزې خبرې اترې تر سره کېږي. دغه گروهونه (ډلو) د ظلم او زور زیاتۍ د کمولو او مخنیوی دپاره په ملی او بین المللی سطحه هلې ځلې کوي. مونږ به په ناروی او ستاسو هیوادنو کې د زور زیاتۍ د شتون په هکله سره خبرې اترې کوو.

د گروهی غونډو په پیل کې مونږ ، د گروهونو د مشرانو په صفت ، ټولو برخه والوته د څو دقیقې د پاره د یاد شوی موضوع په هکله ښوونه ورکو. او وروسته په ټولو گروهونو کې د لاندنیو مختلفو موضوعگانو باندې بحث کوو:

- د زور زیاتۍ تعریف د ناروی د دولت له نظره

- ناروژی قوانین

- انسانان د بحران او فشار په وړاندې څرنگه غبرگون ښی

- څرنگه کولای شو چې ورځني مختلفو حالاتو باندې پوره تسلط ولرو

- د ماشومانو روزنه او پالنه

- د نارینو او ښځو د حقوقو برابروالی

- څنگه په گډه سره کولای شو چې د زور زیاتۍ مخنیوی وکړو

د ۲۰۱۳ کال نه راهسې په ناروی کې یو لړ ډلې په کار او فعالیت پیل کړيدي چې د زور زیاتۍ د مخنیوی د پاره هڅه کوي ، او په دې هکله د پخواني اوسیدونکو نظر دادی چې د زور زیاتۍ د له منځه وړلو دپاره ډله ایزې هلې ځلې کتوري او پر زړه پوري دي .

مونږ اوس دلته د کډوالو په کمپ کې د گروهونو په جوړولو باندې پیل کوو ، او هیله مند یو چې ډېر کسان ورته لېوال

شي .

دلغتونو لیست :

بی وسه (څوک چې دخپل ځان د دفاع توان نلری ، ځان نه دفاع نشي کولای)

خبرې اترې

کرکیچن حالت

اخلاق او سلوک

ارزونه / بررسی

مخنیوئ

لیوال / میل لرل

توان (د مقابلي د پاره)

ناڅرگنده (بي فعالیته ، په سختی سوځیدل)

برابروالی

رهبری کول (د یوکار په ښه توګه د سرته رسولو قابلیت)

روحیه

غبرګون

د اټکل وړ

ویار / عزت (په ناروژی ژبه کښي دغه کلمه یواځي یوه معنا لري ، مګر په نورو ژبو کښي ، ډیرې *)

خشونت در مورد (ب حث) گ و گ ف توگ و گ روهلی

این می‌گردد که شرکت (گ روهلی هلی نشدست) گ و گ ف توگ روپهای هندگ ان پنا هلی کمپ تمام در ناروی در وکاهش جلوگیری جهت الامالی بین و ملی هلی تلاش از بخشی (گ روهلی هلی نشدست) وگ و گ ف توگ روپهای با هم باید آمده جا ازان شما که ک شوری و ناروی در که یی هلی چ یز چ گونگی به ارمه در ما می باشد خشونت می‌کنیم صحت

مید آموزش آدقیه چند مدت سروگ روپها عنوان به ما که می‌گردند آغاز آن با گ روهلی هلی نشدست این می‌گیریم به حث به را آتی مخ تلف موضوعات هلی گ روپ درین سد پس هییم

ناروی دولت طرف از تخوشون تعریف چ گونگی —

ناروی قوانین —

ت نشها و هلی حران در اف راد هلی واک نش چ گونگی —

روزمره مختلف و شرایط اوضاع بالای آمدن به رغالاب ما ت و انای چ گونگی —

اطفال تربیت —

مرد و زن بین مساوی موقف —

خشونت منع یراسد تادر شان بودن در سهیم هه ت و انای چ گونگی —

قبلاً ساکنان یک و است داشته وجود این طرف به 2013 سال از هلی گ روپ هچو شرکت ناروی ک شور در است به وده آموزنده و جالب ک اریلی این که اند داشته اظهار، اند ورزیده شرکت

شرکت نخواهد به سبب یاری که است امید و می‌کنیم آغاز را (گ روهلی نشدست) گ روپ یک کمپ درین ما حالا باشند

ها واژه لیست

آو ماکت : بیچاره (در نا توانی, بی دفاعی)

دیالوگ : گفتو گو

دیلیما : چالش

ایتیک: اصول اخلاقی

ایوالویرینگ: ارزیابی

فورببگ : پیشگیری

هولد نینگ: گرایش

هونتیره : درست کردن, (مقابله کردن)

لاتینت : پنهان, («خوابیده», شعله ور)

لیکیستیانگ : موقف مساوی, مساوات

مستره : توانا بی داشتن, (توانستن بطریقهء مثبت)

مسترینگ : توان

مورال: اخلاق

ریفلیکشنون : واکنش, انعکاس

اوفوراوتسیگبار: غیر قابل پیشبینی

آره : غیرت, صداقت, شجاعت (ما در نارویجی صرفاً یک کلمه داریم. دیگر زبان ها چندین کلمه به جای این دارند)



Deltakerbevis

har deltatt i samtalegruppe ved mottak.

Gruppen inneholdt informasjon og dialog om ulike tema som:

- Hva norske lover og retningslinjer sier om vold
- Ulike reaksjoner ved kriser og påkjenninger
- Hvordan få et godt hverdagsliv
- Likestilling
- Trygge oppvekstvilkår for barn

I samtalegruppene møtes en fast gruppe beboere til samtaler under ledelse av to ansatte ved mottaket. Omfanget er omtrent 18 timer. Samtalegruppene er et ledd i nasjonal og internasjonal forebyggende innsats mot vold. Tiltaket er utarbeidet av stiftelsen Alternativ til Vold på oppdrag fra Utlendingsdirektoratet. Gruppene gjennomføres i alle norske asylmottak.

Grupeleder

Grupeleder

10 VIDERE LESNING

Se også linker under temamøtene i kapittel 6.

Brosjyrer og undervisningsmateriale:

Integrerings- og mangfoldsdirektoratet (2011): *Informasjon til foreldre om ekteskap*

MiRA-Senteret (2010): *Si nei til vold mot kvinner!*

UDI (2009): *Foreldre i Norge*. Modul 5 «Om å slå barn» & modul 6 «Partnervold».

VOX (2009): *Vold i nære relasjoner, tvangsekteskap og kjønnslemlestelse*. Et undervisningsopplegg for nyankomne innvandrere.

Handlingsplaner og rapporter:

Et liv uten vold. Handlingsplan mot vold i nære relasjoner 2014–2017

Forebygging og bekjempelse av vold i nære relasjoner. Det handler om å leve.

Melding til Stortinget, Meld. St. 15 (2012–2013)

Handlingsplan mot tvangsekteskap, kjønnslemlestelse og alvorlige begrensninger av unges frihet 2013–2016

Kvinnens sikkerhet i mottak. Region- og mottaksavdelingen, UDI (2008)

Vendepunkt – regjeringens handlingsplan mot vold i nære relasjoner 2008–2011

Bøker:

Berg, Berit & Valenta, Marko (2012): *Asylsøker – i velferdsstatens venterom*

Heltne, Unni & Steinsvåg, Per Øystein (2011): *Barn som lever med vold i familien*

Isdal, Per (2003): *Meningen med volden*

Wikan, Unni (2008): *Om ære*

