

Frivillige psykologer i asylmottak

- refleksjoner av erfaringer
av psykolog/PhD Marianne Bang Hansen og psykolog Gina Caspersen



Introduksjon

- Hvorfor meldte vi oss til dette?

Rammer og struktur for samtalegruppene

- Kontakt og samarbeid med tilrettelegger på mottak
- Informasjon til beboere
- Forsamtaler og gruppesammensetning
- Bruk av tolk
- Hyppighet og varighet

Innhold

Møte 1: Introduksjon og “bli kjent”, samt regler og valg av tema fremover.

Møte 2: Psykoedukasjon og helse

Møte 3: Søvn

Møte 4: Stress og psykosomatikk

Møte 5: Følelser (og deres funksjon)

Møte 6: Identitet

Møte 7: Aktivitet i Oslo

Møte 8: Felles måltid og avslutning av gruppetilbud

Forventninger og utfordringer

- Når kart og terreng ikke passer sammen
 - Gruppeleder vs. gruppedeltager
 - Tidligere traumeerfaringer vs. aktuelle utfordringer i hverdagen
 - Kulturforskjeller
 - Inn i mottak vs. ut av mottak
- Fysiske forhold påvirker psykiske forhold

Virksomme faktorer

- Forsamtaler
- Rutiner og struktur
 - Kontinuitet og endring av tidspunkt for grupper
 - Rød tråd med få enkle modeller
 - Samme øvelser ved inngang og avslutning.
- Ikke-verbal tilnærming og symbolbruk.
- Trygt og godt samarbeid mellom gruppeledere
- Legg vekk ekspertrollen, nysgjerrighet!
- Fellesfaktorer og justeringer underveis
 - Stikkord: Gjensidig respekt, verdighet, identitet, relasjon og forutsigbarhet

Referansegruppen

- Psykolog Matias Bals
- Psykologspesialist/PhD Ragnhild Dybdal
- Psykologspesialist Helen Christie
- Psykolog/PhD Marianne Bang Hansen
- Prosjektledere Kristin Blomstrand/Ane Kristiansen
- Følgeforsker Kristin Buvik

Rammer og roller

- Referansegruppa
- Prosjektforståelse
- Ramme- og rolleforståelse

Individ og samfunn

- Mennesker på flukt – hva kommer de frem til?
- Hva kan vi bidra med når basis ikke er dekket?
- En saus av erfaringer – hvorfor frivillige psykologer
- Evt, hvorfor ikke?

Take home message:

En tveegget konklusjon...