

# Setter farge på følelsene

Unge flyktninger i Østre Toten lærer å uttrykke følelser med pensel og farger.

**V**i har i mange år jobbet med barn og unge som bor i asylmottak i Østre Toten kommune. I arbeidet har vi savnet et verktøy for samtaler med disse barna og ungdommene. Våren 2009 fulgte vi en kursrekke ved RVTS ( Regionalt ressurscenter om vold, traumatisk stress og selvmordsforebygging) med tittelen «Flyktninger og traumatiserte innvandrere». Vi ble svært inspirerte av Grethe Savosnick som foreleste om male- og samtalegrupper for elever som har opplevd krig og flukt. Vi ønsket å bruke metoden i vår kommune. Høsten 2009 tok vi kontakt med helsesøster Grethe Savosnick ved RVTS og drøftet oppstart av grupper. Vi ble tilbudt opplæring i metoden og gjennomførte den ved RVTS mai/juni 2010.

## Om metoden

Metoden er utarbeidet av psykolog Kjerstin Almquist fra Göteborg og er basert på doktoravhandlingen hennes «Refugee children». Malegruppen skal gjøre barna bedre i stand til å mestre hverdagen, slik at de kan frigjøre tid og ressurser til læring og relasjonsbygging. En under-

søkelse som ble gjort av Larsen og Øzerk i 1999 konkluderte med at hver tredje barneskoleelev og annenver ungdomsskoleelev med krigsbakgrunn hadde konsentrasjons- og innlæringsvansker. Denne undersøkelsen viser at det er svært viktig at barn og unge som har opplevd krig og flukt, får mulighet til å bearbeide tanker og følelser for å oppnå bedre mestring i hverdagen.

Tanken bak male-samtalegruppene er altså at barna skal få kontakt med følelsene sine gjennom å uttrykke seg ved hjelp av bilder. Metoden er utprøvd ved enkelte Oslo-skoler, samt ved mot-taksklasser i Bærum kommune. Gruppene holdes i skoletida og er en del av elevenes skoletilbud.

Temaer for samlingene:

1. Presentasjon, lage fargeklatter og navneskilt
2. Mal fra ditt hjemland, eller landet dine foreldre kommer fra ( ditt hjem, din skole, din by)
3. Mal deg selv og din familie
4. Mal deg selv på skolen
5. Mal en gang du var veldig redd
6. Mal noe trygt og godt som gjør deg glad
7. Mal krig og soldater, eller flukten
8. Mal noe du vil gjøre
9. Mal deg selv som voksen. Framtidsutsikter?
10. Avslutning og evaluering

Vi har begge lang erfaring i å arbeide med flyktninger innen helse/skole. Anne-Grete har i tillegg arbeidet med ulike former for samtalegrupper i tilknytning til sitt fagområde som helsesøster. May Bente har arbeidet med sjølutviklingsgrupper i omtrent ti år og har erfaring med bruk av bilder som metode.

## Forarbeidet

Vi tok høsten 2010 kontakt med BUP på Gjøvik for å få til en samarbeidsavtale, noe som er en forutsetning for å kunne starte opp arbeidet med denne metoden. Vi hadde deretter en informasjonssamtale med et team på BUP som var svært motiverte for å følge opp dette arbeidet, og vi hadde umiddelbart en samarbeidsavtale på plass. BUP ønsket i tillegg at vi skulle komme tilbake og legge fram resultatet av arbeidet med gruppa.

Deretter startet arbeidet med å finne ut hvilke barn som skulle delta i gruppa. Det var helt avgjørende å foreta en grundig kartlegging av de aktuelle barna. Det er ikke ønskelig å blande barn der noen har en familie med krigsbakgrunn, andre ikke. Det er viktig at barna har omtrent samme bakgrunn og passer samens aldersmessig.

Vi valgte ut fem barn som skulle delta. Barna har til felles at de bor i asylmottak, og har vært i Norge flere





#### UTTRYKKER FØLELSER:

Ved å male lærer barna at følelser er normale, og at det er viktig å få kontakt med og snakke om følelsene sine. Illustrasjonsfoto: Colourbox.

år. De var i alderen 7 – 12 år. Alle har foreldre som har opplevd krig og flukt, og noen av barna har selv opplevd krig og flukt. De fleste har sterke minner fra hjemlandet og reisen til Norge.

Det ble gitt skriftlig og muntlig informasjon til foreldrene. Vi foretok hjemmebesøk til alle med tolk. Det var positiv respons fra alle foreldre. De uttrykte takknemlighet for at vi ønsket å gi barna et slikt tilbud, og det ble også etterspurt lignende grupper for voksne.

Deretter ble skolene kontaktet for å informere om opplegget, og en barne-skole ble valgt som fast base for gruppesamlingene. Dette var av praktiske og geografiske grunner. To av barna måtte hentes et annet sted i kommunen. De ble hentet på skolen og kjørt til hjemmet etterpå. Det ble kjøpt et barnesete for å sikre trygg transport. Leder og andre ansatte ved asylmottaket ble også informert om tilbudet og hvilke barn som skulle delta.

#### Gjennomføringen

Vi har hatt elleve gruppesamlinger. Det ble nødvendig fordi ett av barna ikke var til stede den ene gangen, og vi anså det som viktig at alle var med på alle temaene.

Vi så en god utvikling hos barna gjennom hele prosessen. I starten var de mer opptatt av å prestere og lage fine bilder enn av temaet. Etter hvert forsto

de at dette var en måte å uttrykke følelser og tanker på, og at det ikke handlet om å være «flink».

Vi ledere var nøye på at det skulle være stille under maleøktene, slik at alle fikk konsentrere seg og tenke i fred.

Alle barna fikk si noe om hva de hadde malt og sine tanker om temaet. Det var ikke krav om at de skulle snakke om bildene sine, men alle ønsket det hver gang. De ble også etter hvert veldig flinke til å stille hverandre spørsmål, og viste god omsorg og respekt for de andre gruppe-medlemmene.

Kontaktlærerne gav oss tilbakemelding på at elevene gledet seg til samlingene, og de har sett en forandring hos noen elever. Det ble også oppdaget at noen hadde problemer som trenger videre oppfølging.

#### Evaluering

Det er gjennomført ett foreldremøte i ettertid. Alle gav uttrykk for at barna hadde likt seg godt i gruppene, og de hadde fortalt mye hjemme. Barna fikk med seg mappene med maleriene sine siste dag, og hadde vist dem fram hjemme. De var stolte av det de hadde fått til. Foreldrene fikk tilbakemelding på hvordan det har vært i gruppene og hva vi har sett av forandring hos barna.

Siste gruppesamling hadde vi en

spørreundersøkelse som gikk på hvordan barna hadde opplevd timene. Barna var jevnt over godt fornøyd. Som oppfølging vil vi vurdere videre tiltak i samarbeid med skolen og BUP der det er nødvendig.

#### Tanker videre

Erfaringen vi har gjort gjennom dette opplegget, er at det er nyttig for barna å få denne muligheten. De har lært at følelser er normale, og at det er viktig å få kontakt med og snakke om følelsene sine. De gode tilbakemeldingene bekrefter at det er behov for et slikt tilbud. Vi som har lang erfaring med barn i en slik livssituasjon, har ønsket et slikt opplegg i mange år, og er glad for at vi nå har fått mulighet til å drive slike grupper.

I samarbeid med helsesjef og skolesjef i Østre Toten kommune, er det bestemt at vi skal fortsette med grupper neste år også. ■



Tekst **Anne-Grete Flatabø Engtrø**, helsesøster med delegert ansvar for asylsøkere og flyktninger



Tekst **May Bente Raudajoki**, spesialpedagog og veileder i norsk som andrespråk.