

Traumainformerat arbetssätt – en enkel lösning på ett stort problem?

Då vi tillsammans med en grupp på ett dussin personer från olika kommuner och organisationer samlades den 19.5 för att få ta del av Stigin2 projektets traumaexperter, psykologerna Ferdinand Garoffs och Frida Johansson Metsos diskussionsinlägg, utgick vi ifrån följande frågeställningar:

- Vilken hjälp finns att få för barn med trauma i bagaget?
- Vilka organisationer kan ge råd åt personal i de här frågorna?
- Vad finns det för projekt som jobbat med detta och har samlat nyttig kunskap?
- Hur kan vi stöda barn med trauma i det dagliga livet i t.ex. dagis, klassrum eller på fritiden, så att även de här barnen känner sig trygga?
- Och kan vi komma överens om en slags "Gold standard" – hur skulle det se ut i den bästa av världar?

Vilken hjälp finns att få för barn med trauma i bagaget?

Det finns en hel del olika välfungerande traumafokuserade terapiformer, bl.a. EMDR, narrativ exponeringsterapi och traumafokuserad kognitiv beteendeterapi m.fl. Problemet är alltså inte brist på vårdformer eller terapier utan att de är så ojämnt fördelade. Att i praktiken få den hjälp ett barn eller en ung person behöver, handlar om regional och kanske främst lokal ojämlikhet. I vissa kommuner fungerar det bra, medan i andra inte alls. Och i Österbotten råder det helt klart brist på personal som kan ge traumaterapi på svenska.

Vilka organisationer kan ge råd åt personal i de här frågorna och vilka projekt har jobbat med detta och samlat nyttig kunskap?

Det finns också en hel del projekt och organisationer som kan ge råd då personal i skola, dagis och inom olika fritidsverksamheter funderar på de här frågeställningarna. Hur känna igenom symptom, när är det dags att kontakta proffs, vad kan just jag göra och information om olika utbildningar. Inom PALOMA-projektet, utarbetades det en handbok och inom PALOMA2 som avslutas nu i juni har målet varit att grunda ett nationellt PALOMA-kompetenscenter. För tillfället jobbar kompetenscentrets experter i anslutning till de fem universitetssjukhusen samt i samarbete med Mieli ry. PALOMA-projekten har precis som Stigin varit AMIF finansierade och webbsidan är en riktig guldgruva för den som vill lära sig mer om traumastöd för personer med flyktningbakgrund: <https://thl.fi/fi/tutkimus-ja-kehittaminen/tutkimukset-ja-hankkeet/pakolaisten-mielenterveystyon-valtakunnallisen-tukirakenteen-perustaminen-ja-osaamisen-levittaminen-paloma2->

Finland har en mentalhälsostrategi och det finns också en hel del inhemsk forskning vid bland annat Tammerfors universitet om just narrativ exponeringsterapi som är en av de traumaterapiformer som använts för att stöda barn med flyktningbakgrund. Men eftersom den här informationen är ganska utspridd och alla kanske inte heller känner till den, så hittar du fler organisationer, resurser och projekt samlade i Ferdinand Garoffs presentation ([länk](#)).

Hur kan vi stöda barn med trauma i det dagliga livet i t.ex. dagis, klassrum eller på fritiden, så att även de här barnen känner sig trygga?

Eftersom proffshjälp inte alltid är tillgänglig, så behöver vi också fundera på hur vi kan underlätta det dagliga livet med kanske ibland helt enkla medel. Under Frida Johansson Metsos ledning diskuterade vi olika lösningar som kan underlätta arbetsron i t.ex. ett klassrum. En så enkel sak som halverade tennisbollar under stolsbenen tar bort otrevligt skrapljud som annars kan trigga igång obehagliga upplevelser. Barn i olika åldrar uppvisar inte nödvändigtvis likadana symptom, i Fridas tabell kan du läsa mer om vilka symptom som de kan vara bra att vara uppmärksam över i specifika åldersgrupper ([länk](#)). En småbarnspedagog, klasslärare eller fotbollstränare kan och ska givetvis inte vare sig ställa diagnoser eller fungera som traumaterapeut, men alla som jobbar med barn och unga från tredje land och med flyktingbakgrund skulle vara betjänta av att lära sig ett traumainformerat arbetssätt. Det här kom klart fram under workshopens gång. Vilket ledde till att vi i projektet nu funderar på om vi inom Stigin2 projektets ramar kunde erbjuda en tvåspråkig kortkurs i traumainformerat arbetssätt. Det här återkommer vi till i höst, när vi vet mera om vilka möjligheter som finns.

Hur skulle det se ut i den bästa av världar? Kan vi komma överens om en "Golden standard"?

Frida Johansson Metso hade i sin presentation en hel del förslag på hurudana åtgärder det kunde röra sig om, och som kunde fungera som stöd för dem som jobbar professionellt. Men framförallt åtgärder som verkligen skulle påverka barn med traumabakgrund i en positiv riktning. Bara en så enkel men svår sak, som uppehållstillstånd har en enorm betydelse för känslan av trygghet. Många gånger är det inte den svåra vägen till det nya landet som orsakar det största traumat utan snarare sådant som barn och unga möter när de ska etablera sig i ett nytt land. Det är allt från fördomar och rasism till just den otrygghet som väntan på ett uppehållstillstånd innebär. Det här påpekade Frida redan under konferenser inom det föregående Stigin projektet. I Fridas presentation ([länk](#)) finns flera förslag på en "Golden standard".

Det arbete som inleddes i januari i samband med projektets Kickoff seminarium och som fortsatte med workshopen i maj är tänkt att utmynna i en broschyr med vägledning och information för hur professionella och personer som jobbar inom fritidssektorn på bästa sätt ska kunna stöda barn och unga med flyktingbakgrund som bär på olika typer av trauman. Dels få tips på hur göra i den egna verksamheten men också var hitta hjälp vid behov. Vi fortsätter det här viktiga arbetet tillsammans och ses på nästa workshop i september!

Text: Carina Gräsbeck, Processansvarig i Åboland.