

# FLYGTNINGEBØRN I DAGPLEJEN

SÅDAN KAN DU MODTAGE FLYGTNINGEBØRN  
OG DERES FAMILIER



Udgivet af: Center for udsatte Flygtninge / DFH  
Ansvarshavende red: Mette Blauenfeldt  
Redaktion: Anja Weber Stendal / Mathilde Boye

Dansk Flygtningehjælp  
Borgergade 10  
1300 København K  
Telefon +45 3373 5000  
Email [udsatte@drc.dk](mailto:udsatte@drc.dk)  
[www.flygtning.dk/udsatte](http://www.flygtning.dk/udsatte)

Guiden er gratis og kan  
rekvireres ved at kontakte  
Center for Udsatte Flygtninge  
i Dansk Flygtningehjælp på  
telefon: 3373 5339 eller  
e-mail: [udsatte@drc.dk](mailto:udsatte@drc.dk)

Oplag: 6000  
ISBN: 978-87-7710-054-3  
Layout: Lenny Larsen / Design Now  
Tryk: Frederiksberg Bogtrykkeri A/S  
Juni 2016

## Indhold

<b>Om guiden</b> .....	4
<b>Dagplejen kan fremme flygtningebørns trivsel</b> .....	5
<b>Flygtninge og traumer</b> .....	6
Mange flygtninge har traumer.....	8
Traumer rammer også børn .....	8
Traumer kan smitte .....	10
Børn er ekstra udsatte .....	11
Robusthed beskytter mod traumer.....	12
<b>Dagplejens rolle</b> .....	13
Aktive børn med ressourcer .....	13
<b>STROF – Sådan gør du i praksis</b> .....	15
S – Struktur.....	15
T – Tale og tid .....	17
R – Ritualer .....	18
O – Organiseret leg.....	19
F – Forældresamarbejde.....	22
<b>Pas på</b> .....	27
Pas på dig selv – du er ikke terapeut.....	27
Pas på barnet – det er ikke tolk .....	27
<b>Rammerne om den gode modtagelse</b> .....	28
Informationsfolder på arabisk.....	28
Pædagogen deltager i besøgsrunden .....	28
Flygtningebørn tæller dobbelt .....	28
Netværk for dagplejerne.....	29
<b>Mere viden om og for flygtninge</b> .....	30
Litteratur og materialer for dig og dine kollegaer.....	30
Behandlingssteder og rådgivning for flygtninge .....	31
Nyttige hjemmesider.....	31
Anvendt litteratur og hjemmesider.....	32

## Om guiden

**Guiden** beskriver først flygtningefamiliernes og -børnenes baggrund, herunder deres eventuelle traumer. Derefter anviser den nogle effektive redskaber, dels til den enkelte dagplejers arbejde med flygtningebørnene og deres familier, dels til rammerne om dagplejens indledende modtagelse af familierne.

**Formålet** med guiden er at støtte dagplejen i arbejdet med at skabe et socialt miljø, der hjælper flygtningebørnene på vej mod et godt liv i Danmark. Redskaberne kan bruges til at bygge videre på de mange gode elementer i dagplejens nuværende praksis. Flygtningebørn er nemlig først og fremmest børn som alle andre.

**Inspiration** til guiden kommer primært fra *Børn og unge med flygtningebaggrund. Anbefalinger til professionelle* af Edith Montgomery og Sidsel Linnet, *Traumatiserede flygtningebørn i pædagogisk praksis* af Teresa Jakubczyk samt *Det traumatiserede barn. Symptomer, konsekvenser og behandling* af Anne Bovbjerg og Espe Maria Kahler. Espe Maria Kahler har desuden bistået med at kvalitetssikre guiden.

**Tak** til de ressourcepersoner fra dagplejen, der har bidraget med gode råd, praktiske eksempler og kritisk gennemlæsning. Tak til Anette Haudal fra Dagplejen i Odsherred, Pernille Kruse Lauridsen fra Dagplejen i Næstved og Dorthe Andersen fra Dagplejen i Odder.

## Dagplejen kan fremme flygtningebørns trivsel

Antallet af flygtninge i verden er det største siden 2. Verdenskrig. Især krigen i Syrien tvinger millioner af mennesker på flugt. Langt de fleste søger sikkerhed i nærområderne, men også Europa oplever store flygtningestrømme. Sammen med krige og kriser andre steder i verden er det årsagen til, at Danmark nu modtager ekstraordinært mange asylansøgere.

Omkring 17.000 flygtninge forventes at få asyl i Danmark i 2016. I 2015 var tallet 10.856. Antallet af flygtningebørn, der kommer til Danmark, er også steget de seneste år. I 2015 fik 7.448 flygtningebørn opholdstilladelse i Danmark, hvilket er mere end en fordobling fra året før.

### **7.448 flygtningebørn fik opholdstilladelse i 2015**

Når familierne får asyl, visiteres de til en kommune, hvor de omfattes af et treårigt integrationsprogram. Børn i førskolealderen starter i dagpleje eller daginstitution inden for få uger. I Danmark går hvert tredje barn i alderen 0-2 år i dagpleje, så mange flere dagplejere vil fremover møde flygtningebørn og deres forældre.

Flygtningene kommer hertil med vidt forskellige baggrunde og oplevelser i bagagen. Nogle flygtningebørn er traumatiserede, og det stiller særlige krav til dagplejens rammer og pædagogiske praksis. Det kan have alvorlige konsekvenser for børnenes trivsel og udvikling, hvis der ikke sættes ind med en målrettet og intensiv indsats.

Dagplejen har gode forudsætninger for at give flygtningebørn og -forældre en tryk start i Danmark. De fysiske rammer med færre børn kan give en ro og overskuelighed, som man sjældent finder i større daginstitutioner. Mange dagplejere har allerede erfaringer med at modtage børn, der har behov for et særligt trygt miljø.

Alle dagplejere og dagplejepædagoger har desuden erfaring med at vurdere, om børn trives. Den erfaring skal anvendes i arbejdet med flygtningebørn, men den bør suppleres med viden om de særlige forhold, der gælder for flygtningebørn.



Elev i 4. klasse, projekt 'Børn af Krig og Fred' 2011

## Flygtninge og traumer

Flygtningene kommer til Danmark med vidt forskellige baggrunde. Alle er dog flygtet fra krig og kaos, organiseret vold eller totalitære regimer. Mange har oplevet og overlevet en langvarig og farefuld flugt, inden de nåede Danmark. Her finder de sikkerhed, men de møder også en fremmed kultur, et fremmed sprog og en fundamentalt ændret livssituation. Derudover lider mange af savn og afsavn som følge af krigen og flugten.

**HVEM, HVOR, HVORFOR**

**Hvem er flygtning?** En flygtning er et menneske, der er forfulgt på grund af race, religion, politiske aktiviteter eller lignende og som derfor har forladt sit land. En flygtning risikerer at miste livet, blive fængslet eller tortureret, eller at få krænket sine menneskerettigheder på anden vis i hjemlandet.

**Forskellen på indvandrere og flygtninge?** En flygtning forlader sit land på grund af forfølgelse, mens en indvandrer rejser af egen fri vilje eller grundet dårlige levevilkår i hjemlandet.

**Hvorfor tager Danmark imod flygtninge?** Danmark har gennem internationale aftaler forpligtet sig til at tage imod flygtninge. Vi har en lang tradition for at bære en del af det internationale ansvar, når det gælder flygtninge og andre humanitære indsatser.

**Hvem får asyl i Danmark?** Alle kan søge om asyl i Danmark, men det er langt fra alle, der kan få deres asylsag behandlet her i landet. Hvis asylansøgere på deres vej til Danmark har været igennem et andet sikkert land, hvor de ikke risikerer forfølgelse eller at blive sendt hjem til deres hjemland, skal de, i henhold til Dublinforordningen, søge asyl i dette land.

**Hvor mange?** I 2015 søgte 21.225 personer asyl i Danmark. 10.856 personer fik opholdstilladelse som flygtninge. De største ansøgergrupper i 2015 var Syrien, Iran, Afghanistan og Eritrea.

**Hvad lever flygtninge af i Danmark?** Mange arbejder og forsørger sig selv. Flygtninge, der ikke arbejder, kan få offentlig hjælp til forsørgelse. For at få økonomisk hjælp skal man være villig til at tage et arbejde, søge efter job og deltage i beskæftigelsesfremmende aktiviteter. Flygtninge har ret og pligt til at deltage i et 3-årigt integrationsprogram med danskundervisning og forskellige former for beskæftigelsesfremmende tilbud.

## Mange flygtninge har traumer

Mellem 30 og 45 procent af de flygtninge, der kommer til Danmark, er traumatiserede. Ordet traume dækker følger af voldsomme oplevelser, både fysiske og psykiske. Mennesker, der lever med psykiske følger af en eller flere voldsomme oplevelser, kan få diagnosen Post Traumatisk Stress Syndrom, forkortet PTSD. Syndromet rummer følelser af intens frygt, hjælpeløshed og tab af kontrol, og symptomerne kan være:

- **stressreaktioner** som kommer til udtryk ved søvnbesvær, koncentrationsbesvær og følsomhed over for visse lyde
- **genoplevelsesfænomener** hvor den traumatiserede genoplever traumatiske hændelser, eksempelvis gennem mareridt og flashbacks
- **undgåelsesadfærd** hvor den traumatiserede forsøger at undgå tanker, følelser og aktiviteter, der kan fremkalde minder fra ubehagelige oplevelser.

## Traumer rammer også børn

Præcis som de voksne flygtninge kommer børnene til Danmark med meget forskellige baggrunde og oplevelser. Nogle familier har formået at skærme deres børn mod de problemer og konflikter, som har tvunget familien på flugt, men ikke alle flygtningebørn er så heldige.

Typiske årsager til traumer hos flygtningebørn er forældres eller nære slægtninges død, at være vidne til, offer for eller deltager i voldelige overgreb eller krigshandlinger, længerevarende adskillelse fra familien, fattigdom og nød samt naturligvis selve flugten.

PTSD rammer både børn og voksne. Børnenes symptomer ligner de voksnes, altså stressreaktioner, genoplevelsesfænomener og undgåelsesadfærd, men børn er særligt følsomme, og traumatiske oplevelser kan få alvorlig negativ betydning for deres emotionelle og kognitive udvikling. Derfor er det vigtigt at kunne genkende symptomerne på traumer og PTSD, når man arbejder med



flygtningebørn, så man i tide kan gribe ind med den rigtige hjælp. Symptomerne hos børnene kan ofte grupperes i meget udadrettede reaktioner eller indadvendte reaktioner.

Hyppe symptomer hos børn i førskolealderen er:

- Tvangspræget adfærd eller monoton leg, hvor temaer eller aspekter af oplevelsen er udtrykt (traumatisk leg)
- Tab af allerede opnåede udviklingsmæssige kompetencer, f.eks. renlighed, sprog og koncentrationsevne
- Mareridt og søvnforstyrrelser
- Traumespecifik frygt, der udtrykkes på sensitive tidspunkter, f.eks. når barnet skal sove
- Klyngende adfærd og angst for adskillelse
- Angst, f.eks. for at være alene
- Let vakt gråd, ophidselse og vrede
- Uro og hyperaktivitet
- Indlæringsvanskeligheder
- Indesluttethed og tavshed
- Reduceret tillid til sig selv og andre
- Kropsspændinger

Generelt bør man være opmærksom på, at en pludselig reaktion med ændring af adfærd kan pege på, at noget i omgivelserne minder barnet om den hændelse eller situation, der oprindeligt udløste traumatet - eventuelt på et ubevidst, sansemæssigt niveau, for eksempel gennem lyde, lugte, synsindtryk eller stemninger.



Stillbillede fra filmen 'Traumer i familien', traume.dk

## Traumer kan smitte

Flygtningebørn kan være udsat for både primær og sekundær traumatisering. Primær traumatisering hænger direkte sammen med personlige, traumatiske oplevelser. Sekundær traumatisering sker derimod, når traumer hos en person, som har været udsat for voldsomme oplevelser, overføres til andre, som ikke selv har haft de voldsomme oplevelser, for eksempel fra forældre til børn. Traumer kan altså smitte.

Børns psykiske reaktioner hænger tæt sammen med deres forældres psykiske reaktioner. Børn er lette at påvirke, og de risikerer at overtage forældrenes symptomer. Børnene kan altså blive traumatiserede, fordi deres forældre er det.

Er forældrene stressede og anspændte, vil børnene ofte være nervøse og vagtsomme. Forældrenes detaljerede beretninger om grusomme oplevelser kan også gøre barnet sekundært traumatiseret.

Derudover vil nyhedsudsendelser fra hjemlandet præge stemningen i hjemmet og dermed påvirke både forældrenes og børnenes psykiske tilstand.



Stillbillede fra filmen 'Traumer i familien', traume.dk

## Børn er ekstra udsatte

Det kan være svært at se, om et barn er traumatiseret. Børnene kommer med forskellige udgangspunkter, de reagerer forskelligt på traumatiske oplevelser, og de typiske symptomer varierer med barnets alder og udviklingstrin.

Det er vigtigt at huske på, at ikke alle flygtningebørn er traumatiserede. Børn med flygtningebaggrund har forskellige temperamenter og personligheder, præcis som andre børn. Men flygtningebørn lever i eksil, og deres hverdag er fyldt med fremmede omgivelser, fremmede mennesker, fremmede normer og et fremmed sprog. En tilværelse i eksil kan være stressende for både børn og voksne.

Alle mennesker, der lever i eksil, lever under disse vilkår. Det fører ikke nødvendigvis til traumatisering, men det kan være med til at forværre traumer, som man har fået før eller under flugten. Derfor er det særlig vigtigt, at dagplejen er opmærksom på eventuelle traumer hos flygtningebørn.

## Robusthed beskytter mod traumer

Børns psykiske sundhed og udvikling hænger sammen med de sociale sammenhænge og netværk, som børnene indgår i. Sociale netværk kan være børnenes forældre og familie, men også voksne og venner i for eksempel dagplejen.

Konsekvenserne af traumatiske oplevelser eller situationer afhænger af de beskyttelses- og risikofaktorer, der omgiver barnet. Beskyttelses- og risikofaktorer påvirker barnets resiliens, som kan oversættes til robusthed. Børn med høj resiliens kan have det godt og klare sig godt, selv om de har oplevet svær modgang.

Resiliens eller robusthed er ikke et personlighedstræk, eller en individuel evne. Barnets resiliens udvikler og ændrer sig med de menneskelige sammenhænge og fysiske omgivelser, det indgår i, men også, hvem det er som individ.

Arbejdet med flygtningebørn, herunder det pædagogiske arbejde i dagplejen, kan være med til at fremme beskyttelsesfaktorerne for det enkelte barn. Hvad der er beskyttelsesfaktorer, varierer fra barn til barn. Derfor er det nødvendigt at sætte sig grundigt ind i det enkelte barns baggrund og behov, for at understøtte barnets ressourcer bedst muligt.

## Dagplejens rolle

Dagplejen er et pædagogisk miljø, ikke et terapeutisk miljø. Som dagplejer er du hverken psykolog eller terapeut, men gennem en tæt relation til børnene i dagligdagen og gennem forudsigelighed og nærvær kan du skabe det stabile og trygge miljø, som børnene behøver.

Man kan skelne mellem tre niveauer af indsatser:

- 1. Forebygge problemerne:**  
Støtte barnets beskyttelsesfaktorer
- 2. Bremse problemernes udvikling:**  
Genoprette barnets beskyttelsesfaktorer
- 3. Når skaden er sket:**  
Specialiseret terapeutisk intervention

Det pædagogiske arbejde i dagplejen dækker de to første niveauer. Hvis barnet er ramt af alvorlige psykiske lidelser, er der behov for en specialiseret terapeutisk intervention.

### Aktive børn med ressourcer

Børn er hverken passive eller ressourceløse.

Som dagplejer kommer du tæt på barnet og dets forældre/familie. Det giver dig særligt gode muligheder for at se eksisterende ressourcer og beskyttelsesfaktorer, dels i barnet selv (indre), dels i barnets forældre/familie og omgivelser (ydre).

Ved at bygge videre på dem i dit daglige arbejde, hjælper du barnet til at opnå større resiliens, altså til at blive mere robust.

**EKSEMPLER PÅ BØRNS INDRE OG YDRE RESSOURCER****Indre ressourcer**

- Særlige talenter, for eksempel musikalske eller kunstneriske
- Veludviklet grov- eller finmotorik
- Humor
- Empati
- Opfindsomhed
- Pålidelighed

**Ydre ressourcer**

- Kærlige forældre/omsorgsgivere
- Andre familiemedlemmer, kammerater og venner
- Socialt netværk gennem religiøse, sportslige og andre organisationer
- Genstande og situationer der stimulerer og beroliger sanserne, for eksempel en bamse, et tæppe eller et bestemt stykke musik

Gennem deres korte liv har mange flygtningebørn allerede oplevet større magtesløshed og meningsløshed, end de fleste mennesker nogensinde kommer til.

Som dagplejer kan du hjælpe barnet til igen at opleve en følelse af mening og indflydelse på egen tilværelse.

Det kan du dels ved at skabe trygge rammer og rutiner, hvor barnet oplever forudsigelighed og genkendelighed. Det giver barnet et stabilt og sikkert udgangspunkt for at møde verden og livet.

Dels ved at lave aktiviteter, hvor barnet oplever sig forstået og tryk i at udfolde sig. Det viser barnet, at det ikke er magtesløst, og at tilværelsen ikke er meningsløs.

## STROF – Sådan gør du i praksis

STROF-modellen er udviklet af den svenske børnelæge Lars Gustafsson. Modellen er god i arbejdet med alle børn og særligt god for flygtningebørn, der har været udsat for traumatiske oplevelser. Modellen sigter mod at støtte op om barnets egne ressourcer gennem socialpædagogiske indsatser på fem forskellige områder:

**S** = struktur

**T** = tale og tid

**R** = ritualer

**O** = organiseret leg

**F** = forældresamarbejde

Med afsæt i STROF-modellen viser dette kapitel en række praktiske redskaber, som du kan bruge i dit daglige arbejde med flygtningebørn – ikke som en erstatning for det arbejde, du allerede gør, men som et supplement til det.

### S – Struktur

Når et flygtningebarn begynder i dagplejen, er alting fremmed: omgivelserne, dagplejeren, sproget, de andre børn. I det hele taget er flygtningebørns tilværelse præget af uro og uforudsigelige forandringer, og derfor har de stort behov for stabile strukturer i hverdagen. Som dagplejer kan du:

- **Etablere faste rytmer og rutiner.** Når dagene i dagplejen ligner hinanden, behøver barnet ikke længere at være på vagt hele tiden. Gør bestemte ting på bestemte tider, og fortæl løbende barnet, hvad der nu skal ske. Så kan barnet lettere forudse dagens aktiviteter, og det får energi og overskud til at lege og være sammen med de andre børn.

**ET GODT RÅD**

Brug billeder, piktogrammer eller tegninger, når du fortæller børnene om dagens aktiviteter. Det kan støtte børnenes forståelse af dagens rytme og hjælpe dem med at sætte billeder på de danske ord, du bruger.

- **Bygge videre på rutiner og strukturer**, der allerede fungerer godt i barnets hverdag med familien. Tal med forældrene om det – måske er det spisetider, måske er det sovetider, måske er det noget tredje.
- **Undgå store skift**. Den første tid i dagplejen skal barnet lære at være tryk ved dagplejeren og omgivelserne. Det kræver ro og regelmæssighed, så prøv at undgå gæster, udflugter og legestue i opstarten. Forandringer bør ske i roligt tempo og med stor opmærksomhed på barnets reaktion.

**ET GODT RÅD**

At skulle i gæstedagleje kan være en overvældende og skræmmende oplevelse for flygtningebørn, særligt den første tid i dagplejen. Det vil gøre det lettere, hvis gæstedaglejeren er et kendt ansigt, og hvis barnet tidligere har besøgt gæstedaglejeren. Husk også at tale med forældrene om ordningen, så de kender til gæstedaglejen og gæstedaglejeren.

- **Skabe tillid mellem børn og voksne**. Børn skal helst have tillid til de voksne, der indgår i deres dagligdag. Tilliden mellem barnet og dets forældre er den vigtigste, men traumer og eksilstress kan påvirke denne relation. Desto mere vigtigt er en tillidsfuld relation mellem barnet og dig.



Vis barnet, at du er nærværende og opmærksom på dets behov. Vis barnet, at du er en voksen, man kan regne med. Vær tydelig og stabil, også når barnet udviser problematisk adfærd. Husk at dit toneleje og kropssprog betyder ekstra meget, så længe barnet ikke forstår dansk.

#### ET GODT RÅD

Barnets Bog kan være med til at skabe tryghed og kontinuitet for barnet i dagplejen. Billeder af far, mor og søskende kan give tryghed i starten. Bogen kan også bruges, når forældre og dagplejer taler sammen om hverdagen i dagplejen.

## T – Tale og tid

Et barn, som har været udsat for voldsomme oplevelser, har brug for, at en voksen i dets hverdag tager sig tid til at lytte og snakke. I samspillet med den voksne finder barnet orden og mening i sine oplevelser og følelser. Den voksnes opgave er først og fremmest at lytte, støtte og møde barnet på dets præmisser.

**Være nærværende.** Du støtter barnets evne til regulere sine følelser ved at vise empati og nærvær. Du kan for eksempel hjælpe barnet med at sætte ord på svære følelser. Oplever du for eksempel, at barnet farer sammen i en bestemt situation, kan du sige ”hov, jeg kan godt se, at du blev forskrækket. Det kan jeg godt forstå, det var også en høj lyd”, tage barnet op og sige ”jeg passer på dig”. Det betyder ikke alverden, om barnet forstår, hvad du siger. Med dit toneleje og kropssprog viser du barnet, at du er til stede og forstår det.

**Lad barnet udtrykke sig med eller uden ord.** Det er forskelligt fra kultur til kultur, om følelser er noget, man taler om og deler med andre. Flygtningebørn kan heller ikke nødvendigvis sætte ord på deres tanker og følelser på grund af deres alder og begrænsede sprog. Giv barnet mulighed for at udtrykke sig på andre måder, for eksempel gennem handlinger eller tegninger. Vær opmærk-

som og vis, at du forstår, hvad barnet prøver at udtrykke. Du behøver ikke at sige noget - et blik, et smil eller et kram kan være fint.

**Lytte uden at presse.** Som voksen kan du lytte til barnet, men uden at presse det til at tale om noget, det ikke vil. Lad barnet vise, enten verbalt eller non-verbalt, hvornår det vil snakke, og hvad det vil snakke om. Lad barnet styre samtalen og stil kun støttende spørgsmål. Du skal ikke give gode råd, men bare være nærværende og lyttende.

## R – Ritualer

Det er nyttigt med faste rutiner og ritualer, ikke bare i løbet af dagen og ugen, men også i forbindelse med fødselsdage, mærkedage, helligdage og højtider. Alle samfund har deres særlige ritualer. Spørg familien hvilke dage og højtider, de fejrer, og hvordan. Sådan viser du interesse for deres baggrund, og du anerkender noget, som kan være vigtigt for dem.

Mange af de nye flygtninge i Danmark kommer fra Syrien. De fleste syrere bekender sig til islam, hvor man eksempelvis fejrer Eid som afslutning på ramadanen. Det er en højtid, der kan sammenlignes med den kristne jul. Du kan markere højtiden ved at invitere børn, forældre og søskende til en dag med mad, dans og lege.

På Foreningen Nydanskers hjemmeside finder du højtidskalenderen, som giver overblik over højtider og traditioner.

**ET GODT RÅD**

I Odsherred Kommune er traditioner og højtider et fast element i dialogen med nye børn og forældre i dagplejen. Dagplejeren fortæller om de danske traditioner og højtider, der bliver fejret i dagplejen. Forældrene fortæller om traditioner og højtider i deres hjemland. Dagplejeren og forældrene aftaler derefter, hvilke af forældrenes traditioner, der kan inkluderes i dagplejen.

## 0 – Organiseret leg

Leg og fantasi er barnets redskaber til at bearbejde voldsomme oplevelser og til at finde måder at håndtere hverdagen på. Børnenes fantasi beskytter dem på mange måder og kan være en strategi i forsøget på at skabe distance til ubehagelige oplevelser. Derfor er det vigtigt at arbejde med og understøtte flygtningebørns fantasi og leg.

Et traumatiseret barn kan ikke altid lege som andre børn. For nogle skal legen læres eller genlæres. Her er den voksnes fornemmeste opgave at igangsætte konstruktive og meningsfulde lege. Noget som allerede er en naturlig del af hverdagen i dagplejen.

Som voksen kan du tage styringen i de forskellige legesituationer, der opstår naturligt gennem dagen. Hvis børnene for eksempel sidder sammen i sandkassen, kan du tage styringen ved at sige "Amira, vil du ikke lave sandkager sammen med Frida og Anton?" eller sådan noget. Når du tager styringen og organiserer legen, bliver den tilgængelig og overskuelig, også for det traumatiserede barn.

Du kan også starte strukturerede aktiviteter og lege, der passer til børnenes alder og udvikling. Nedenfor kommer en række eksempler på aktiviteter og lege, der styrker børnenes sociale og sproglige færdigheder.

Målet med legene er at gøre børnene mere bevidste om sig selv ved at sætte deres følelser, krop og fantasi i centrum. Legene er relevante for alle børn, både dem som er vokset op i trygge rammer, og dem som har oplevet dramatiske begivenheder.<sup>1</sup>

**Fange sæbebobler.** Den voksne puster sæbebobler foran barnet, som ”fanger” dem ved at prikke og punktere dem med sin ene finger. Legen starter stille, men bliver gradvis vildere, og til sidst må barnet ”fange” sæbeboblerne med begge hænder.

Sæbebobler er gode til stille kontakt med børnene. Denne leg er dog også god for børn med meget energi, da de kan øve sig i at fokusere på én sæbeboble ad gangen.

Man kan også starte legen mere vildt. Lad barnet dreje rundt som en flyvemaskine og se hvor mange sæbebobler, den kan prikke. Derefter kan man sige, at det kun er albuer, der må ramme, derefter kun hænder, der må ramme, og til sidst kun én enkelt pegefinger, der lige så stille prikker en sæbeboble. For de mere tilbageholdende børn kan man starte legen stille, og lade den blive vildere og vildere.

**Tromme.** Brug en tromme, xylofon, plastikskål, plastikspand eller lignende. Spil en rytme, som barnet skal forsøge at kopiere, eller lad barnet spille en rytme, som du forsøger at kopiere. Går det ikke så godt med at kopiere hinanden, kan I også tromme sammen.

**Sanglege.** Sange med tilhørende fagter er en god måde at lære det danske sprog, og det er en rar måde at være sammen med andre børn. Hav gerne en lille kuffert med legetøj, der symboliserer de forskellige sange, og lad barnet sige navnet på legetøjet, inden I synger. Denne aktivitet henvender sig til de yngste børn.

---

<sup>1</sup> Legene er især inspireret af *Theraplay*<sup>®</sup>, en metode udviklet til at arbejde med at styrke barnets evne til kontakt og samspil, samt udvikle den følelsesmæssige regulering. Susan Harts neuroaffektive udviklingspsykologi har siden beskrevet og udbygget det teoretiske fundament bag metoden.

**ET GODT RÅD**

Spørg forældrene, om der er sange eller sanglege fra hjemlandet, som barnet godt kan lide. Måske kan I finde den på YouTube, eller måske kan forældrene lære dig den. Når du bruger sangen eller sanglegen i dagplejen, vækker det genkendelsens glæde og skaber tryghed hos barnet.

**Pakke ind i toiletpapir.** Den voksne forklarer eller viser først legen selv og vikler derpå roligt barnets hænder ind i toiletpapir, mens der tales dæmpet og der holdes øjenkontakt. Den voksne holder fortsat blidt om barnets hænder, mens de sammen tæller 1-2-3, og på "nu" slipper den voksne barnets hænder, mens barnet sprænger toiletrullen.

Legen giver barnet en tryk oplevelse af at blive holdt, uden at det bliver for overvældende og giver efterfølgende følelsen af at sprænge sig fri.

**Puste til fjer,** dun eller bordtennisbold. Den voksne opmuntrer barnet til at få fjeren/dunet/bolden til at bevæge sig mellem sig selv og den voksne ved at puste blødt og ved at puste hårdt. Med fjeren eller dunet kan legen foregå fra den enes hænder til den andens hænder, mens man sidder tæt overfor barnet. Med bordtennisbolden kan legen foregå på bordet eller gulvet. Legen over barnet i at holde fokus, og der opstår et nærvær omkring det at puste til bolden.

**Aviskarate** er en leg for de større børn i dagplejen. Den voksne holder en avisside udstrakt mellem hænderne, og med sin allerbedste karatearm hugger barnet avisen midt over - men først når den voksne siger "nu". Legen fortsætter, så længe avisen er stor nok. Til sidst krøller barnet avisen sammen til en kugle og smider den i "skraldespanden" (med sine arme former den voksne en rund cirkel foran barnet).

Aviskarate er en god leg for de udadreagerende børn. Legen hjælper børnene med at bruge deres energi på en struktureret og kontrolleret måde. For de til-

bageholdende børn kan aviskarate være en god måde at "blive vækket til live" med en opfordring til at slå deres hårdeste og farligste karateslag.

#### ET GODT RÅD

Tilbageholdende børn bør mødes på deres præmisser, altså stille og roligt. Senere kan legen blive vildere. Udadreagerende børn bør tilsvarende mødes i det vilde og derefter hjælpes til at gøre legen mere rolig og mere struktureret. Derefter kan man jo altid gøre legen lidt vild igen.

Hvis barnet virker uroligt og spændt eller reagerer voldsomt, kan disse beroligende og afspændende aktiviteter for sanserne være gavnlige:

**Dyneroulade.** En beroligende aktivitet for de mindste børn kan være at blive pakket ind i en dyne eller et tykt tæppe – nærmest som en roulade eller en rullepølse. Du kan vugge barnet i dynen, eller du kan give det faste tryk på kroppen gennem dynen.

**Gynge.** Du kan bruge en hængekøje eller en såkaldt sansegynge. Pak gerne barnet ind i en dyne eller et tæppe og skub det ganske stille frem og tilbage.

**Musik.** Brug musik til at skabe en rolig stemning. Vælg eksempelvis musik fra serien MusiCure. Sid sammen med barnet, mens I lytter, eller masser barnet med små tryk på kroppen, mens musikken spiller.

## F – Forældresamarbejde

Som dagplejer kender du vigtigheden af et godt forældresamarbejde, som bygger på dialog og gensidigt kendskab. Med flygtningebørn og -forældre gælder det samme. Forældrene bør inddrages og støttes i jeres fælles indsats for barnets trivsel.

Familiens møde med dagplejen også et møde med en fremmed kultur og et fremmed sprog, så det er vigtigt at være åben og anerkendende. Både barnet og forældrene skal være trygge ved dig, de andre forældre og de andre børn.

**Inddrag forældrene.** Det er en god idé at holde et opstartsmøde med forældrene, allerede inden barnet starter i dagplejen. Lær familien at kende. Hvor kommer de fra? Hvilke sprog taler og skriver de? Hvem er barnets søskende? Hvad synes forældrene, at du bør vide om deres børn? Har børnene for eksempel haft voldsomme oplevelser eller mistet familiemedlemmer?

Allerede ved dette første møde bør du begynde at skabe et tillidsforhold mellem dig og barnets forældre. Lad også gerne forældrene være i dagplejen, så de kan opleve dig sammen med børnene. Derved opnår forældrene den bedste forståelse for hverdagen i dagplejen. Gensidig viden giver gensidig forståelse.

#### ET GODT RÅD

Spørg forældrene om børnenes vaner omkring søvn, spisning og aktiviteter. Det understøtter barnets tryghed, hvis du bygger videre på nogle af familiens og barnets vaner. Det kan være vaner omkring madens smag og konsistens, om at sove inde eller ude, om at høre en bestemt sang eller have en bestemt bamse hos sig.

**God kommunikation.** Det er vigtigt, at forældre og dagplejer forstår hinanden. Den sproglige del kan i nogle tilfælde klares med en tolk, men det er mindst lige så vigtigt, at forældrene og dagplejeren forstår hinandens baggrund og situation. Sådant en forståelse opbygges gennem en løbende dialog, der bygger på rummelighed og anerkendelse. I den daglige dialog kan billeder og symboler være en hjælp, ligesom billeder eller videoklip af barnet i dagplejen kan fremme forældrenes forståelse og tryghed.

**ET GODT RÅD**

Dagplejen i Næstved har god erfaring med at skrive nogle korte hverdagssætninger ned ved første samtale og med hjælp fra tolken. Sætningerne kan så bruges i sms'er mellem dagplejer og forældre. Eksempler på sætninger kunne være "syg i dag", "kommer i morgen" eller "dagplejer syg".

**Spørg.** Du skal ikke være bange for at stille spørgsmål til barnets forældre, så længe spørgsmålene tager udgangspunkt i barnet. Når børnene ikke selv kan sætte ord på deres oplevelser, er dialogen med forældrene særligt vigtig. Selv om det kan være ubehageligt, kan det være nødvendigt at spørge om tiden i hjemlandet og under flugten for at forstå barnets adfærd og behov.

**ET GODT RÅD**

Programmer, der kan oversætte, kan være en god hjælp, når du skal give små beskeder i hverdagen. Et eksempel er iPad-appen SayHi Translate. I Modtagehuset i Odder Kommune er appen en stor succes og hjælper både personale og forældre. Det anbefales dog at prøve med ord og kropssprog først.

**Skab sammenhæng.** Beskriv din tilgang til barnet for forældrene. Fortæl dem om de rammer, rutiner, ritualer og aktiviteter, du sætter i gang for at støtte barnet. Det giver forældrene en anden forståelse af barnet, og det kan støtte dem i deres forældreskab. Husk også at spørge til rammer og rutiner, som får barnet til at trives derhjemme. En sammenhængende og fælles indsats støtter barnet bedst.



**Sæt ord på det usagte.** Det bidrager til en god dialog med forældrene, at du tager højde for det usagte og for de uskrevne regler, som præger det danske samfund og dermed også vores dagtilbud. Sig gerne det, der er underforstået eller selvfølgelig. Måske er det ikke selvfølgelig for alle.

#### CASE FRA ODSHERRED

Anya var efter kort tid i dagplejen begyndt at sige "mig". Dagplejeren roste hende, og efter et par dage fortalte dagplejeren Anyas mor, at hendes datter allerede kunne et dansk ord. Det viste sig bare, at "mig" betød "tørstig" på barnets modersmål. Dagplejeren var derefter meget opmærksom på at nedskrive vigtige ord på barnets modersmål og på at høre forældrene udtale dem, især ord der omhandlede helt grundlæggende behov.

**Fortæl om dagplejen.** For mange flygtningefamilier er dagpleje et ukendt fænomen. Fortæl forældrene, at dagplejen er et professionelt pasningstilbud, og beskriv jeres regler om åbningstider, privatsfære med mere. Det kan også være en god idé at aftale en skriftlig plan for opstarten, så der sker en konkret forventningsafstemning. Husk at sætte ord på dagligdags ting som mad, søvn og skiftetøj og på overordnede ting som dagplejens opgave og pædagogik.

#### ET GODT RÅD

I Odsherred ringer en koordinator til forældrene og tilbyder gæstedagpleje, hvis barnets dagplejer er syg. Men mange flygtningeforældre har svært ved at forstå, hvad opkaldet handler om, fordi koordinatorene bruger forskellige formuleringer. Derfor har Odsherred nu nedskrevet en letforståelig formulering, som alle koordinatorene bruger, når de kontakter forældrene.

**Vær tålmodig.** Al begyndelse er svær, så forsøg at have realistiske forventninger til forældrene. Undgå at komme med formanende ord, når de glemmer halvdelen af, hvad du har sagt. Vær hellere deres guide til hverdagen i dagplejen. Fokuser på barnets tryghed og trivsel, når du snakker med forældrene, og lad praktiske ting være praktiske ting, især i starten. Glemte gummistøvler og upraktisk skiftetøj er mindre vigtigt, end om barnet sover og spiser.

Når dit kendskab til barnet og familien udvides og udvikles, bygger et godt samarbejde med forældrene mere og mere på en løbende og gensidig samtale om barnets trivsel og adfærd, både i hjemmet og i dagplejen. Udgangspunktet er, at forældrene kender barnet bedst, og derfor er det afgørende, at I kommunikerer og samarbejder.



Elev i 4. klasse, projekt 'Børn af Krig og Fred' 2011

## Pas på

### Pas på dig selv – du er ikke terapeut

Ved samtaler med børnenes forældre vil du opleve, at nogle er mere åbne om deres fortid end andre. Nogle har slet ikke lyst til at fortælle. Andre har behov for at fortælle om alle detaljer i deres fortid.

Begge dele er ok. Husk bare, at du ikke er psykolog eller terapeut. Har du mistanke om, at et barn eller en forælder er traumatiseret, bør du henvise til fagfolk, der kan give en specialiseret terapeutisk behandling.

Når man involveres i andres historier - glædelige eller sørgelige - er det helt naturligt at blive følelsesmæssigt berørt. Hvis du bliver berørt så dybt, at du har svært ved at håndtere dine egne følelser, er det dog vigtigt at sige stop.

Professionelle kan også blive sekundært traumatiserede, så det er vigtigt, at du respekterer dine egne grænser. Husk at mærke efter – hvis dine grænser overskrides, bør du henvise til en anden person, som vedkommende kan tale med.

### Pas på barnet – det er ikke tolk

Ved samtaler med forældre, der ikke taler og forstår dansk, er det absolut nødvendigt at anvende tolk. Spørg forældrene, hvilket sprog de taler. Kommunen kan skaffe en egnet tolk. Vær helt sikker på, at forældrene forstår tolken, inden samtalen starter.

Ældre søskende må aldrig anvendes som tolk.

Du risikerer nemlig, at børnene involveres i problemer, som ikke er for deres ører. Heller ikke i den daglige dialog med forældrene, må en storebror eller storesøster oversætte beskeder om gummistøvler, madpakker og lignende. Det virker ufarligt og uskyldigt, men det skaber forvirring om børnenes og forældrenes roller i familien.

## Rammerne om den gode modtagelse

Du kan gøre meget godt for flygtningebørn og flygtningefamilier i dit daglige arbejde som dagplejer, men kommunens og dagplejens samlede tilgang til modtagelsen af flygtninge er også vigtig. I Odsherred har de arbejdet yderst aktivt med at geare dagplejen til at modtage flygtningebørn. Her er nogle af deres erfaringer.

### Informationsfolder på arabisk

Nye forældre i dagplejen får en informationsfolder om tilbuddet. Folderen er oversat til flere sprog, herunder arabisk, så de fleste flygtninge kan læse den på deres modersmål. Folderen kan hentes på dagplejens hjemmeside [www.odsherred.dk/dagplejen](http://www.odsherred.dk/dagplejen) under menupunktet Om Dagplejen.

### Pædagogen deltager i besøgsrunden

Det er normalt at tage på besøg hos forskellige dagplejere, når man tilbydes dagpleje. For at imødekomme vanskeligheder med eksempelvis transport tilbyder kommunen, at de ansvarlige dagplejepædagoger tager med familien på besøgsrunden. Tilbuddet sikrer, at praktiske barrierer ikke står i vejen for det rigtige match mellem dagplejer og familie.

### Flygtningebørn tæller dobbelt

I Odsherred Kommune tæller flygtningebørn som to børn de første to måneder i dagplejen. Det giver en tryk start med langsom indkøring og mulighed for, at forældrene kan være meget til stede i starten.

## Netværk for dagplejerne

Odsherred Kommune har etableret et netværk for dagplejere med flygtningebørn. Netværket giver mulighed for pædagogisk og kollegial sparring på arbejdet med flygtningebørn og -familier.

Netværkets tovholdere er to dagplejepædagoger med særlig viden om flygtninge. De holder sig ajour med aktuell viden om emnet og formidler den på møderne.

Netværket mødes mindst fem gange årligt, mere hvis der er behov. Det er obligatorisk for dagplejerne at deltage, hvis de har flygtningebørn i dagplejen.

### ET GODT RÅD

De dagplejere, vi har haft kontakt med, anbefaler en løbende dialog og refleksion over tilgangen til arbejdet med to-sprogede. Det kan ske gennem et sparringsnetværk som i Odsherred. Det kan også ske ved, at dagplejepædagogerne er opmærksomme på at:

- Tale med dagplejerne om fordomme og misforståelser
- Støtte og sparre med dagplejere, der oplever vanskelige situationer
- Skabe plads til dialog med og mellem dagplejerne om forskelle i opdragelse, herunder at medvirke til at sætte fokus på, at flygtningefamilier er lige så forskellige som danske familier.

## Mere viden om og for flygtninge

### Litteratur og materialer for dig og dine kollegaer

Blauenfeldt M., Priskorn S. og Svendsen G., *Traumatiserede flygtninge og socialt arbejde*. Hans Reitzels Forlag, 2013

Center for Udsatte Flygtninge, *Flygtningebørn – virkningsfulde indsatser. Forskningsregistrant om psykosociale interventioner for børn og unge med flygtningebaggrund*, Dansk Flygtningehjælp, 2011

Glistrup K., *Hvad børn ikke ved...har de ondt af. Bryd tavsheden*. Hans Reitzels Forlag, 2014

Granum M. og Siem M., *Ud på gulvet. Lege der styrker børns sprog og sociale færdigheder*. Integrationsnet – En del af Dansk Flygtningehjælp, 2013

Lyng N., *Gør mig glad igen - Mødet med det traumatiserede barn i institution og skole*. Forlaget Hovedland, 2004 (E-bog)

Montgomery E. og Linnet S., *Børn og unge med flygtningebaggrund. Anbefalinger til professionelle*, Hans Reitzels Forlag, 2012

Odsherred Kommune, *Velkommen i dagplejen*. Folder til flygtninge og flerkulturelle familier kan hentes på hjemmesiden <http://dagplejen.odsherred.dk/>

## Behandlingssteder og rådgivning for flygtninge

Der er mulighed for at få traumebehandling gennem henvisning fra egen læge. Find de enkelte behandlingstilbud på: [www.traume.dk/diverse/tilbud/](http://www.traume.dk/diverse/tilbud/)

Dansk Flygtningehjælps frivillige rådgivning for flygtninge og indvandrere i juridiske, sociale og psykologiske spørgsmål. Find den nærmeste rådgivning på: [www.frivillignet.dk/aktiviteter/raadgivning](http://www.frivillignet.dk/aktiviteter/raadgivning)

### Rådgivning for professionelle

Center for Udsatte Flygtninge: Telefon: 3373 5339, e-mail: [udsatte@drc.dk](mailto:udsatte@drc.dk)

Institut for Relationspsykologi: Telefon: 9752 0095, e-mail: [kontakt@relationspsykologi.dk](mailto:kontakt@relationspsykologi.dk)

## Nyttige hjemmesider

[Traume.dk](http://Traume.dk)

[Flygtning.dk/udsatte](http://Flygtning.dk/udsatte)

[Integrationsviden.dk](http://Integrationsviden.dk)

## Anvendt litteratur og hjemmesider

Ahrensburg E., Oplæg: *Inddragelse og kommunikation med tosprogede forældre*, Flygtning.dk/udsatte, 2010

Baes-Jørgensen, Jens, *Flere flygtningebørn udfordrer kommunerne*, Momentum nr. 7/2016, 5. april

Blauenfeldt M., Priskorn S. og Svendsen G., *Traumatiserede flygtninge og socialt arbejde*, 2. udgave, Hans Reitzels Forlag, 2013

Bovbjerg A. og Kahler E., *Det traumatiserede barn. Symptomer, konsekvenser og behandling*, 1. udgave, 1. oplag, Frydenlund, 2007

Dansk Flygtningehjælp, *25 spørgsmål og svar om flygtninge*, 2015

Jakubczyk T., *Traumatiserede flygtningebørn i pædagogisk praksis*, 1. udgave, 1. oplag, Special-pædagogisk forlag, 2012

Lauritzen, Marianne og Nørregaard, Stinne Marie (red.), *Når det almindelige bliver ualmindeligt vigtigt – en bog om børn med traumer*, Special-pædagogisk Forlag, 2001

Levine, Peter A. og Kline, Maggie, *Traumer set med Barnets øjne. Heling af Traumer hos børn og unge*, Dansk Psykologisk Forlag, 2012 (2007)

LG Insight, *Traumeundersøgelse. Undersøgelse af indsatsen for flygtninge med traumer i Danmark*, 2013

Montgomery E., *Flygtningebørn. Traume-udvikling-intervention*, 1. udgave, 1. oplag, Dansk psykologisk oplag, 2000

Montgomery E. og Linnet S., *Børn og unge med flygtningebaggrund. Anbefalinger til professionelle*, 1. udgave, 1. oplag, Hans Reitzels Forlag, 2012

Odense kommune, *Det ka' nytte i Vollsmose – nye fortællinger om børn, familier, på tværs af kulturer og om området*, 2005

[www.integrationsviden.dk](http://www.integrationsviden.dk)

[www.nyidanmark.dk](http://www.nyidanmark.dk)

[www.traume.dk](http://www.traume.dk)





Elev i 4. klasse, projekt 'Børn af Krig og Fred' 2011







**DANSK FLYGTNINGEHJÆLP  
CENTER FOR UDSATTE FLYGTNINGE**

Borgergade 10, 3.sal  
DK-1300 København K

Telefon +45 3373 5339  
[www.flygtning.dk/udsatte](http://www.flygtning.dk/udsatte)  
[udsatte@drc.dk](mailto:udsatte@drc.dk)



**SAMMEN  
GØR VI FORSKELLEN**