



PROJEKTET LYSSNA PÅ MIG! MÅNADSBREV MARS 2019



Rädda Barnen

I mars månadsbrev berättar vi mer om föräldrakursen som två av våra samtalsstödjare höll i Sollentuna under hösten. I samtalsexemplet ser vi hur viktigt det kan vara att få prata med någon som både förstår ens språk och ens bakgrund. Ensamkommandes förbund arrangerar nyårsfester i mars och vi alla tycker nog att vintern kan få vara slut snart. Som ni ser på har vi också haft finbesök när Zohra Orchestra kom till oss på Rädda Barnen i Stockholm.

ZOHRA ORCHESTRA

I början av mars kom Zohra Orchestra, Afghanistans första helt kvinnliga orkester på besök till Rädda Barnens kontor i Alvik. De kom tillsammans med Dr. Ahmad Sar-mast grundare av Afghanistan National Institute of Music (ANIM) och Polarprisvinnare 2018. Vi får många frågor om Afghanistan i Stödlinjen och såg genom Zohras besök en möjlighet att lyfta en annan bild av landet än den som ofta delas. I ett lunchsamtal med vår samtalsstöd-jare Osman Basir berättade Zohra om sitt arbete och om de utmaning-ar de möter som unga, kvinnor och musiker i Afghanistan.

ENSAMKOMMANDES FÖRBUND

Den 8e mars gick ett trettiotal medlemmar från EFS på konserten med

Zohra Orchestra i Berwaldhallen.

Nu i mars arrangerar EFS två ny-årsfester, en bara för tjejer 16 mars och ytterligare en 24 mars där alla är välkomna. EFS har även haft en välbesökt volontärträff och förbereder sig nu inför årsmötet som hålls 7 april i ABF-huset.

FÖRÄLDRAKURS I SOLLENTUNA

Som vi berättade i ett tidigare nyhetsbrev har två av våra samtalsstöd-jare hållit en föräldrakurs på arabiska i Sollentuna. Sju kvinnor mödrar deltog i kursen som nu är avslutad. Vi pratade lite med ledarna Hania Kutabi och Wafaa Odeh om varför de skapade kursen och hur det känns nu efteråt.

Varför startades föräldrakursen?

Efter vi analyserat de arabiska

KONTAKTUPPGIFTER

Projektsamordnare

Sandra Akiwumi-Lundstedt nås på:
sandra.akiwumi-lundstedt@rb.se

Verksamhetsledare för Stödlinjen

Eva Harnesk nås på: eva.harnesk@rb.se

Verksamhetsutvecklare som arbetar med Lyssna på mig!-projektets mål gällande Ensamkommandes Förbund

Faryana Asghari nås på:
faryana.asghari@rb.se

samtalen i Stödlinjen såg vi ett stort behov av mer information om barn och föräldrars rättigheter och om svenska lagar. Många nyanlända föräldrar tolkar barnets rättigheter här i Sverige som att de som föräldrar inte får eller kan sätta några gränser för sina barn. Något som vi har sett skapar många konflikter mellan föräldrar och barn. Vi ville ge deltagarna nya sätt att tänka på i förhållande till sina barn.

Hur tog ni er an detta i kursen?

Vi ville skapa en kurs med föräldrafokus. Vad behöver de hjälp med som föräldrar i ett nytt land? Vi tror att om föräldrarna mår bättre och känner sig trygga i sitt föräldraskap så blir det även tryggare för barnen. Under kursen pratade vi också mycket om föräldrarnas känslor och hur de kan förmedla dem.

Hur gjorde ni då?

Vissa av deltagarna hade gått igenom många svåra händelser och förluster som påverkar dem. Under kursen hjälpte vi dem att titta på sina liv och sina erfarenheter och försökte få dem att fokusera på nutiden. Finns det något vi kan lösa praktiskt i nutid för att påverka framtiden? En övning vi gjorde var att de fick rita något som symboliserade hur de kände sig och därefter fick de förklara hur de kände. Hur kände deltagarna när kursen var slut, vad hade de fått med sig? En deltagare sa att hon genom kursen hade fått flera verktyg som hon kan använda sig av i sin vardag. Och att hon kände att även om det var små saker så skulle de ge resultat i förlängningen. En annan var glad för att någon äntligen lyssnat på

hur hon kände och att hon kunde berätta om sin sorg. En tredje kände att gruppen hade minskat hennes stress och att hon nu kunde prata med sina barn på ett nytt sätt.

”De här träffarna har bidragit till att minska min stress och jag kan prata med mina barn på ett nytt sätt”

En av kursdeltagarna

Vad tyckte Sollentuna kommun om kursen?

De var mycket nöjda och tyckte att vi hade samlat mycket av det som de upplever när de möter målgruppen. I april kommer vi att hålla ytterligare en kurs även den bara för kvinnor, då de föredrar att delta i en separatistisk grupp. Men nu utvecklar vi den för att göra den ännu bättre!

EXEMPELSAMTAL DARI

En ung kille ringer och berättar att han varit i Sverige i över tre år och har uppehållstillstånd, men att migrationsprocessen fick honom att må mycket dåligt. Under processen kämpade han med ångest och en depression. Han berättar att han kände sån hopplöshet under mesta delen av tiden och det kändes som att ingen skulle förstå eller ens lyssna på honom.

Han har varit hos psykolog på BUP många gånger och talat om sina problem och sina erfarenheter. Men han känner inte att han fick det stöd han behövde eftersom han upplevde att det alltid fanns en kommunika-

tionsglapp mellan psykologen, tolken och honom. Han har försökt hitta en psykolog från Afghanistan eller någon annan som kan förstå honom, hans kultur och bakgrund, men utan framgång.

Efter en lång tid hittade han Stödlinjens nummer och ringde oss, han blev väldigt glad att han äntligen kunde prata med någon som förstod hans språk och bakgrund. Han berättar att han känner sig trygg med att prata med oss eftersom han inte behöver förklara allting. Att vi förstod och kunde hjälpa honom på ett sätt som han förväntade sig.

”Det känns skönt att prata med er eftersom jag inte behöver förklara allting, ni förstår”

19-årig kille till Stödlinjen

Vi sa till honom att det är bra att det känns bra för honom att prata med oss, men förklarade även varför det är viktigt att träffa en psykolog också, eftersom vi inte är psykologer. Vi försökte också förklara att han måste ha lite tålamod när han träffar en psykolog, det är en lång och ibland långsam process, men till slut kommer den få honom att må bättre.

SAMTAL UNDER FEBRUARI

Under februari har vi tagit emot 46 samtal i Stödlinjen. 26 samtal på dari, 17 på arabiska, 2 på svenska och 1 på pashto. 4 av de som ringt var under 18 år, 18 var 18–21 år, 4 var 21–25 och 20 samtal var från personer över 25 år, främst föräldrar. 13 kvinnor och 33 män ringde.

RÄDDA BARNENS STÖDLINJE

Stödlinjen riktar sig till barn, unga och föräldrar som flytt till Sverige. Linjen nås på 0200–77 88 20 vardagar klockan 15–18. Stödlinjen erbjuder anonymt och kostnadsfritt samtalsstöd på arabiska, dari, pashto, svenska och engelska.

Läs mer på:

www.raddabarnen.se/helpline

PROJEKTET LYSSNA PÅ MIG!

Drivs av Rädda Barnen i samverkan med Ensamkommandes Förbund. Ensamkommandes Förbund är en rikstäckande politiskt och religiöst oberoende ideell förening som drivs av och för ungdomar som har flytt till Sverige. Lokalförbund finns i flera städer runt om i landet.

Rädda Barnens Stödlinje och Rädda Barnens Påverkansråd är andra delar

i projektet. Projektet Lyssna på mig! startade i december 2016, pågår i tre år och finansieras av Arvsfonden.

