

”Jeg må satse på livet mitt”

En kvalitativ undersøkelse om mestring blant bosatte afghanske enslige mindreårige flyktninger

Anne Linn Torgalsbøen Stein



Master i Psykologi
Psykologisk Institutt

UNIVERSITETET I OSLO

Mai 2008

Førord

Først og fremst vil jeg takke Brit Oppedal og Nasjonalt Folkehelseinstitutt for at jeg fikk muligheten til å jobbe på og bli kjent med UngKul prosjektet, og for at jeg fikk bruke data fra EM studien til masteroppgaven min. Takk for verdifulle råd og innspill i mitt arbeid med manuskriptet til oppgaven.

Samtidig vil jeg takke Karoline Seglem og Laila Jensen på UngKul prosjektet for god opplæring på EM-studien, og for det fine samarbeidet i løpet av det siste året. Jeg vil også rette en stor takk til Nora Sveaass for spennende samtaler og gode råd underveis i arbeidet med masteroppgaven.

En varm takk til samboeren min Andreas, som alltid er der for meg og som har vært tålmodig med meg i denne tiden. Takk til familien og vennene mine som har støttet og oppmuntret meg i løpet av prosessen.

Sist men ikke minst, takk til alle de enslige mindreårige guttene og jentene jeg har hatt muligheten til å møte i løpet av dette året. Takk for åpenheten, vennligheten og muligheten jeg fikk til å bli bedre kjent med dere. Det har vært veldig inspirerende.

UngKul prosjektet får økonomisk støtte fra Integrerings- og mangfoldsdirektoratet, Helsedirektoratet og Barne-, ungdoms- og familieetaten.

Hovedveileder: Nora Sveaass

Biveileder: Brit Oppedal

Innhold

SAMMENDRAG	1
INTRODUKSJON	2
ENSLIGE MINDREÅRIGE FLYKTNINGER	2
FORSKNING OM ENSLIGE MINDREÅRIGE FLYKTNINGER.....	3
DEFINISJON OG TEORETISK MODELL PÅ MESTRING	5
MESTRING OG KULTUR	7
KVALITATIVE UNDERSØKELSER OM MESTRING HOS ENSLIGE MINDREÅRIGE FLYKTNINGER	8
UNGKUL UNDERSØKELSEN VED NASJONALT FOLKEHELSEINSTITUTT.....	11
<i>Studien om enslige mindreårige ungdommer (EM studien)</i>	11
UNDERSØKELSEN OM AFGHANSKE ENSLIGE MINDREÅRIGE GUTTER.....	11
<i>Afghanistan som opphavsland</i>	12
METODE	12
UTVALG	12
<i>Utvvalgskriterier</i>	13
MÅLEINSTRUMENTER	14
<i>Spørreskjema</i>	14
<i>Private Teorier Intervjuet</i>	14
PROSEDYRER	15
DATAINNSAMLING.....	16
ANALYSE	17
RESULTATER	20
VANSKELIGHETER	20
<i>Uro og savn av familien</i>	20
<i>Økonomi</i>	24
<i>Bosituasjon</i>	27
MESTRINGSSTRATEGIER	29
<i>Primærkontroll mestring</i>	30
Sosial støtte: å snakke om vanskeligheten	30
Problemløsning	32
<i>Sekundærkontroll mestring</i>	33
Kognitiv restrukturering	33
Distraksjon	34
Aksept	35
Positiv tenkning	36
<i>Ikke-engasjert mestring</i>	36
Unngåelse	37
MESTRINGSSTRATEGIER SETT I FORHOLD TIL VANSKELIGHET	38
OPPSUMMERING OG DISKUSJON	39

ENSLIGE MINDREÅRIGE FLYKTNINGERS FORTELLINGER OM VANSKELIGHETER ETTER BOSETTING	40
<i>Likheter og forskjeller i vanskeligheter hos afghanske og somaliske gutter</i>	40
MESTRING HOS AFGHANSKE ENSLIGE MINDREÅRIGE FLYKTNINGGUTTER	43
<i>Mestring av ukontrollerbare vanskeligheter</i>	44
BEGRENSNINGER VED UNDERSØKELSEN	45
IMPLIKASJONER	46
FREMTIDIG FORSKNING	49
KILDELISTE	50
VEDLEGG A	56

SAMMENDRAG

Formålet med den foreliggende undersøkelsen var å utforske hvilke vanskeligheter bosatte afghanske enslige mindreårige flyktninger hadde i sin tilpasning til Norge, hvordan vanskelighetene påvirket dem i det daglige, og hvordan de håndterte ulike typer vanskeligheter. Undersøkelsen baserte seg på data fra ti bosatte enslige mindreårige flyktninggutter fra Afghanistan, som hadde deltatt i Enslige Mindreårige studien ved Nasjonalt Folkehelseinstitutt og blitt intervjuet med Private Teorier Intervjuet. Intervjuene ble analysert tematisk og tre hovedkategorier av vanskeligheter ble identifisert. Disse var (a) uro og savn av familie, (b) økonomi og (c) bosituasjon. Resultatene viste at en rekke forhold ved vanskelighetene var belastende, særlig bekymringene for familien i utlandet som påvirket guttene i form av store konsentrasjons- og søvnproblemer. Videre viste resultatene at guttene hadde et bredt repertoar av primær-, sekundær- og ikke- engasjert mestringsstrategier, som de anvendte på en fleksibel og funksjonell måte. Funnene indikerer at selv om guttene er flinke til å håndtere vanskelighetene sine på egen hånd, trenger de oppfølging og veiledning fra personer som jobber med denne gruppen barn og unge. Oppmerksomhet bør i særdeleshet rettes mot ungdom som bekymrer seg for familiene sine i utlandet, slik at ikke søvn- og konsentrasjonsproblemer går utover deres trivsel og prestasjoner i skolen.

INTRODUKSJON

Enslige mindreårige flyktninger

Barn som er atskilt fra foreldrene sine er spesielt sårbare i katastrofer, konfliktsituasjoner, på flukt og i eksil (Ressler, Boothby & Steinbock, 1988). I Norge er en enslig mindreårig fellesbetegnelse på alle barn og unge under 18 år som kommer til landet uten foreldre eller andre voksne med foreldreansvar i Norge (UDI, 2004). Enslige mindreårige asylsøkere er en mangfoldig gruppe barn og unge, og kan blant annet inkludere de som kommer helt alene til Norge, eller som er ledsaget av en slektning som ikke er deres hovedforsørger. Foreldre kan ha sendt sine barn i fra seg av årsaker som sikkerhet, utdanning og helse med eller uten barnets samtykke. Samtidig vil det være barn som flykter som ikke har foreldre i live, eller som ikke vet hvor eller om deres foreldre lever. I tillegg kan enslige mindreårige flyktninger ha ulikt utgangspunkt i landet hvor de søker asyl, som for eksempel hvorvidt de har andre slektninger eller bekjente som bor der fra før. Enslige mindreårige flyktninger er derfor ikke en ensartet populasjon og varierer på en rekke forskjellige dimensjoner (Sourander, 1998).

Basert på tilgjengelige data fra 28 industrialiserte land var det til sammen 12800 enslige mindreårige som søkte asyl i 2003, og Norge var et av landene som tok i mot flest enslige mindreårige asylsøkere dette året (UNHCR, 2004). Ankomsten av enslige mindreårige asylsøkere til Norge følger til en viss grad sentrale trekk ved strukturene i den internasjonale flyktningpopulasjonen og migrasjonsstrømmene (Schancke, 1995). Nyere statistikker viser at det er en markert nedgang i antall enslige mindreårige som søker asyl i Norge (UDI, 2007). I 2003 var det 916 personer som søkte asyl som enslige mindreårige, mens i 2007 var dette antallet redusert til cirka 400. Av disse var flertallet gutter (81 %) og kom fra Irak og Afghanistan (UDI, 2007). Innføringen av alderstesting kan være en av årsakene til nedgangen. Det er vanskelig å anslå hvor mange enslige mindreårige flyktninger som er blitt bosatt i Norge, men i tidsrommet 2000 og 2006 søkte cirka 4000 enslige mindreårige asyl til landet (UDI, 2006). Enslige mindreårige som søker asyl i Norge blir ofte sett på som et problem av immigrasjonsmyndighetene og organisasjoner som jobber med disse barna (Engebrigsten, 2003). Dette er til dels fordi man anser det å vokse opp i et annet land uten foreldre eller andre nære omsorgspersoner som traumatisk for barn og unge. Den andre siden av problemet er at slike søknader om asyl ofte blir vurdert som et misbruk av asylinstitusjonen, hvor barna er såkalte "ankerbarn" for sine foreldre (ibid). Termen "ankerbarn" blir brukt både til å beskrive barna som er blitt sendt av foreldrene sine på grunn

av sikkerhet og økonomiske muligheter, og som ”ankre” for at foreldrene kan komme etter (ibid). Engebrigsten (2003) argumenterer for at slike definisjoner er basert på norske kulturelle antakelser om barndom, foreldreskap og omsorg, og at de legger grunnlag for en policy og praksis som gjør det vanskelig for separerte familier å gjenforenes. De fleste enslige mindreårige som søker asyl forblir derfor alene etter at de har fått opphold i Norge, og deres tilpasning som unge flyktninger bør derfor forstås innenfor disse rammene.

I juridisk forstand er en flyktning en person som med rette frykter forfølgelse på grunn av sin rase, religion, nasjonalitet, politiske overbevisning eller tilhørighet til en spesiell sosial gruppe (Varvin, 2003). I dagligtalen derimot blir begrepet flyktning både brukt om asylsøkere som har fått asyl, overføringsflyktninger og de som har fått opphold på humanitært grunnlag (ibid). De aller fleste enslige mindreårige asylsøkerne som får innvilget opphold i Norge, får det på humanitært grunnlag for ett år av gangen i inntil tre år (Engebrigsten, 2002). Etter dette får de aller fleste bosettingstillatelse (ibid). I denne undersøkelsen vil derfor informantene omtales som enslige mindreårige flyktninger.

Forskning om enslige mindreårige flyktninger

Forskning om enslige mindreårige har fått en økende interesse både i Norge og internasjonalt. En stor del av denne forskningen har dokumentert på hvilke måter enslige mindreårige flyktninger er en sårbar gruppe, men et voksende antall studier viser at til tross for denne sårbarheten er de en tilpasningsdyktig gruppe barn og unge.

Enslige mindreårige flyktninger har ofte en sammensatt bakgrunn av erfaringer fra hjemlandet sitt, på flukt og i eksil. Traumatiske opplevelser fra hjemlandet og på flukt (f. eks Geltman, Grant-Knight, Mehta, Lloyd-Travaglini, Lustig m.fl., 2005; Goodman, 2004; Thomas, Nafees & Bhugra, 2004), tap av omsorgspersoner og trygge omgivelser (Berman, 2001) samt den krevende utfordringen med å tilpasse seg en ny kultur (Kohli & Mather, 2003), plasserer denne gruppen barn og unge i en utsatt posisjon. På bakgrunn av 100 intervjuer med enslige mindreårige asylsøkere i England fant Thomas m.fl. (2004) at ulike former for vold var hovedårsaken til at barna hadde flyktet. De fortalte om død eller forfølgelse av familiemedlemmer, redsel for å bli rekruttert som barnesoldater eller sexslaver og usikkerhet på grunn av krig. Dette samspillet mellom traumatiske erfaringer, og separasjonen fra familie og venner de er knyttet til og glade i, gjør enslige mindreårige til en sårbar gruppe flyktninger.

Flere kvantitative studier har sett nærmere på hvilke konsekvenser denne sårbarheten har på enslige mindreårige flyktningers mentale helse (f. eks Derluyn & Broekaert, 2007; Felsman, Leong, Johnson & Felsman, 1990; Sourander, 1998). En undersøkelse i Nederland viste at nærmere halvparten av utvalgets 166 enslige mindreårige flyktninger hadde alvorlige eller veldig alvorlige symptomer på angst, depresjon og post traumatisk stress (PTSD)(Derluyn & Broekaert, 2007). Sourander (1998) fant liknende resultater i et mindre utvalg av 46 enslige mindreårige flyktninger, hvor så mange som halvparten hadde betydelige symptomer på PTSD, depresjon og angst. Et fellestrekk ved disse studiene er at utvalgene inkluderte enslige mindreårige flyktninger som enda ikke visste utfallet av asylsøknadene sine. Uvisshet og usikkerhet om fremtiden kan derfor være med på å forklare de alvorlige psykologiske symptomene hos de enslige mindreårige flyktingene i disse studiene.

Flyktingbarn som har opplevd tapet av familie og fellesskap viser mer emosjonelt stress og dårligere tilpasning enn barn som erfarer flyktingprosessen sammen med familiene sine (Bean, Derluyn, Eurelings-Bontekoe, Broekaert & Spinhoven, 2007; Ressler m. fl.1988). Familie viser seg å spille en beskyttende rolle ved at den gir flyktingbarn og unge en emosjonell buffer, både under flukten og i tiden etter (Sourander, 1998). Unge flyktninger som ikke blir skilt fra familien sin, eller som snarlig blir gjenforent med familien sin, viser mindre emosjonelt stress og bedre tilpasning enn barn og unge som overlever flukten på egen hånd (Ressler m.fl., 1988). En norsk studie som sammenliknet 142 bosatte enslige mindreårige flyktninger med innvandrerungdom (lavrisikogruppe) som bodde med familiene sine understreker slike forskjeller i belastninger. Det gikk frem av denne studien at de enslige mindreårige ungdommene rapporterte langt mer psykiske plager i form av symptomer på depresjon, og hadde større belastninger i form av bekymring for familiene sine i hjemlandet, enn lavrisikogruppen (Oppedal, Jensen & Seglem, 2008). Mens 17 % av guttene i lavrisikogruppen hadde så mye symptomer på depresjon at det antas å gå utover aktivitetene deres i hverdagen, var dette tilfellet for 47 % av de enslige mindreårige guttene (ibid). Av de enslige mindreårige guttene var det 63 % som sa at de var bekymret for familie i utlandet, mens dette bare var tilfellet for 20 % av guttene i lavrisikogruppen (ibid). Det er med andre ord store forskjeller mellom enslige mindreårige flyktninger og innvandrerungdom som vokser opp i en vanlig familiesituasjon, både i forhold til depresjon og byrden av bekymringer knyttet til sosiale relasjoner (ibid).

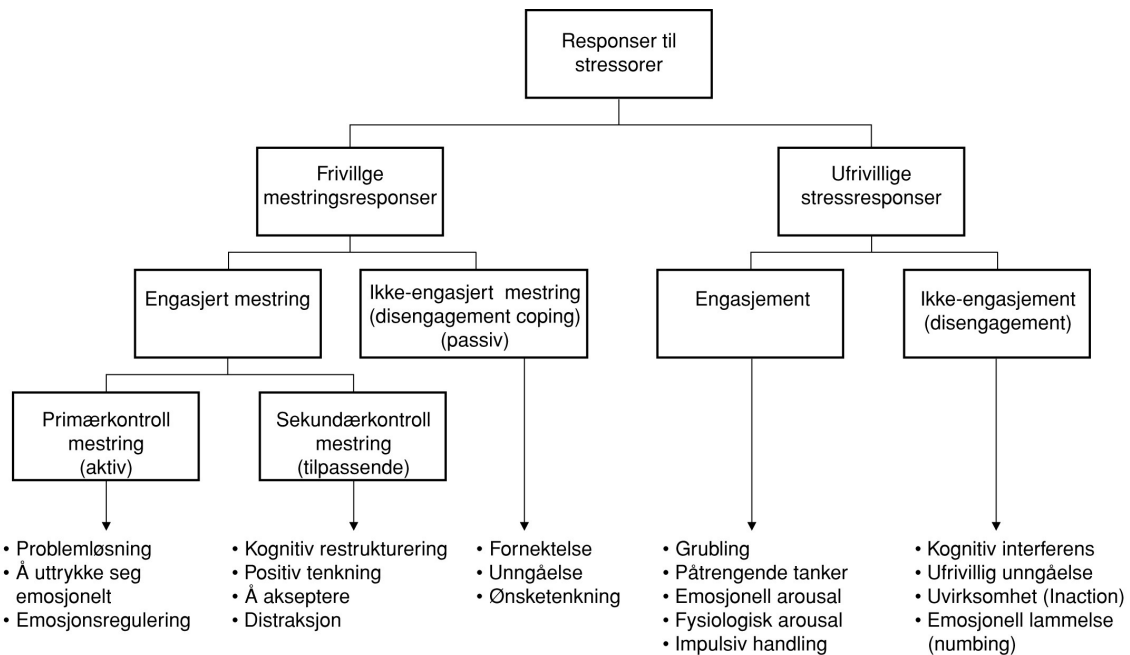
Til tross for tidligere traumatiske erfaringer, separasjon fra foreldre og brudd på andre nære relasjoner viser longitudinelle studier at enslige mindreårige likevel synes å fungere godt i

hverdagen (f. eks Eide, 2000;Geltman m.fl., 2005; Wallin & Ahlström, 2005). En svensk undersøkelse intervjuet 11 enslige mindreårige flyktninger om lag ti år etter at de hadde blitt bosatt i landet. De fleste av informantene uttrykte at de var fornøyde med livene sine i Sverige, og at de hadde begynt å tilpasse seg hverdagen i det nye vertslandet (ibid). Deres sosiale nettverk bestod først og fremst av venner fra samme etniske gruppe, og deres svenske bekjente var stort sett begrenset til kollegaer. Informantene påpekte selv at deres mentale helse var god fordi de hadde fått seg en jobb, en familie og venner (ibid). Det var et mindretall som ikke hadde klart seg like bra, og en av årsakene til dette var at de følte seg alene fordi de manglet et nettverk (ibid). Eide (2000) intervjuet 25 enslige mindreårige flyktninger ti år etter at de var blitt bosatt i Norge. Hans undersøkelse viste at opplevelsen av mestring og sosial tilknytning var avgjørende for de mindreåriges utvikling (ibid). Med sosial tilknytning mente Eide (2000) både forholdet enslige mindreårige hadde til omsorgspersoner, og tilknytningen de hadde til andre personer eller miljøer under oppveksten. Intervjuene viste at dersom ungdommene hadde problemer i forhold til personer i sine nærmeste omgivelser, påvirket dette hvordan de klarte seg på skolen (ibid). Mestring ble definert som i hvilken grad ungdommene hadde lyktes i forhold til skole og utdanning, og historiene deres viste at mestring og sosial tilknytning hang sammen (ibid). Hvilke spesifikke strategier flyktningene hadde benyttet for å tilpasse seg sine nye liv i Sverige og Norge kommer ikke frem av disse undersøkelsene. Slik kunnskap kunne vært nyttig for å undersøke hvorfor noen tilpasser seg bedre enn andre, og hvilken rolle mestring spiller i denne sammenhengen.

Definisjon og teoretisk modell på mestring

Slik det går frem av forskningen blir enslige mindreårige flyktninger eksponert for flere ulike kilder til stress, blant annet traumatiske opplevelser i hjemlandet og på flukt, og belastninger knyttet til å være unge og alene i et nytt og fremmed land. Stress defineres som en spenningstilstand som oppstår når en person møter problemer som krever ressurser utover dem personen vanligvis rår over (Lazarus & Folkman, 1984). Innenfor domenet av selvregulering er utviklingen av evnen til å håndtere stress i ungdomstiden spesielt viktig i forhold til mental og fysisk helse (Compas, Connor-Smith, Saltzman, Thomsen & Wadsworth, 2001). Compas og hans kollegaer (2001) definerer mestring som bevisste og frivillige anstrengelser for å regulere følelser, kognisjon, atferd, fysiologi og miljøet i respons til stressfulle hendelser og omstendigheter. Basert på teori om mestring og

stressresponser har Compas m. fl. (ibid) utviklet en koherent og empirisk støttet modell på mestring hos eldre barn og ungdom. Modellen er oversatt og oppsummert i figur 1.



Figur 1. Illustrasjon av Compas m. fl., (2001) sin modell over stress- og mestringsresponser.

I følge denne modellen er det et grunnleggende skille mellom frivillige og ufrivillige stressresponser (ibid). Dette skillet understreker det faktum at ikke alt en person gjør som respons på stress utgjør mestring, og at det er et skille mellom automatiske og kontrollerte responser. Slik det presiseres i definisjonen er det kun frivillige og bevisste forsøk på å håndtere stress som defineres som mestring. Delen av modellen som omhandler ufrivillige stressresponser er utviklet av Connor-Smith, Compas, Wadsworth, Thomsen og Saltzman (2000), men vil ikke bli forklart nærmere i teksten da den ikke tar for seg mestringsresponser.

Frivillige mestringsresponser kan deles inn i to overordnede kategorier: engasjert og ikke-engasjert (disengagement) mestring. Engasjert mestring deles videre inn i hvorvidt man ønsker å oppnå primær- eller sekundærkontroll over den stressfulle hendelsen.

Primærkontroll mestring inkluderer strategier hvor man aktivt prøver å oppnå en grad av personlig kontroll over stressende aspekter ved situasjonen og ens emosjoner. Å søke sosial støtte ved å uttrykke seg emosjonelt, regulere følelsene sine og å forsøke å løse problemet er primærkontroll mestringsstrategier. Sekundærkontroll mestring derimot involverer bruk av strategier for å tilpasse seg en stressende situasjon, for eksempel ved å distrahere seg fra

kilden til stresset, kognitivt restrukturere problemet, tenke positivt eller akseptere problemet. Ikke-engasjert mestring kjennetegnes som en passiv form for mestring, og involverer strategier som fornektelse, unngåelse og ønsketenkning.

Vellykket tilpasning til stress involverer på hvilke måter barn og unge håndterer sine emosjoner og tenker konstruktivt, og hvordan de regulerer atferden sin og handler i forhold til sosiale og ikke-sosiale forhold for å forandre eller minske kildene til stress (ibid). Dårlig tilpasning derimot er forbundet med liten fleksibel bruk av mestringsstrategier (Seiffge-Krenke & Klessinger, 2000). Forskning viser at ensformig bruk av unngåelsesstrategier over lengre tid blant annet er forbundet med større risiko for utvikling av depressive symptomer (Compas, Orosan & Grant, 1993; Herman-Stahl, Stemmler & Petersen, 1995; Seiffge-Krenke, 2000; Seiffge-Krenke & Klessinger, 2000). Det er likevel viktig å påpeke at unngåelse og fortrenging kan være meningsfulle strategier for å håndtere stress i noen situasjoner, fordi hvorvidt mestringsstrategiene er gode eller dårlige avhenger av hvilken stressor strategiene blir anvendt i forhold til (Compas m.fl., 1993; Seiffge-Krenke, 2004). Kunnskap om hvilke måter barn og unge håndterer og reagerer på stress er derfor viktig for å forstå normativ utvikling og helse, i tillegg til å forstå utviklingen av psykopatologi og fysisk sykdom (Connor-Smith m. fl., 2000). Compas m. fl. (2001) sin modell egner seg for undersøkelser som ønsker å svare på slike problemstillinger, da den fanger flere dimensjoner av mestring enn tidligere og enklere modeller som kun skiller mellom problem og emosjonsfokustert mestring (f.eks Lazarus & Folkman, 1984).

Mestring og kultur

I forskningen på mestring kan kultur ansees som å gjøre opp et viktig sett av faktorer som påvirker hvilke mestringsstrategier individer tilegner seg (Oláh, 1995). Kultur kan defineres som en gruppes felles levemåte, inkludert deres artefakter og felles symbolreferanser (Berry, Poortinga, Segall & Dasen, 2002). Innenfor en og samme kulturelle setting vil sosialiseringen, og samspillet med andre, nødvendigvis homogenisere hvordan man tolker situasjoner og hendelser man møter (Oláh, 1995). Man kan derfor anta at ulike kulturer stimulerer ulike måter å mestre på, og dermed påvirker hvordan stressende situasjoner blir vurdert og håndtert. De få undersøkelsene som har studert kulturelle variasjoner i mestring hos ungdom viser blant annet at det er forskjeller mellom hvordan europeiske og asiatiske ungdommer håndterer stress, men likheter mellom ungdommer fra ulike europeiske land i hvordan de håndterer stress (f. eks Gelhaar, Seiffge-Krenke, Borge, Cicognani, Cunha,

Loncaric m.fl., 2007; Oláh, 1995). Studier viser dessuten at variasjonen i strategiene ulike kulturelle grupper anvender seg av, oftest blir tydelige i forhold til situasjoner hvor kulturspesifikke normer er fremtredende (f. eks Bjorck, Cuthbertson, Thurman & Lee, 2001; Frydenberg, Lewis, Kennedy, Ardila, Frindte & Hannoun, 2003; McCarty, Weisz, Wanitromanee, Eastman, Suwanlert, Chaiyasit m.fl., 1999). Et fellestrekk ved disse studiene er at de gir informasjon om ungdommenes generelle mestringsatferd, og på hvilke måter de vanligvis håndterer hypotetiske stressorer. Fordi mestring er situasjonsspesifikk er det behov for undersøkelser som gir innsikt i forholdet mellom kilden til stress og hvilke spesifikke mestringsstrategier som blir anvendt (Compas, Malcarne & Fondacaro, 1988). En måte å få slik innsikt på er å anvende intervjuer, som kan gi rikere forståelse av i hvilken kontekst mestring utspiller seg i, i hvilken rekkefølge responser på mestring blir utført og på hvilke måter ulike mestringsstrategier blir kombinert (Compas m.fl., 2001).

Kvalitative undersøkelser om mestring hos enslige mindreårige flyktninger

En del av forskningen om enslige mindreårige flyktninger består av kvantitative undersøkelser som kartlegger denne gruppens mentale helse, og som har dokumentert på hvilke måter enslige mindreårige flyktninger er sårbare. Kunnskap fra slik forskning er viktig fordi den belyser de negative psykologiske konsekvensene forbundet med å være en enslig mindreårig, og er nyttig for å utvikle gode behandlingstilbud til denne gruppen barn og unge. Men det er også blitt utført kvalitative undersøkelser som har brukt intervjuer for å få innsikt i hvordan enslige mindreårige flyktninger mestrer ulike problemstillinger i livene sine, og som undersøker tilpasningsdyktighet hos denne sårbare gruppen barn og unge (f. eks. Christoffersen, 2007; Goodman, 2004; Rousseau, Said, Gagné & Bibeau, 1998). Denne typen forskning kan være et utgangspunkt for å forstå hvorfor enslige mindreårige flyktninger, sårbarheten til tross, likevel ser ut til å fungere godt i landene hvor de søker eksil.

Rousseau m.fl. (1998) intervjuet ti somaliske gutter mellom 13 og 18 år, som hadde kommet til Canada som enslige mindreårige flyktninger. I tillegg intervjuet de nøkkelinformanter fra det somaliske miljøet, som bidro med kulturelle tolkninger av atferden til informantene. Formålet med studien var å se på informantenes mestring og tilpasning i lys av kunnskap om den somaliske kulturen. Resultatene viste at mestringsstrategiene ungdommene brukte ble oppfattet forskjellig av personer som jobbet med denne gruppen og de somaliske nøkkelinformantene. For eksempel stakk de somaliske guttene av fra fosterhjemmene sine

for å bo sammen med personer fra samme klan. Denne strategien ble ikke oppfattet som en akseptabel måte å mestre situasjonen på av de profesjonelle omsorg- og sosialarbeiderne som hadde ansvaret for guttene. De somaliske nøkkelinformantene derimot anså det som en akseptert strategi fordi det løste boligsituasjonen som informantene var misfornøyd med (Rousseau m.fl., 1998). Strategiene informantene anvendte bar preg av et ønske om å finne et mellompunkt som både var akseptabelt for voksne fra deres eget miljø og voksne tilknyttet hjelpeapparatet i det nye vertslandet. Forskerne forklarte guttens tilpasning i forhold til deres oppdragelse i Somalia, hvor det er vanlig å bli sendt vekk fra familien i ung alder over lengre perioder. Dette er den kulturelle måten å utvikle selvstendige og autonome menn på (Rousseau m.fl., 1998) og ble forklart som en mulig årsak til at informantene i undersøkelsen klarte seg bra til tross for at de tilhørte en sårbar gruppe barn og unge. Forskerne påpeker at oppmerksomhet rundt enslige mindreårige flyktingers kulturelle røtter, og hvilke konsekvenser disse har for hvilke strategier denne gruppen barn og unge anvender seg av, kan være en fruktbar måte å forstå denne gruppens mestring på (Rousseau m.fl., 1998).

En annen kvalitativ undersøkelse intervjuet 14 enslige mindreårige flyktinggutter fra Sudan som nylig hadde flyktet til Amerika, med vekt på hvordan de mestret opplevelser av motgang og traumer (Goodman, 2004). Informantene ble bedt om å fortelle om livene sine som om de var en historie, med en start, en midtdel og hva de trodde fremtiden ville bringe dem. Guttene fortalte om en flukt preget av ulike farer i form av soldater, ville dyr og sult. Goodman (2004) identifiserte fire mestringsstrategier som hun kalte "kollektivitet og felles-jeg", "undertrykkelse og distraksjon", "å skape mening" og "gå fra håpløshet til håp". Under flukten i hjemlandet hadde følelsen av tilhørighet og samhold blant guttene vært en beskyttelse i forhold til deres opplevelser av traumer og andre vanskelige situasjoner. Frivillig undertrykkelse av vanskelige tanker og følelser var den mest brukte mestringsstrategien blant guttene, og var en måte å takle håpløse problemer på. Undertrykkelse av vanskelige minner, tanker og følelser ble brukt både under flukten og etter at de var kommet i sikkerhet i Amerika. Guttene brukte religion og tro for å gi mening til lidelsene de hadde opplevd i livene sine. I tillegg var en viktig del av guttenes overlevelse at de hadde håp og planer for fremtiden sin. Goodman (2004) mente resultatene fra undersøkelsen antydte at guttene var tilpasningsdyktige, og påpekte i likhet med Rousseau m.fl. (1998) at dette kunne komme av den sosiokulturelle konteksten de var vokst opp i.

Christoffersen (2007) brukte intervjudata fra ti bosatte enslige mindreårige flyktinggutter fra Somalia, og undersøkte hvordan de håndterte vanskeligheter i forbindelse med sin

tilpasning til Norge. Guttene hadde bodd i Norge mellom to og syv år da de ble intervjuet, og de vanligste vanskelighetene de beskrev var i forhold til dårlig økonomi, savn av familien og diskriminering. Christoffersen (2007) undersøkte hvilke mestringsstrategier guttene anvendte på slike vanskeligheter, og fant seks strategier som guttene brukte i ulik grad. De seks strategiene Christoffersen (2007) identifiserte var ”å søke sosial støtte”, ”kognitiv restrukturering”, ”løse problemer på egen hånd”, ”unngåelse”, ”distraksjon” og ”aktiv problemløsning”. De mest anvendte strategiene var å søke sosial støtte fra andre i tillegg til aktiv problemløsning. I forhold til vanskeligheter relatert til savn av familien brukte guttene kognitiv restrukturering og aktiv problemløsning, mens unngåelse oftest ble brukt for å håndtere diskriminering. Christoffersen (2007) vurderte ungdommenes bruk av strategier som hensiktsmessige i forhold til de ulike vanskelighetene de hadde i hverdagen, og påpekte at ungdommene var aktive i å forbedre situasjonen sin i Norge.

Undersøkelsene beskrevet overfor har til felles at de ser nærmere på populasjoner av enslige mindreårige flyktninggutter fra Afrika. Goodman (2004) og Rousseau m.fl. (1998) ser først og fremst på mestring i forhold til traumer, kultur og tilpasning i det nye vertslandet, men med vekt på informantenes fortid. Christoffersen (2007) undersøker derimot mestringsstrategier i forhold til spesifikke vanskeligheter i forbindelse med tilpasningen til et nytt vertsland, med fokus på her og nå. Det er vanskelig å sammenlikne studiene i forhold til mestring, da det mangler gode definisjoner på mestring i både Rousseau (1998) og Goodman (2004) sine studier. Generelle likheter i resultatene viser likevel at sosial støtte og nettverk blir trukket frem som en viktig faktor for tilpasning på tvers av de tre undersøkelsene. Unngåelse- og distraksjonsstrategier blir anvendt av ungdommene i både Goodman (2004) og Christoffersen (2007) sine studier. Betydningen av håp for ungdommenes tilpasning er også et kjennetegn mellom disse to studiene. Det er mulig at likhetene mellom studiene er påvirket av karakteristikk ved populasjonen av enslige mindreårige, mer nøyaktig ved at de er afrikanske gutter. Det kan antas at enslige mindreårige flyktninger med annen kulturell bakgrunn eller kjønn vil mestre tilpasningen på en annen måte.

Flertallet av strategiene Christoffersen (2007) identifiserte inngår i Compas m.fl.(2001) sin modell på mestring hos barn og unge. Modellen ser derfor ut til å favne mestringsresponser i ulike typer populasjoner av barn og unge, og kan med fordel anvendes for å forklare mestring hos enslige mindreårige flyktninger.

UngKul undersøkelsen ved Nasjonalt Folkehelseinstitutt

Den foreliggende undersøkelsen er basert på informasjon fra et utvalg av enslige mindreårige ungdommer som deltar i et omfattende forskningsprosjekt ved Nasjonalt Folkehelseinstitutt, ”Ungdom, kultur og mestring” (UngKul). UngKul består av fire delstudier: Familiestudien, Ungdomsskolestudien, Tamilstudien og Studien om Enslige Mindreårige (EM studien). Målsettingen med UngKul er å få systematisk kunnskap om utviklingsforløp blant barn og unge som har høy risiko for å utvikle psykiske plager. I denne forbindelse undersøkes betydningen av etnisitet og migrasjon i barns utviklingsforløp fra risiko til tilpasning eller til psykiske plager og lidelser.

Studien om enslige mindreårige ungdommer (EM studien)

UngKuls delstudie om enslige mindreårige ungdommer har som målsetning å undersøke langsiktig psykososial tilpasning, sosial integrasjon og stabilitet og endring i psykisk helse blant ungdommer som er kommet til Norge som asylsøkere uten foreldrene sine, etter at de har fått opphold og bosatt seg.

Det er lite systematisk, forskningsbasert informasjon om hvordan denne gruppen barn og unge trives, hvordan de har det i forhold til venner, skole, jobb og familie, hvilke problemer de møter og hvordan de mestrer disse problemene (UngKul, 2008). Studien er longitudinell og har som siktemål å følge utvalget over fem år.

Undersøkelsen om afghanske enslige mindreårige gutter

Afghanere har siden 2003 vært en av de største flyktninggruppene i Norge, og i 2003 og 2004 ble det bosatt mange enslige unge menn i alderen 18 til 25 år (Integreringsrettet landkunnskap om Afghanistan [Landinfo], 2007). Fra 1996 til 2007 har 872 afghanske barn og unge søkt asyl som enslige mindreårige i Norge (UDI, 2007). I 2007 var 54 % av asylsøkerne fra Afghanistan barn, og utgjorde den nest største gruppen enslige mindreårige asylsøkere etter Irak (ibid). Gutter representerer det store flertallet av enslige mindreårige asylsøkere fra Afghanistan, og enslige mindreårige asylsøkere generelt (ibid).

Formålet med den foreliggende undersøkelsen er tredelt. Jeg ønsker å utforske hvilke vanskeligheter afghanske enslige mindreårige flyktninggutter vanligvis kan ha etter at de har blitt bosatt i Norge. Deretter vil jeg undersøke hvilke beskrivelser guttene selv gir på hvordan disse vanskelighetene påvirker dem i hverdagen. Til slutt vil jeg analysere guttenes

beskrivelser av hvordan de håndterer de ulike vanskelighetene i lys av teori om mestring hos barn og unge.

Afghanistan som opphavsland

Afghanske enslige mindreårige flykter fra et land som har vært preget av krig og konflikter i snart 30 år (Landinfo, 2007). Landets infrastruktur er i stor grad ødelagt som følge av dette. I tillegg har landet vært rammet av ekstrem tørke over lengre perioder og flere store jordskjelv. Det anslås at 22 millioner afghanere, 70 % av befolkningen, lever i fattigdom og under andre vanskelige forhold (UNICEF, 2008). For mange barn betyr dette at de ikke får gått på skolen, fordi de må jobbe eller hjelpe familiene sine på andre måter (ibid). Det er derfor sannsynlig at afghanske enslige mindreårige flyktninggutter bosatt i Norge har opplevd truende situasjoner forbundet med krig, fattigdom og sult, og at de bekymrer seg for familiene sine som blir boende under slike forhold.

Familien er den viktigste institusjonen i det afghanske samfunnet (Landinfo, 2007). Historisk sett har afghanske familier i flere generasjoner tilpasset seg de vanskelige økonomiske forholdene ved å sende sine fedre og sønner på arbeidsvandring til nabolandene, Pakistan og Iran, for å spe på familiens inntekt (ibid). Fedrene er familienes overhode og forsørger, men i familier hvor fedrene er døde, eller av andre årsaker ikke er i stand til å ta vare på familien, vil familiens eldste sønn overta dette ansvaret. Afghanistan har en kollektivistisk og gruppeorientert kultur og det antas at afghanere i Norge vil være viktige bidragsyttere til husholdene og storfamiliene de inngår i (ibid).

Faktorer som historie, kultur og tradisjoner kan derfor antas å påvirke hvilke vanskeligheter enslige mindreårige flyktninggutter fra Afghanistan opplever i sin tilpasning i Norge, og hvilke strategier de anvender i forhold til disse vanskelighetene.

METODE

EM studien er godkjent av Regional Komité for Medisinsk Forskningsetikk og i Datatilsynet, og utføres i henhold til deres retningslinjer.

Utvalg

Målgruppen til EM studien inkluderer alle enslige mindreårige som har fått opphold fra 2000 til og med 2008. Dette omfatter cirka 1800 ungdommer, og av disse håper prosjektet å

rekruttere mellom 600 og 800 informanter. Det foreløpige utvalget i EM studien består av om lag 250 ungdommer, hovedsaklig fra Somalia, Afghanistan, Sri Lanka og Irak.

Utvalgsriterier

I perioden 1.10.2006 til 5.12.2007 hadde 26 afghanske gutter deltatt i EM studien og takket ja til å bli intervjuet. To av guttene rekrutterte og intervjuet jeg. På bakgrunn av en systematisk gjennomgang av de 24 resterende intervjuene valgte jeg ut intervjuer i forhold til kriteriene lengde og informantenes kompetanse i norsk. Da stikkprøver på kortere intervjuer ga mindre omfattende informasjon, valgte jeg intervjuer som varte i minst 40 minutter. 14 intervjuer oppfylte dette kriteriet. Jeg valgte videre ut åtte av disse intervjuene ut i fra de språklige ferdighetene guttene hadde i norsk. Det var et metodisk hensyn å vektlegge språkkompetanse da jeg ønsket å transkribere intervjuene så nøyaktig og fullstendig som mulig.

Utvalget i den foreliggende undersøkelsen består av ti enslige mindreårige flyktinggutter fra Afghanistan i alderen 16 til 21 år. Selv om flertallet av guttene i det aktuelle utvalget er eldre enn 18 år, omtales de likevel som enslige mindreårige flyktinger i denne undersøkelsen. Guttene var bosatt i fem ulike kommuner, geografisk fordelt på tre deler av landet. Guttene hadde bodd i Norge mellom ett og seks år, gjennomsnittet var på tre år.

Utvalget er homogent i den forstand at alle informantene er gutter med afghansk nasjonalitet, og har kommet til Norge som enslige mindreårige flyktinger. Samtidig må man gå ut i fra at guttene er forskjellige fra hverandre på en rekke ulike dimensjoner, som hvilke erfaringer de har hatt i oppveksten, hvorfor de reiste fra hjemlandet og hvordan de kom seg til Norge.

Det går frem av guttenes spørreskjemaer at alle utenom én hadde opplevd krig på nært hold. Den ene gutten hadde ikke svart på dette spørsmålet. I følge Silove (1999) kan traumatiske opplevelser skade ulike psykologiske tilpasningssystemer som evnen til å knytte nære personlige bånd, opprettholdelse av mening med tilværelsen og tro på fremtiden samt identitetsutvikling. Den traumatiske bakgrunnen til guttene er ikke et fokus i denne undersøkelsen, men det utelukkes ikke at deres tilpasning i Norge kan være påvirket av ulike belastende erfaringer fra krig.

Måleinstrumenter

Spørreskjema

Alle informantene i EM studien fylte ut et omfattende spørreskjema som er blitt utviklet for å dekke ulike aspekter ved enslige mindreårige flyktningers tilpasning. Det inneholder i alt 321 spørsmål om blant annet tilknytning og nære sosiale relasjoner, mestring, kompetanse, kulturell identitet, trivsel og livskvalitet.

Samtlige måleinstrumenter er ansett som reliable og valide i forhold til aldersgruppen i prosjektet. Spørreskjemaet er på norsk.

Private Teorier Intervjuet

I tillegg til spørreskjemaet ble informantene invitert til å delta i et intervju.

EM prosjektet tar i bruk "Private Teorier Intervjuet" (PT intervjuet), YOUTH versjonen, som er utviklet ved Karolinska Institutt i Stockholm (Ginner, Werbart, Levander & Sahlberg, 2001). PT intervjuet vektlegger ungdommers subjektive oppfatninger og opplevelse av måten de håndterer problemer eller vanskeligheter i livet, hvilke forestillinger de har om hvordan disse problemene har oppstått og hvordan de tror det vil komme til å bli senere. Intervjuet er semistrukturert og dekker følgende hovedområder:

1. Kan du fortelle om noe som du synes er vanskelig for tiden?
2. Hvordan har vanskeligheten oppstått?
3. Hvordan takler du det som er vanskelig?
4. Hvordan kan du håndtere lignende vanskeligheter i framtiden?
5. Er det noe mer jeg bør vite for å forstå?

Intervjuerens rolle er å gjøre det så enkelt som mulig for informanten å formulere sin egen "tause" kunnskap, og formidle til informanten at det er de som har tolkningsforrang. Det er viktig at informantene føler at spørsmålene først og fremst har som hensikt å få fram informasjon om deres subjektive verden, enn som en del av et forskningsprosjekt. Intervjuet gir kunnskap om informantenes private teorier eller attribusjoner om vanskelighetene de møter i livene sine. Informantenes teorier består av deres personlige tanker om hvordan

vanskeligheter har oppstått og hvordan de håndterer dem, både på det aktuelle tidspunktet og senere.

PT intervjuet er relevant for problemstillingene i EM studien, og i den foreliggende undersøkelsen, fordi det gir utdypende informasjon om hvilke tanker ungdommene har om de belastningene de opplever i hverdagen i Norge, og hvordan de mestrer disse.

Fordi informantene ofte har en traumatisert fortid fokuserer intervjuet om en vanskelighet eller et problem som de har her og nå. Da spørreskjemaet dekker spørsmål om informantenes bakgrunn er det ikke nødvendig å stille slike spørsmål under intervjuet. Det ble videre vurdert som uansvarlig av EM prosjektet å få informantene til å fokusere på traumatiske minner da forskningsassistentene verken hadde klinisk erfaring eller hadde møtt informantene før.

Intervjuene som ligger til grunn for analysen i oppgaven ble utført av tre kvinnelige forskningsassistenter med norsk opprinnelse. Alle var i alderen mellom 26 og 28 år, og hadde gjennomført den samme grundige opplæringen i forskningsintervjuet.

Prosedyrer

Datainnsamlingen på EM studien startet høsten 2006 og blir utført av prosjektledere og forskningsassistenter som er ansatt ved UngKul prosjektet, i samarbeid med lokale myndigheter som kommunenes barnevern og flyktningtjeneste.

Enslige mindreårige flyktninger ble enten kontaktet gjennom personer de allerede kjente som jobbet i kommunen, eller direkte av UngKul prosjektet. Ungdommene ble informert om formålet med undersøkelsen og invitert til å delta, både i form av et informasjonsskriv og senere på telefon. Tidspunktet for datainnsamlingen var ofte på ettermiddagen eller kveldstid, når ungdommene var ferdig på skole og jobb. Ungdommene kunne ha med seg vergen¹ sin eller en annen omsorgsperson hvis de ønsket det. Datainnsamlingen ble

¹ Enslige mindreårige flyktninger har etter norsk lov krav på å få oppnevnt en verge eller hjelpeverge når de er under 18 år. Vergens oppgaver er å ivareta barnets interesser i Norge, og er blant annet ansvarlig for avgjørelser om barnets underhold, oppfostring og opplæring. Vergefunksjonen avsluttes ved fylte 18 år (Lauritzen & Berg, 2007).

gjennomført i lokaler som ungdommene kjente til, for å bidra til at de følte seg trygge og komfortable. Det viste seg at det var høyere deltakelse når ungdommene ble kontaktet lokalt, enn når de ble kontaktet direkte fra prosjektet.

Datainnsamling

Ungdommene deltok i datainnsamlingen i grupper på 8-10 informanter. Prosjektet stilte med tolk ved behov. Før datainnsamlingen begynte presenterte forskningsassistentene formålet med EM studien og hvordan resultatene skulle brukes. I denne sammenhengen ble det presisert at prosjektet ikke kunne hjelpe informantene med private problemer. Videre ble det forklart at det var trygt å delta i undersøkelsen, og at deltakelsen var frivillig. Deretter åpnet forskningsassistentene opp for spørsmål, og samtykkeerklæringene ble samlet inn. Informantene satt hver for seg og fylte ut spørreskjemaet. Dette tok fra en til to timer, avhengig av blant annet hvor fort ungdommene leste og hvor mye hjelp de trengte med spørsmålene.

Da ungdommene var ferdige med å fylle ut spørreskjemaet ble de invitert til å være med på PT intervjuet. Intervjuene ble vanligvis gjennomført umiddelbart etter utfyllingen av spørreskjemaene. I noen tilfeller ble intervjuene utført den påfølgende dagen, eller på et senere tidspunkt. Intervjuene ble utført på tomannshånd på et sted hvor informantens svar forble anonyme og konfidensielle.

Før intervjuene startet ble følgende tekst lest høyt for informanten:

”Alle opplever av og til situasjoner som er vanskelige eller problematiske. Dette intervjuet er en del av vår undersøkelse om hvordan ungdom vanligvis opplever og håndterer ulike problemer eller vanskeligheter. Det jeg først og fremst vil vite er hvordan du selv tenker om de vanskelighetene du har opplevd, og hvordan du har håndtert dem, hvordan de har påvirket deg, hvordan det har vært for deg senere, og hvordan du tror du reagerer neste gang noe lignende skjer. Ingen svar er riktige eller gale, og det er du som bestemmer hva du vil fortelle meg. Det jeg ønsker er å få tak i akkurat dine oppfatninger og erfaringer. Fortell med dine egne ord og på din egen måte. Hvis det er noe du lurer på underveis eller noe du ikke skjønner, er det bare å spørre.”

Da introduksjonen var lest opp forsikret intervjuer seg om at informanten hadde forstått innholdet og ba informanten stille spørsmål hvis noe var uklart.

Intervjuet åpnet med spørsmålet ”Kan du fortelle om noe du synes er vanskelig for tiden?”. Hvis informantene hadde problemer med å komme på eksempler på vanskeligheter, forklarte

intervjueren at en vanskelighet kunne være hva som helst uavhengig av størrelsen på problemet. Hvis informantene følte at de ikke hadde eksempler på aktuelle vanskeligheter, ble de bedt om å fortelle om en vanskelighet de hadde opplevd nylig eller for en stund siden.

Videre fulgte intervjuer opp informantenes svar ved hjelp av en semistrukturert intervjuguide². Generelle og åpne spørsmål ble fulgt opp av spørsmål som ba informantene komme med konkrete eksempler og spesifikke episoder. Intervjueren ga informantene verbal ”Jeg forstår at det er vanskelig” og ikke-verbal tilbakemelding, som mimikk og nikk, for å vise interesse for det informantene sa. Åpne instruksjoner som ”Fortell mer...” og spørsmål som ”Kan du gi et eksempel?”, ble gitt under intervjuet for å hjelpe informantene med å uttrykke tanker og refleksjoner rundt temaene de tok opp. Før intervjuene ble avsluttet ble informantene spurt om hvordan de syntes intervjuet hadde gått, og om de hadde noen spørsmål til intervjueren. Dette var en mulighet for intervjuer å debriefe informanten, spesielt hvis informanten hadde snakket om vanskeligheter relatert til triste eller vanskelige følelser. Intervjuene ble tatt opp på bånd.

Ungdommene mottok et gavekort på 100 kroner da de var ferdige med utfyllingen av spørreskjemaet. Informantene som også deltok på intervju fikk totalt to gavekort som takk for deltakelsen i prosjektet.

I forbindelse med den aktuelle studien om afghanske enslige mindreårige flyktninggutter ble det også gjennomført en uformell samtale med profesjonelle som jobber ved Byomfattende senter for enslige mindreårige flyktninger (Bymif) i Oslo. Samtalen handlet om deres erfaringer i forhold til ulike problemstillinger i tilpasningen til enslige mindreårige afghanske flyktninggutter, og enslige mindreårige flyktninger generelt. Informasjonen fra dette møtet inngår ikke i analysen, men har vært nyttig i arbeidet med resultatene.

Analyse

Intervjuene ble analysert tematisk, med utgangspunkt i prosedyren beskrevet av Braun og Clarke (2006). Tematisk analyse er en metode for å identifisere, analysere og rapportere mønstre (temaer) innen et datasett (ibid). Målet med analysen var å få systematisk kunnskap

² Se vedlegg A.

om hvilke vanskeligheter afghanske mindreårige flyktninggutter rapporterer at de har, hvordan disse påvirker dem til daglig samt hvilke strategier de benytter i forhold til ulike vanskeligheter. Det er viktig å påpeke at det var informantene selv som definerte hva de opplevde som vanskelig eller problematisk, og som bestemte hvor mye de ville fortelle om vanskeligheten. Individuelle forskjeller i hva som blir oppfattet som problematisk, ulikt ønske om å dele slik informasjon med en ukjent og evnen til å snakke om vanskeligheter er derfor faktorer som antas å påvirke innholdet i intervjuene.

I den første fasen av analysen konsentrerte jeg meg om å gjøre meg kjent med dataene, både gjennom arbeidet med å transkribere intervjuene og ved å lese det transkriberte materialet. Jeg transkriberte intervjuene a verbatim, og etterstrebet å gjengi samtalen mellom intervjuer og informant så nøyaktig som mulig. Validiteten av transkriberingen ble undersøkt ved at en forskningsassistent lyttet til tilfeldige lydklipp fra intervjuene og sjekket disse opp mot det transkriberte materialet.

Da alle intervjuene var transkribert leste jeg igjennom dem flere ganger uten å legge vekt på problemstillingen min. Målet var å få en oversikt over hva informantene snakket om, uten at jeg hang meg opp i detaljene.

Det neste steget i analysen var å kode manuskriptene i forhold til fremtredende temaer. Denne kodingen kan utføres på forskjellige måter, ut ifra om forskeren velger en teori- eller datadrevet koding (ibid). Jeg brukte problemstillingen min som utgangspunkt da jeg tilnærmet meg dataene, og dette er derfor en form for teoridrevet koding (ibid). I tillegg er PT intervjuet, som allerede beskrevet, et semistrukturert intervju hvor informantene blir bedt om å snakke om noe de synes er vanskelig og på hvilke måter de håndterer denne vanskeligheten (mestring). Innholdet i intervjuene dreide seg derfor i størst grad om informantenes beskrivelser av vanskeligheter og mestring. Tekstutdrag som ikke falt inn under kategoriene vanskelighet eller mestring, ble ikke prioritert videre i analysen. Eksempler på slike tekstutdrag var småsnakk mellom intervjuer og informant som falt utenfor rammene av forskningsintervjuet. Slike tekstutdrag utgjorde en relativt liten del av innholdet i intervjuene.

Analysen skulle se nærmere på tre spørsmål: hvilke vanskeligheter guttene fortalte om, hvordan disse vanskelighetene påvirket dem i det daglige og på hvilke måter de håndterte ulike typer vanskeligheter. Det var derfor naturlig å gjøre en systematisk koding av

intervjuene med fokus på hvilke vanskeligheter guttene fortalte om først, og deretter se nærmere på guttenes reaksjoner og mestring i forhold til disse. Som allerede påpekt var det informantene selv som definerte hva de opplevde som vanskelig og hvilke vanskeligheter de ville snakke om i løpet av intervjuet. Denne delen av analysen var derfor induktiv da det var guttenes beskrivelser av vanskeligheter som var utgangspunktet for kodingen.

Målet med kodingen var å identifisere interessante aspekter i dataene som kunne danne grunnlaget for gjentatte mønstre (temaer) på kryss av datasettet. Når den første delen av kodingen var utført gikk analysen over i å få en bredere oversikt over dataene. Dette gjennomførtes ved å sortere de ulike kodingene inn i potensielle temaer og ved å samordne de kodede tekstutdragene innenfor hvert identifiserte tema. Denne delen av analysen førte til at et utvalg av temaer og undertemaer tok form, og disse jobbet jeg videre med.

Alle eksemplene på vanskeligheter ble oppført i et skjema for hver enkelt informant, og totalt på utvalget. Dette skjemaet ble revidert etter hvert som ny innsikt og forståelse av mønstre i intervjuene ble oppdaget. Bearbeidingen ble utført på to nivåer, slik Braun og Clarke beskriver (2006). Først undersøkte jeg utvalget av temaene opp mot utdragene fra dataene, for å evaluere om de dannet overensstemmende mønstre. I dette arbeidet fikk jeg to medstudenter til å kode hvert sitt intervju, som stikkprøve på validiteten av min egen koding. Deretter undersøkte jeg temaene opp mot hele datasettet, for å identifisere hvilke temaer (vanskeligheter) som var like for alle informantene. Vanskeligheter som flertallet av informantene snakket om var i forhold til (a) uro og savn av familie (n=7), (b) økonomi (n=7) og (c) bosituasjon (n=4). Analysen min har derfor gitt forrang til det typiske innholdet i intervjuene, og har ikke prioritert unike vanskeligheter som et mindretall (en til tre) av guttene snakket om.

Videre ønsket jeg å undersøke på hvilke måter de tre ulike vanskelighetene påvirket informantenes mentale og fysiske helse. I denne prosessen stilte jeg meg spørsmål som ”Hva sier guttene om hvordan de ulike vanskelighetene påvirker dem til daglig?” og ”Hvilke psykiske og fysiske reaksjoner beskriver guttene at de får i forhold til vanskelighetene?” Eksemplene på psykiske og fysiske reaksjoner ble sortert i forhold til hvilken type vanskelighet guttene beskrev.

Deretter ble intervjuene kodet på nytt, slik det er beskrevet overfor, men denne gangen med fokus på hvilke beskrivelser informantene ga av hvordan de håndterte vanskelighetene i

forhold til uro og savn av familie, økonomi og bosituasjon. De deskriptive forklaringene guttene ga på hvordan de håndterte spesifikke vanskeligheter ble analysert ut fra et teoretisk grunnlag. Under dette arbeidet brukte jeg Compas m.fl. (2001) sin modell på mestring hos barn og unge som rammeverk, for å kode eksemplene på mestringsstrategier i teksten. For eksempel ble tekstutdraget ”*Jeg synes det er vanskelig å være uten familie, men jeg har venner og, det er ikke bare jeg som bor alene i Norge.*” kodet under fenomenet ”sammenlikning av seg selv med andre som er i samme situasjon” som ble sortert under ”redusering av problemet”, som kan sorteres under hva Compas m.fl. (2001) betegner som strategien ”kognitiv restrukturering” som til slutt plasseres i kategorien ”sekundærkontroll mestring”. Dette arbeidet ble i hovedsak utført av meg, men i dialog med veileder som undersøkte gyldigheten av kodingen.

Informantene ble gitt kulturelt egnede pseudonymer for å bevare anonymiteten deres.

RESULTATER

I det følgende vil jeg presentere hvilke funn som fremgikk på bakgrunn av analysen av guttenes intervjuer. Først vil jeg legge frem hvilke fortellinger guttene kom med i forhold til vanskeligheter de hadde knyttet til uro og savn av familie, økonomi og bosituasjon. I denne sammenheng gir jeg eksempler på beskrivelsene guttene ga av hvordan de ulike vanskelighetene påvirket dem til daglig. Til slutt vil jeg presentere på hvilke måter guttene håndterte vanskelighetene, sett i lys av strategiene som inngår i Compas m.fl. (2001) sin modell på mestring hos barn og unge.

Vanskeligheter

På bakgrunn av analysen var det tre hovedkategorier av vanskeligheter som dominerte i intervjuene. Dette var (a) uro og savn av familien (n=7), (b) økonomi (n=7) og (c) bosituasjon (n=4). Andre vanskeligheter som ble nevnt, men av mellom en og tre av guttene, var blant annet forbundet med skole, venner, språk og fordommer. Disse vanskelighetene blir ikke presentert videre i oppgaven, men nevnes da de var med på å påvirke guttenes trivsel i hverdagen.

Uro og savn av familien

Det var syv gutter som tok opp vanskeligheter i forhold til familien, og disse var først og fremst knyttet til guttenes bekymring og savn av familiene sine. Bekymringene for familien

kunne deles inn i tre variasjoner: bekymring for levestandard og trygghet, for yngre søsken og foreldrenes helsetilstand. Seks av guttene som snakket om familien hadde en eller annen form for kontakt med dem. Kontakten med familien var for de fleste av disse begrenset til samtaler på telefon en til to ganger i måneden. For en av guttene var ikke telefonkontakt med familien mulig, på grunn av forholdene hvor familien hans bodde. Denne gutten fikk likevel informasjon om familien sin gjennom kontakt med andre afghanere. Mangel på informasjon hadde fungert beskyttende på en av guttene i forhold til uro for familien, helt til han besøkte familien sin to år etter at han kom til Norge. Yasaman forklarte:

”Jeg er mest opptatt av hvordan familien har det. Men for to år siden var jeg ikke det. Da hadde jeg ikke besøkt dem og visste ingenting om hvordan de levde. Så jeg hadde det kjempebra i to år. De to første årene jeg bodde i Norge følte som to uker, de gikk veldig fort. Men ikke etter at jeg reiste. Nå vet jeg hvordan de lever. Jeg fikk jo mye i hodet. Før var jeg rolig, men nå tenker jeg veldig mye på dem.”

For Yasaman hang denne opplevelsen sammen med at han reiste fra familien sin før han var ti år gammel. Han bodde lenge i et av nabolandene til Afghanistan før han kom til Norge som tenåring. Den lange tiden han hadde vært borte fra familien hadde gitt savnet hans en ekstra dimensjon, og en følelse av at noe manglet. Han forklarte:

*”Jeg kjenner nesten ikke familien min en gang. Og når jeg tenker på sånne ting blir jeg lei meg. Jeg har reist to ganger til *** for å treffe mamma og pappa, ingen unger, ikke mine søsken. Så jeg tenker mye på hvordan de lever. Ting som, jeg veit ikke hvordan de lever i Afghanistan en gang. Men sånn som de snakker, at det er krig og vanskelig å få seg jobb der, det er et problem. Jeg må jo tenke på det. Hvis det bare hadde vært meg, så hadde det vært kjempebra.”*

Følelser av savn og bekymring stakk dypt, og de var tett sammenbundet med hvordan familien hans hadde det. Yasaman fortalte at han hadde blitt mindre sosial i Norge etter at han besøkte familien. Han forklarte at det var uaktuelt for han å bruke penger på en fest eller andre unødvendige ting, når han visste hvordan familien hans levde. På denne måten preget familiens situasjon i hjemlandet hans situasjon i Norge. En annen informant, Zelgai, besøkte familien sin tre år etter at han kom til Norge. Han hadde søkt fri fra skolen for å besøke dem igjen. Zelgai uttrykte ambivalente følelser i forhold til det å besøke familien sin:

”Det blir ganske bra, fordi jeg vil jo besøke dem, ikke sant? Og de blir kanskje glad når de seg meg, liksom. Og jeg blir glad, fordi jeg var der nede for noen år siden, ikke sant? Og jeg ble ganske trist

da når jeg så hvordan de bor. I kjelleren, med bare ett rom og seks personer som sover på ett rom, liksom. Jeg ble ganske lei meg.”

Zelgai bestemte seg for å slutte på skolen en periode som følge av at han ikke fikk sove om natten. Han fortalte at han ikke klarte å slutte å tenke på familien og at han ble ”veldig sliten i hodet”. Nå hadde han begynt på skolen igjen, men de urolige tankene for familien hadde vedvart og var fortsatt et problem han strevde med i hverdagen. Å besøke familien sin var med andre ord ikke en uproblematisk opplevelse. Guttene slet med inntrykkene de fikk i løpet av oppholdet, og dette preget dem og livene deres når de var tilbake i Norge. Samtidig var besøkene viktige for dem, og guttene uttrykte et behov og ønske om at de skulle få besøkt familiene sine snart igjen.

Andre eksempler på bekymringer for familien, var bekymringen knyttet til spesifikke familiemedlemmer. To av informantene var spesielt engstelige for hvordan det gikk med deres småsøsken. Ehsan fortalte om en gammel konflikt mellom hans familie og en annen familie. Han hadde hørt rykter fra venner i hjemlandet om at den andre familien hadde truet med å drepe lillebroren hans, som oppholdt seg i et av nabolandene til Afghanistan. Ehsan følte seg maktesløs i forhold til å kunne beskytte broren sin:

”Jeg tenker mye på det. Kan ikke gjøre noen ting. Når han bor der og jeg bor i Norge og familien min bor i Afghanistan. Jeg kan ikke gjøre noe hvis de kommer og dreper han, jeg kan ikke stoppe dem fra Norge.”

Ehsans beskrivelse av hvor sårbar og utsatt lillebroren hans var uten familien kunne også sees på som et speilbilde av hans egen situasjon i Norge. Ehsan var ikke i livstruende fare, men likevel i en sårbar posisjon fordi han ikke hadde familien sin rundt seg. Ehsan fortalte i likhet med Zelgai at han ikke fikk sove om natten som følge av at han tenkte mye på hvordan det gikk med familien og lillebroren sin. En annen gutt, Khaleid, var også storebror og hadde søsken som bodde alene i et av nabolandene til Afghanistan. I likhet med Ehsan uttrykte han frustrasjon fordi han ikke var i stand til å beskytte dem, eller ta seg av dem. I Khaleids tilfelle var dette ekstra vanskelig fordi faren deres var død, og moren visste de ikke om var i live. Ansvar for søsknene var hans fordi han var storebror. Khaleid fortalte, med en form for fascinasjon i stemmen, på hvilke måter situasjonen hans påvirket han:

”Før veide jeg 68 kilo, nå veier jeg 52. Det er ikke fordi jeg ikke spiser, for jeg spiser godt flere ganger om dagen. Jeg fant ut selv at, det er sånn, på grunn av at jeg tenker for mye. Også etter hvert

begynte jeg å miste håret. Hver dag nesten hundre hår falt av! Jeg måtte klippe meg helt. Sånn påvirker det meg.”

I likhet med de andre guttene hadde Khaleid søvnproblemer og dette gikk utover konsentrasjonen hans på skolen. I tillegg fortalte han at han var plaget av hodepine.

En tredje form for bekymring hos guttene var knyttet til foreldrenes helsetilstand. Zelgai og Ahang var begge bekymret fordi de hadde foreldre som var blitt alvorlig syke, og som var lagt inn på sykehus i et av nabolandene til Afghanistan. Ahang forklarte reaksjon sin slik:

”Da jeg fikk høre om (en av foreldrene), jeg klarte meg i ingenting. På skolen jeg kunne ikke se, jeg kunne ikke høre på lærer eller, det var veldig vanskelig for meg. Så jeg spurte om hjelp, hvis jeg kan få hjelp. Økonomihjelp for å reise for å se på (en av foreldrene) eller hvordan (den ene av foreldrene) har det. De sa nei, de kan ikke hjelpe noe. Men siden jeg har hørt så... jeg tenker altfor mye på (en av foreldrene).”

Ahang søkte om midler til å dra og besøke sine nærmeste da han fikk høre om sykdommen. Han fikk avslag med begrunnelsen at flere hadde misbrukt slike historier for å få dekket reiser til hjemlandet. Zelgai var i likhet med Ahang bekymret for sykdom som hadde rammet familien hans, i tillegg til at familiens hans oppholdt seg ulovlig i et av nabolandene til Afghanistan. Dette var en ekstra kilde til stress. Alvorlig og med lav stemme fortalte Zelgai:

”Jeg er veldig redd for at det kan hende politiet kommer og tar dem og så bare... bang.”

Zelgais frykt for familiens situasjon var komplisert. Han var urolig for helsetilstanden til en av hans foreldre, samtidig som han engstet seg for familiens sikkerhet der de var. Flere av guttene var i samme situasjon. Familiene deres hadde flyktet fra hjemlandet og oppholdt seg i nabolandene hvor de hadde få rettigheter og ikke var velkomne. Dette var en ekstra stressfaktor for guttene. Froozan prøvde å forklare hvordan familien hans hadde det:

”Det var ikke så bra da jeg besøkte dem, for de skal sende dem tilbake til Afghanistan. Og dem har ingenting i Afghanistan. Hvis du ikke har noe hus og sånn, eller penger og sånn, så liksom... da er det vanskelig å bo ikke sant? Ingen jobb, de tjener ikke penger, og du kan ikke sove ute på gata ikke sant?”

Flesteparten av guttene opplyste om at de hadde forsøkt å løse situasjonen ved å søke om familiegjennomføring, men alle hadde fått avslag. Å snakke om denne håpløse situasjonen, både for familien og dem selv, var vanskelig for guttene. Under intervjuet avbrøt Ehsan seg

selv fordi han strevde med språket. Han fortalte om fortiden i hjemlandet og hvorfor han kom til Norge. Han sa unnskyldende:

”Jeg blir sånn. Jeg glemmer alt norsk når jeg prater sånn her. Jeg glemmer norsk og hvordan jeg skal prate! Hvis jeg blir sånn at, snakker om sånn vanskeligheter sånn, jeg glemmer norsken. Jeg vet ikke hvorfor. Men jeg prater om ting også blir litt... må tenke og sånn. Men jeg glemmer alt. Jeg klarer ikke sånn, prate norsk. Det er ikke vanskelig å prate norsk, men hvis jeg prater og prater om, også jeg blir litt, opp ned, så jeg glemmer alt.”

Det er vanskelig å vite hva som fører til at Ehsan opplevde å miste språket i denne sammenhengen. Det kan være at det å snakke på norsk om minner fra Afghanistan var vanskelig fordi fortiden hans var ”kodet” på morsmålet og i liten grad var blitt snakket om på norsk. Det kan også være en psykologisk reaksjon, at han ble overveldet av minnene, og at dette satt verden ”litt opp ned” et øyeblikk, slik han påpekte selv. Khaleid uttrykte også en form for psykologisk reaksjon under intervjuet. Han la hodet i hendene flere ganger og på spørsmål om han hadde vondt i hodet svarte han ja. Da intervjuet med Khaleid ble avsluttet sa han at han hadde fått hodepine, og at han skulle ta seg en tablett.

Belastningene som var knyttet til familien spilte en sentral rolle i hvordan guttene hadde det i hverdagen. Det var store likheter i innholdet av bekymringene for familiene deres, og på hvilke måter det påvirket dem. Påtrengende tanker, konsentrasjonsproblemer, søvnproblemer, vekttap og hårtap var eksempler på psykiske og fysiske reaksjoner guttene fortalte om. Minnene om familien, og vissheten om at de var i fare, utfordret deres kapasitet til å fungere optimalt i skolen og ellers. Det var med andre ord vanskelig for guttene å skille mellom hvordan de hadde det, og hvordan familiene deres hadde det.

Økonomi

En annen vanskelighet som syv av guttene snakket om var ulike problemstillinger i forhold til temaet penger. Det var en forskjell mellom de som snakket om penger i forhold til familienes økonomiske situasjon, og de som snakket om penger i forhold til deres egen økonomiske situasjon. Samtidig var det likheter mellom guttene i hva de personlig trengte mer penger til, og motivasjonen som lå bak ønsket om å få seg en deltidsjobb.

Guttene som snakket om familien var opptatt av å kunne tjene penger slik at de kunne sende penger til familien. En av guttene som snakket om å hjelpe familien sin økonomisk brukte ordet ”forsørge” i denne sammenhengen. Det var mer vanlig at guttene sa at de ville hjelpe

familiene sine, spesielt de som hadde besøkt familien og hadde sett hvordan de levde. Ehsan forklarte på hvilke måter hans penger kunne hjelpe familien:

”Hvis jeg sender 1000 kroner i måneden til min familie så er det veldig mye penger for dem. Veldig, veldig mye. De kan bruke kanskje 300 kroner i måneden, eller 400 kroner i måneden, og de seks hundre kronene kan de spare.”

Et slikt regnestykke var likevel et problem for guttene fordi de ikke hadde ekstra penger å sende til familiene sine. Dette hang sammen med at guttene ikke hadde klart å få seg en deltidsjobb ved siden av skolen. Til tross for at de søkte på mange ulike jobber var det ingen av dem som hadde blitt ansatt. Det var ulike frustrasjoner knyttet til problemet med å få seg en jobb, og en av guttene påpekte at han trodde årsaken var at han var utlending. Resten av guttene ga alternative forklaringer, som det at de var unge og manglet relevant erfaring og utdanning. De hadde likevel til felles at de hadde følt behovet for å tjene penger så sterkt, at de hadde vurdert å slutte på skolen for å begynne å jobbe fulltid. Ehsan, Froozan og Yasaman fortalte:

Ehsan: *”Nå har jeg tenkt at jeg skal slutte på skolen og begynne å jobbe. Men jeg har ikke sånn erfaring at jeg kan begynne på jobb.”*

Froozan: *”Jeg trenger penger nå, ikke sant? Nå tida. Men jeg har ikke fagbrev og sånn, jeg må liksom fortsette å gå på skolen. Selv om det tar tid da. Jeg må ha fast jobb, fast jobb for at de (familien) kan komme hit liksom.”*

Yasaman: *”Egentlig liker jeg skolen veldig godt og ikke ha fravær og satser på å gå på skolen. Men siden jeg har jo... familie. Jeg må jo tenke på dem og. De bor i Afghanistan, det er ikke mye jobb der. Jeg, liksom, jeg må jo... forsørge dem.”*

Guttene uttrykte stresset de opplevde som et dilemma mellom kortsiktige og langsiktige behov. De kortsiktige behovene var knyttet til familiens vanskelige situasjon, og akutte behov for penger. De langsiktige behovene var derimot knyttet til guttenes ønske om en utdanning, som de påpekte var sentral for å lykkes i Norge. Guttene konkluderte derfor med at de måtte investere i utdanning, slik at de var bedre rustet til å hjelpe familiene sine i fremtiden.

For guttene som ikke snakket om familien sin var økonomiske problemer knyttet til det å ha dårlig råd. Lite penger gikk spesielt utover guttene som hadde behov for profesjonell hjelp eller behandling. Azim forklarte at han ikke fikk sove om natten på grunn av mareritt, og at

han tok sovemedisiner. Dette var en utgift som gikk utover budsjettet hans på 700 kroner i uken:

”Når jeg får 700 (kroner) også to dager jeg må sitte og tenke på at, ”åh, jeg må kjøpe sånn, jeg må kjøpe sånn”. Også, kanskje, nei det går ikke. Kanskje jeg kjøper tablett. Nei, jeg går til legen også jeg må betale 250 kroner. Eller 150 kroner. Også det går til legen alt. Så jeg har ikke noe igjen for å kjøpe mat. Siden jeg går, jeg går mye til legen. Nesten hver uke jeg må gå til legen.”

Det var vanskelig å vite hvorfor Azim hadde behov for å gå til legen så ofte, og hvorfor han måtte prioritere dette foran andre utgifter. Yasaman derimot prioriterte motsatt. Han hadde vært med i en ulykke en tid tilbake, og klaget over smerter i kroppen. Han fortalte at han hadde bedt barnevernet om hjelp til å betale for fysioterapi, men fått avslag. Dermed uteble behandlingen, mens smertene hans vedvarte. Yasaman gjenfortalte oppgitt situasjonen slik:

”Jeg sier til meg selv, ikke sant, jeg har jo ikke råd til å gå selv, til fysioterapeut og betale selv. For det er veldig dyrt. Alle de pengene jeg får for å spise mat, det er ikke nok. Jeg må betale mer enn det. Så jeg tenker at hvis jeg hadde jobb, jeg kunne jo gå på fysioterapi uten å tenke på noe. Kunne betale selv. Ferdig med saken!”

En annen gutt, Khaleid, hadde sluttet å gå til psykolog etter at han fylte 18 år, da han ikke fikk dette dekket av barnevernet lenger. Han tjente ikke penger og syntes det var for dyrt å gå til psykolog, selv om terapi hadde hjulpet på hodepinen hans. Å være økonomisk avhengig av andre var ikke en situasjon guttene følte seg komfortable med. De påpekte behovet for å kunne stå på egne ben, og hvordan det å få seg en deltidsjobb ville gitt dem denne følelsen av selvstendighet. Khaleid og Azimi uttrykte seg slik:

Khaleid: *”Jeg vil ha jobb, sjøl, også betale til alt sjøl. Tjene mine egne penger. Jeg tror det hjelper meg mye. Å få jobb.”*

Azimi: *”Da jeg var åtte år tjente jeg penger, og jeg kunne kjøpe meg klær og det jeg trengte. Men ikke nå! Så jeg tenker ”da du var åtte år klarte du deg bedre enn nå som du er seksten.”*

En av guttene kommenterte også at begrenset økonomi førte til at han ikke kunne være sammen med norske venner like mye, fordi det ofte involverte bruk av penger. I tillegg til slike økonomiske problemstillinger fortalte flere av guttene at de skulle ønske de hadde hatt mer penger, slik at de kunne hatt friheten til å reise. Reisene de ønsket seg var for å besøke familien i utlandet og i Norge, venner i Norge og for å se steder de ikke hadde vært før.

Khaleid påpekte at det å reise ville hjulpet på hans følelse av mental velvære:

”Hvis jeg hadde hatt jobb, og tenkte vanskelig, jeg kunne reise rundt og besøke andre steder. Det kunne hjelpe meg. Å reise rundt. Men det er også et økonomiproblem jeg har. Jeg kan ikke reise noe sted. Å reise er litt sånn positiv måte du kan glemme alt negative ting på.”

Innholdet i belastningene guttene hadde til økonomi var sammensatte. Mangel på penger begrenset hvilken hjelp de kunne gi til familien, og ulike behov for hjelp de trengte selv. For noen av guttene var ikke ønsket om en jobb bare forbundet med større økonomisk frihet, men også om verdien av å kunne ta vare på seg selv og stå på egne ben.

Bosituasjon

Vanskeligheter relatert til bosituasjon ble tatt opp av fire informanter. For to av guttene var det en kilde til frustrasjon at de ikke fikk bo i samme by som storebrødrene sine. For en av guttene var misnøyen forbundet med at han måtte bo i et bofelleskap. Den fjerde informanten var i en situasjon hvor han ikke fant seg et eget sted å bo.

Zelgai og Ahang hadde eldre brødre i Norge som bodde i en annen by enn dem selv. Begge hadde søkt om å få bo i nærheten av brødrene sine, men fått avslag. For Zelgai opplevdes dette som veldig urettferdig. Han fortalte, tydelig oppgitt, sin opplevelse av hvordan det hadde blitt slik:

”Ikke sant, de sa (på asylmottaket) hvis du skal velge en kommune i nærheten av broren din, da må du vente ganske lenge. For eksempel ett år, eller ett og et halvt år. Så jeg sa ”ok, det er greit, jeg skal vente.” Og så når jeg fikk en annen kommune etter ett og et halvt år, så sa de ”ok, du må flytte bare.” Jeg hadde ikke lyst. Jeg ble tvungen til det!”

Zelgai fortalte at denne situasjonen hadde ført til at han fikk en dårlig start i den kommunen han ble sendt til. Nå gikk det bedre fordi han hadde fått seg venner der, men han ønsket fortsatt å bo nærmere broren sin. Zelgai og Ahang delte synspunktet om at de hadde hatt det bedre hvis de hadde bodd i nærheten av brødrene sine. Zelgai påpekte hvorfor:

”Han gir meg råd og viser meg hvordan jeg skal lykkes i Norge. Når jeg besøker han pleier vi å gå i byen og spise sammen. Vi ler og snakker om fortiden og om mamma og pappa. Det hjelper ganske mye, ikke sant.”

Zelgai fortalte videre at han ikke hadde behøvd å tenke så mye på familien sin hvis han hadde bodd i samme by som storebroren. Ahang vektla en annen side av hvorfor han ønsket å bo i nærheten av broren sin:

”Det viktigste for meg er at hvis jeg bor i nærheten av familien min så vet jeg det er noen, at jeg har noen. Sånn at jeg ikke føler meg alene.”

En konsekvens av å bo langt unna brødrene sine var at de følte seg ensomme og savnet dem. En annen gutt som også hadde lyst til å forandre bosituasjonen sin var Froozan. Han var 17 år og bodde i et bofellesskap. Froozan opplevde det slik:

”Jeg trives ikke der jeg bor. De behandler oss som om vi er barn og sånn. Jeg vil liksom bo alene, ikke sant. Jeg trives ikke der, rett og slett. Jeg er ikke så glad av å bo der. Jeg vil bestemme over meg sjøl og gjøre hva jeg vil liksom.”

Froozan utdypet at han syntes det var plagsomt å bo sammen med de andre, og at det noen ganger førte til at han ble sint. Zelgai, Ahang og Froozan hadde ulike ønsker i forhold til hvordan eller hvor de ville bo, men de delte oppfattelsen av at den måten de bodde på nå gikk utover trivselen deres. Jamshids situasjon var også et eksempel på dette. Da han kom på intervju var det største problemet hans at han ikke fant et eget sted å bo. Dette hang sammen med at han hadde flyttet fra kommunen han var bosatt i, blant annet fordi han hadde følt seg trist og ensom der. Jamshid forklarte at han ikke hadde fått hjelp fra den gamle kommunen sin da han fortalte at han mistroldes og ønsket å flytte. Han bestemte seg likevel for å reise, selv om han måtte finne et sted å bo på egen hånd. Jamshid husket oppgitt tilbake til da han ankom den nye kommunen:

”To dager sov jeg på jernbanestasjonen. Jeg fikk ingen hjelp av kommunen. Det var skikkelig irriterende. Så bodde jeg nesten to uker på hotell.”

Omsider fikk han leie hos noen ukjente menn som han kom i kontakt med på gaten. Jamshid forklarte at han lyttet etter personer som snakket morsmålet hans, og tok deretter kontakt med dem og forklarte situasjonen sin. Jamshid gjenfortalte det slik:

”Vi stod og prata og så sa de kom, du kan bo hos oss. Til du finner jobb og sånne ting. Det var kjempesnilt av dem.”

Jamshid tok tilbudet om å bo sammen med mennene. Han forklarer at leiligheten var liten, og etter å ha bodd der i ett år hadde han begynt å mistroldes. Jamshid jobbet heltid og ønsket å leie sin egen leilighet, slik at han fikk mer plass og privatliv. Han forklarte den nåværende bosituasjonen sin slik:

”Det blir kaos. Rett og slett. Når man kommer hjem er det masse mennesker der, og det finnes nesten ingen mat. Det er nesten aldri noen som vasker leiligheten. Og det blir masse bråk.”

Jamshid prøvde å le av situasjonen sin, men han ble fort alvorlig da han fortalte at det eneste han klarte å tenke på var å få bo alene. Han hadde søkt på mange leiligheter uten hell, og dette syntes han var problematisk. Jamshid forstod ikke hvorfor han ikke fikk leiet en leilighet, når han kunne bevise at han hadde fast inntekt. Han formulerte seg slik:

”Jeg har ringt opp nesten hundre personer på finn.no. De spør om jeg har familie, samboer eller kjæreste og sånne ting. Jeg sier at jeg har bra jobb og fast inntekt. De sier bare ”beklager”. Bare det.”

Selv om Jamshid syntes det var merkelig at utleierne vektla sivil status fremfor inntekt, omtalte han ikke behandlingen han fikk som diskriminerende. Han var innstilt på å fortsette å søke på leiligheter, og hadde ikke annet valg enn å holde ut sin nåværende bosituasjon. For alle de fire guttene hang belastningene knyttet til bosituasjon sammen med deres opplevelse av manglende trivsel. Trivsel var forbundet med det å bo i nærheten av familie eller å få bo alene.

Oppsummert var de tre vanligste vanskelighetene ungdommene tok opp under intervjuene relatert til temaene uro og savn av familie, økonomi og bosituasjon. Det går frem av resultatene at guttene som hadde kontakt med familien i utlandet, bekymret seg veldig for dem. Bekymringene påvirket guttene i form av store søvn- og konsentrasjonsproblemer, og en av guttene fortalte også om fysiske reaksjoner som vekt- og hårtap. Vanskeligheter i forhold til økonomi og bosituasjon derimot påvirket guttene i form av en manglende følelse av selvstendighet og trivsel.

Man kan forvente at også ungdommer som ikke er enslige mindreårige flyktninger vil møte utfordringer i livene sine i forhold til disse temaene. Det er likevel en viktig forskjell at slike vanskeligheter kan være særskilt utfordrende for enslige mindreårige flyktninger, da de i langt større grad er tvungne til å løse problemene sine på egen hånd.

Mestringsstrategier

På bakgrunn av hvilke vanskeligheter guttene tok opp i løpet av intervjuet, ble de bedt om å forklare og gi eksempler på hvordan de håndterte disse vanskelighetene. Beskrivelsene på hvordan guttene mestret vanskelighetene sine ble forstått i lys av Compas m.fl. (2001) sin

modell på mestring. Denne modellen skiller mellom tre ulike kategorier av mestring: primærkontroll (aktiv), sekundærkontroll (tilpassende) og ikke-engasjert (passiv). I det følgende vil jeg kort presentere de tre ulike kategoriene av mestringsstrategier, og beskrive på hvilke måter guttene tilnærmet seg problemene sine ved hjelp av de forskjellige strategiene.

Primærkontroll mestring

Primærkontroll mestring kjennetegnes ved at man aktivt prøver å oppnå en grad av personlig kontroll over stressende aspekter ved situasjonen og sine emosjoner (Compas m.fl., 2001). Guttene beskrev mestringsstrategier som inngår i to underkategorier av denne formen for mestring: de søkte sosial støtte ved å snakke om problemene de hadde til andre, og de forsøkte å forandre eller løse problemene sine.

Sosial støtte: å snakke om vanskeligheten

Guttene fortalte at de snakket med andre om vanskelighetene sine, men det var forskjeller i hvem de ønsket å snakke med i forhold til ulike vanskeligheter. Guttene som hadde kontakt med familien, enten i utlandet eller i Norge, fortalte at de snakket med dem når de var urolige for eller savnet familiene sine. Zalgai pleide vanligvis å snakke med moren sin i slike situasjoner:

”Jeg må ringe og så må mamma roe meg ned liksom. Det er lettere å snakke med mamma. Hun støtter meg.”

Guttene som hadde muligheten til å snakke med familien sin om vanskelige følelser, foretrakk dette fremfor å snakke med venner eller voksenpersoner fra Norge. Det kan være ulike årsaker til dette. En mulighet er at de opplevde det som betryggende å snakke med noen som stod dem nær og at dette følte tryggere enn å åpne seg for personer de ikke kjente like godt.

Guttene som ikke hadde muligheten til å snakke med familie fortalte at de kunne henvende seg til voksenpersoner i Norge, som for eksempel en primærkontakt eller bofelleskapslederen. Guttene ga uttrykk for at de bare en sjelden gang hadde snakket med voksne om vanskelighetene de hadde i forhold til egen familie. De pleide heller ikke å snakke om dette med venner. Froozan uttrykte det slik om det å snakke med voksenpersoner og venner om familierelaterte problemer:

”Tror du det hjelper om jeg snakker med dem? Det er ikke de som bestemmer. Så hvorfor skal man snakke hvis det ikke hjelper? Det er bare snakking, ikke sant. Ikke noe mer.”

Det var flere av guttene som ga uttrykk for en tilsvarende holdning. Det kunne virke som om måten de definerte hjelp på i denne sammenheng, var ut ifra deres vurdering om det å snakke ville få positive konsekvenser for familiens situasjon. Guttene så ikke poenget med å snakke med noen, så lenge familiens situasjon ikke forandret seg til det bedre. På en måte kan man forstå denne innstillingen, ettersom guttenes opplevelse av uro og savn ikke ville forsvinne så lenge de visste at familiene deres hadde det vanskelig. Det er også en mulighet at guttene ikke ønsket å snakke om problemer som ikke lot seg løse, da det var med på å rippe opp i noe som allerede var forbundet med triste og såre følelser. For Wahid handlet det også om personlige grenser for hva han ville snakke med vergen og læreren sin om:

”Jeg snakker noen ganger med dem. Men ikke hele tida. Jeg liker ikke å si mine ting til noen andre.”

Azim forklarte at han ikke ville snakke med norske venner om problemene sine, fordi de ikke hadde forutsetningene for å forstå han. Han valgte derfor å holde problemene sine for seg selv:

”Jeg har problemer, det er ikke deres problem. Det er mitt problem, og jeg vil ikke fortelle dem. De fleste ungdommer som har vokst opp i Norge eller et annet sted har hatt et godt liv. Og de tenker ikke på sånne ting. De trenger ikke å tenke på sånne ting. De har det veldig godt og har ikke noe problem. Det er jeg som opplever masse rare ting. Ikke dem.”

Dette tyder på at guttene langt på vei beskytter sine mest personlige og innerste tanker, både fra vennene sine og voksenpersoner de har kontakt med i Norge. I tillegg til guttenes egne forklaringer på hvorfor de ikke ønsket å snakke med andre om slike temaer, kan man anta at de vurderte det som utrygt å snakke med andre om familiene sine. Det er for eksempel en mulighet at guttene var redde for at informasjonen om familiene skulle bli brukt i mot dem, eller på en eller annen måte kunne gå utover familiene deres.

Guttene snakket derimot med voksenpersoner i Norge om vanskeligheter knyttet til økonomi og bosituasjon. Dette var problemer guttene vurderte som hensiktsmessige å snakke med personer fra Norge om, fordi de visste at de kanskje ville kunne få råd eller hjelp til å forandre situasjonen. Norske voksne var også kilden til informasjon om norske lover og regler, og om hvordan det norske samfunnet fungerte. Ehsan fortalte om en samtale han hadde hatt med vergen sin i forhold til problemet økonomi:

”Han sier til meg at hvis du begynner å jobbe med en gang, så kanskje du har det bra i ett eller to år. Men etter det er ikke fremtiden din like bra. Så først må jeg bli ferdig med skolen, så etterpå kan jeg begynne å jobbe.”

Khaleid opplevde at han ikke fikk snakket med den voksenpersonen han ville når han hadde det vanskelig, fordi denne personen ofte var opptatt eller utilgjengelig. På spørsmål om han snakket med kameraten sin i stedet forklarte han:

”Han forstår meg, men han kan ikke hjelpe meg. Det er mange som forstår meg men... jeg trenger hjelp.”

Det virket som om guttene opplevde å ha ulik tilgang til sosial støtte, og det varierte i hvilken grad de brukte støtten de hadde tilgjengelig. For guttene som hadde flere alternativer så det ut til at de valgte hvem de snakket med ut i fra hvilket problem de hadde. I tillegg vurderte de hvilken effekt det å snakke om vanskeligheten ville ha på det spesifikke problemet. Hovedinntrykket var derfor at guttene skilte mellom private og praktiske problemer, og at de syntes det var enklere å søke sosial støtte når det dreide seg om de praktiske problemene de hadde i livene sine.

Problemløsning

Den andre strategien som inngår under primærkontroll mestring er problemløsning. Problemløsning innebærer at man reflekterer over mulige løsninger og foretar konkrete handlinger for å løse problemet. Guttene ga flere eksempler på måter de hadde forsøkt å løse vanskeligheter knyttet til familien, økonomi og bosituasjon. Flertallet som snakket om familie fortalte at de hadde søkt om familiegjenforening. Guttene som snakket om økonomiske problemer opplyste at de aktivt hadde søkt på jobber. I forhold til guttene som var misfornøyd med bosituasjonen sin hadde de forsøkt å løse problemet ved å søke om overflytting til andre kommuner eller ved å søke på leiligheter. Problemløsningsstrategien hang dessuten sammen med guttenes vilje og ønske om å løse problemene sine på egen hånd. Flere av guttene forklarte at de generelt sett prøvde å løse problemene sine selv, slik Rostam og Azim påpekte:

Rostam: *”Hvis jeg møter et problem så tenker jeg først at jeg skal finne en løsning selv. Først skal jeg bruke hodet mitt.”*

Azim: *”Jeg prøver å finne en løsning til det. Hvis jeg kan.”*

Guttene hadde ikke alltid like enkelt for å forklare hvordan de løste problemer på egen hånd, slik Zelgai oppsummerte mot slutten av sitt intervju:

”Problemer kommer og går. Så, jeg takler de bare på egen hånd, men hvordan vet jeg ikke.”

Guttene var med andre ord opptatt av å finne løsninger på problemene sine, og spilte ofte en aktiv rolle selv i denne sammenheng. Problemløsningsstrategien ble dessuten brukt på vanskelighetene guttene vurderte at det var mulig å påvirke eller gjøre noe med.

Problemløsningsstrategien, og guttenes ulike måter å søke sosial støtte på, utgjør kategorien primærkontroll mestring.

Sekundærkontroll mestring

Sekundærkontroll mestring innebærer i følge Compas modell (2001) å bruke strategier for å tilpasse seg en stressende situasjon. På bakgrunn av guttenes forklaringer på hvordan de håndterte ulike vanskeligheter ble samtlige fire sekundærkontroll mestringsstrategier identifisert. Disse er kognitiv restrukturering, distraksjon, aksept og positiv tenkning, og vil bli utdypet i det følgende.

Kognitiv restrukturering

Kognitiv restrukturering er å utfordre negative antakelser og å ha selektiv oppmerksomhet mot positive aspekter ved et problem. Guttene beskrev hvordan de så annerledes på problemene sine og sammenliknet dem i forhold til andre typer problemer og andres situasjon. Kognitiv restrukturering så dessuten ut til å redusere eller tone ned guttenes opplevelse av problemet. Eksempelvis trøstet guttene som snakket om vanskeligheter i forhold til familie seg med at de ikke var alene om å savne familien sin. Guttene sammenliknet også situasjonen sin i Norge opp mot hvordan de ville hatt det i hjemlandet. Ehsan uttrykte det slik:

”I starten da jeg kom til Norge var det veldig vanskelig for meg. Jeg tenkte at jeg vil heller dø enn å være uten familien min. Jeg ville tilbake til Afghanistan, selv om det var så vanskelig der. Men etterpå så tenkte jeg at nei, du har ikke framtid der. Drømmen du har blir ikke til virkelighet der.”

Å fokusere på muligheter i stedet for tap var et eksempel på kognitiv restrukturering hos guttene. Mulighetene i Norge var ofte knyttet til muligheten for en utdanning og et bedre liv. Yasaman resonerte slik:

”Det er jo veldig mye fattigdom, eller det er veldig mange som trenger hjelp til å gå på skolen og, det er det i Afghanistan og. Det er jo veldig mange som ikke har mulighet til å gå på skolen og lære noe ikke sant? Og når jeg tenker på dem sier jeg åja, jeg er veldig heldig, jeg må gå på skole, jeg må lære noe. Jeg må satse på livet mitt.”

Guttene som slet med å få seg en deltidsjobb begrunnet dette med at de var for unge enda, ikke hadde vitnemål, ikke hadde fagbrev eller at det var mangel på jobber i kommunen de bodde i. Ved å omtale problemet på denne måten kunne de ha håp om at de ville ha bedre sjanser til å få seg en jobb når de ble eldre, eller hvis de flyttet til en annen by senere. Problemet ble med andre ord ikke oppfattet som uforanderlig og absolutt. Guttene som ikke var fornøyd med bosituasjonen sin reduserte problemet ved å vise til at de kunne flytte på seg i fremtiden. Da Jamshid måtte bo to dager på jernbanestasjonen, fordi han ikke hadde et sted å bo, sammenliknet han det med fortiden som hadde vært enda vanskeligere:

”Jeg har levd verre enn det.”

Kognitiv restrukturering fungerte derfor som en måte å veie fortid mot nåtid, sammenlikne seg med andre som hadde det verre enn seg selv eller trøste seg med at de ikke var alene om å ha det vanskelig. Guttene brukte kognitiv restrukturering for å tenke over problemene sine på alternative måter, og unngå å ha et ensidig negativt syn på hva de opplevde som vanskelig.

Distraksjon

Å gjøre seg opptatt med ulike aktiviteter var en måte for guttene å beskytte seg fra å tenke på vanskeligheter som de følte seg maktesløse til å påvirke. Det var spesielt i forhold til vanskelighetene knyttet til familie at guttene brukte distraksjon som strategi. Ahang forklarer hva han gjorde for å ikke tenke på familien hele tiden:

”Nå i det siste pleier jeg å gjøre meg litt opptatt. Med lekser, komme ut med venner. Jeg kan ikke slutte å tenke på dem, men. Jeg blir opptatt, så det hjelper litt.”

Selv om ulike former for distraksjon var til hjelp for Ahang, var de vanskelige tankene aldri langt unna:

”Jeg kan si at noen ganger hvis jeg sitter for fem minutter, uten å ha noe å gjøre, så husker jeg dem (familien) med en gang. Men så gjør jeg meg opptatt. Hele tida nesten.”

Det kunne virke som om guttene mente at det var gode og dårlige former for distraksjon. Flere av guttene nevnte at de ikke vil dra i byen og lage bråk, eller at de holdt seg unna fester og alkohol. Yasaman pleide å komme i slåsskamper før, og setter dette i sammenheng med hvordan han hadde det etter at han hadde besøkt familien:

”Selv om jeg tenkte mye på dem (familien) så lagde jeg mye bråk og, liksom, jeg likte ikke å være sånn. Men hvis jeg hadde vært hjemme, aleine, så måtte jeg bare ha tenkt på dem. Og da bestemte jeg ikke sant, at nei, jeg må gå ut sammen med venner og... lage litt bråk og kanskje... være litt opptatt av andre ting enn å bare tenke på familien.”

De vanligste formene for distraksjon guttene nevnte var skole, lekser, være med venner og ulike former for sport. Guttene trakk frem helgene som spesielt utfordrende fordi skolen var stengt og det ikke var trening. I forhold til norsk ungdom var det interessant at guttene i mindre grad omtalte fritid som noe positivt. For guttene syntes fritid å være en kilde til stress, både fordi de begynte å kjede seg og fordi det ga dem muligheten til å tenke på vanskelighetene sine. Eksemplene på distraksjon, og måten guttene snakket om denne strategien på, ga inntrykk av at guttene var veldig klare over sin egen innsats i å gjøre seg opptatt for å slippe å tenke. I denne sammenheng påpekte dessuten guttene at det hjalp på tankene og trivselen deres å ha noe å gjøre.

Aksept

Å akseptere ulike sider ved situasjonen sin var en strategi noen av guttene anvendte, spesielt i forhold til vanskelighetene knyttet til uro og savn av familien og bosituasjon. Aksept i denne sammenhengen må forstås som det å ta tingene som de er, ikke protestere mot det eller la seg tynge alt for mye av at det er slik. Konkret kom dette til uttrykk ved at aksept var forbundet med guttenes evaluering av at det var lover og regler de måtte forholde seg til. Froozan påpekte dette i forhold til hva han kunne gjøre med bosituasjonen sin:

”Jammen, det er bare, det er regel, ikke sant. Jeg kan ikke, eller, det går ikke hvis jeg sier noe.”

Vanskeligheter som hang sammen med lover og regler gjorde det vanskelig for guttene å gjøre noe med saken. Å akseptere lover og regler ble også sett på som en måte å lære seg det norske samfunnet på, slik Rostam forklarte:

”Nå når jeg bor her i Norge, alt som for eksempel gjelder lover og regler, jeg er enig med dem. Selv om det ikke er bra for meg selv. Jeg ser etter lov. Er det lov eller ikke lov.”

Aksept ble derfor brukt som strategi når guttene opplevde at de hadde redusert innvirkning på problemene, først og fremst på grunn av lover og regler. I denne sammenheng var det interessant at flere av guttene likevel ga eksplisitt uttrykk for at norske lover og regler ble oppfattet som noe trygt og positivt. Flere av dem hadde dårlige erfaringer fra da de jobbet i nabolandene til Afghanistan, hvor de opplevde å ha manglende rettigheter. En av guttene fortalte blant annet at han ikke alltid hadde fått betalt for arbeidet han gjorde, og at han ikke kunne kreve lønnen sin i frykt for å bli fysisk avstraffet av dem han jobbet for. Det virket derfor som om guttene aksepterte de norske lovene og reglene, og respekterte dem, da disse lovene sikret dem de samme rettighetene som alle andre.

Positiv tenkning

Til tross for hvor vanskelig eller problematisk guttene beskrev at de hadde det, brukte samtlige av guttene en eller annen form for positiv tenkning i forhold til problemene sine. Positiv tenkning var også knyttet til guttenes tro på egne evner til å løse vanskelighetene i livene sine. Til sammen ga dette guttene håp om en bedre fremtid. For Azim hang en bedre fremtid i Norge sammen med det å ha en positiv innstilling:

”Alt er mulig hvis man vil. Alt er mulig. Men hvis vi sier ”nei, nei, nei”, ingenting er mulig.”

Guttene uttrykte håp om at fremtiden deres ville bli bedre, og formelen på en bedre fremtid var å få en utdanning og forhåpentligvis en jobb. Håpet var også nært knyttet til hvordan de ville kunne påvirke situasjonen til familiene deres. Ehsan, som drømte om å bli lege, påpekte:

”Hvis jeg får jobb eller blir noen ting i framtida, lege eller sånt, så kan jeg hjelpe dem veldig mye.”

Å tenke positivt var en strategi som guttene ga inntrykk av at de brukte aktivt. Sammen med aksept, distraksjon og kognitiv restrukturering utgjør positiv tenkning strategiene som Compas m.fl. (2001) beskriver som sekundærkontroll mestring.

Ikke-engasjert mestring

En tredje dimensjon av mestring involverer strategier som ungdommer bruker for å unngå eller ikke engasjere seg i stressoren eller ens emosjoner (Compas m.fl., 2001). Intervjuene med guttene viste at guttene brukte unngåelse som strategi, men kun i forhold til vanskeligheter knyttet til uro og savn av familie.

Unngåelse

Guttene brukte unngåelse som en strategi i forhold til andre, og i forhold til hva de lot seg selv tenke på. I forhold til andre prøvde guttene å unngå å snakke om vanskelige temaer når de var sammen med venner, som for eksempel at de var urolige for familiene sine. Zelgai ga sin forklaring på hvorfor han unngikk slike temaer når han var sammen med vennene sine:

”Det gjør vi ikke, om hvordan vi har det inni oss liksom og hvordan familien har det. Det snakker vi ikke om. Man blir lei seg da, når man snakker om det. Når du møter en kamerat så skal du bare gå rundt i byen og sjekke og sånne greier, ikke sant. Men hvis du snakker om sånne ting så ødelegger det hverdagen din.”

Dette svaret kunne gi inntrykk av at det var en uutalt regel mellom Zelgai og vennene hans om at de ikke skulle snakke om temaer som gjorde dem triste. Ahang fortalte hvorfor han ikke snakket med sine afghanske venner om problemene sine:

”Det hjelper ikke å prate med venner for de har sine egne problemer. Og vet du hva? Folk fra Afghanistan, de har altfor mye problemer!”

Han fortalte i likhet med Zelgai om at når han var sammen med venner så pratet de om andre ting. Det kunne virke som om guttene beskyttet hverandre fra vanskelige tanker og følelser når de var sammen, og heller brukte hverandres selskap til å distrahere seg selv fra problemet. Unngåelse ble også brukt som en strategi i forhold til hvor mye guttene tillot seg å tenke på familiene sine. Å tenke for mye på familiene sine vurderte guttene som uheldig, mest fordi det gikk utover konsentrasjonen og søvnen deres. Zelgai forklarte det slik:

”Jeg må i alle fall prøve da, jeg kan ikke bare fortsette sånn... fortsette å tenke på dem liksom, jeg vet ikke. Man må ikke tenke på det, tenke, tenke veldig mye. Man må tenke på seg sjøl. At det er du som bor i Norge. Jeg må tenke på framtida mi, ikke sant”.

Flere av guttene fortalte at det ikke bare var dem selv som sa at de ikke skulle tenke for mye på familien. Da Ehsan ikke klarte å sove om natten ble han tatt med til legen av vergen sin. Ehsan fortalte hvilke råd han fikk der:

”Han sa du er frisk og alt, men du skal ikke tenke så mye.”

Selv om guttene var enige i at det var usunt for dem å tenke for mye på familiene sine var slike råd også problematiske. Forskjellen mellom å ikke tenke på familien, og det å glemme

familien, var viktig for guttene. Ehsan understrekte denne forskjellen, og hvilke instruksjoner han ga seg selv:

”Man må ikke glemme familien sin heller, men jeg må ikke tenke så mye på dem sånn at jeg alltid tenker på dem.”

Unngåelse i form av å unngå vanskelige temaer sammen med venner, og å ikke tenke for mye på slike temaer utgjør kategorien ikke-engasjert mestring.

Mestringsstrategier sett i forhold til vanskelighet

Slik det går frem av resultatene presentert overfor benyttet alle guttene flere ulike strategier i forhold til vanskelighetene de hadde med uro og savn av familie, økonomi og bosituasjon. I det følgende vil jeg kort oppsummere de ulike strategiene som guttene benyttet seg av i forhold til de ulike vanskelighetene.

Problemløsning ble beskrevet av alle guttene i forhold til alle de tre vanskelighetene, i tillegg til strategien å søke sosial støtte. Guttene var ulike med hensyn til hva slags sosial støtte de ønsket overfor ulike vanskeligheter. Alle guttene sa at de hadde noen de kunne snakke med hvis de hadde et problem, men det virket som om guttene selv valgte hvorvidt de ønsket å bruke denne støtten. En av guttene påpekte at han ønsket mer kontakt med sin voksenperson i Norge.

Kognitiv restrukturering, som å bruke sammenlikninger med andre erfaringer, beskrive problemene med alternative formuleringer og på denne måten forsøke å redusere problemene, ble flittig benyttet av guttene på alle de tre vanskelighetene. En viktig del av denne strategien var at guttene klarte å fokusere på muligheter i stedet for tap og motløshet.

Distraksjon var en strategi som guttene trakk frem som nyttig i forhold til vanskeligheter knyttet til uro og savn av familien. Det er vanskelig å utelukke at strategien også var hjelpsom i forhold til økonomi og bosituasjon, men guttene ga ikke spesifikke eksempler på dette. Alle guttene som snakket om familien sa at de brukte det å gjøre seg opptatt og travelt i gang med noe som en aktiv og planmessig måte å holde seg distraheret på, slik at ikke tankene om familien skulle ta overhånd. Ulike aktiviteter, og det å være sammen med venner, var typiske eksempler på distraksjon som guttene fortalte om. En av guttene uttrykte et behov for å få hjelp til å finne flere aktiviteter å gjøre seg opptatt med. Hans måter å få til distraksjon på var redusert til å se på TV og å bruke internett.

Aksept var en strategi som bare noen få gutter ga uttrykk for at de anvendte seg av. Det å godta at tingene var som de var ble brukt i forhold til deler av vanskelighetene knyttet til familie og bosituasjon som ikke lot seg løse. Aksept ble derfor en måte å håndtere vanskelighetene på, spesielt der hvor lover og regler begrenset hvilke alternative løsninger guttene hadde tilgjengelig. Det var med andre ord lettere å finne seg i det, enn å skulle slåss mot noe som ikke lot seg endre.

Det å tenke positivt ble også beskrevet av alle guttene, og som mestringsstrategi ble det synliggjort på alle de tre vanskelighetene. Å se positivt på fremtiden, og sine egne evner i denne sammenhengen, var en tydelig tendens blant guttene. Formelen på en god fremtid var forbundet med å ha en utdanning og å få seg en jobb.

Den siste strategien unngåelse ble kun beskrevet som en måte å håndtere vanskeligheter knyttet til familien på. Seks av de syv guttene som snakket om uro og savn av familien ga eksplisitt uttrykk for at de brukte denne strategien. Unngåelse ble brukt i forhold til venner og voksenpersoner i Norge, ved at de ikke diskuterte og delte vanskelige tanker og følelser om familiene sine med dem. Strategien ble også brukt i forhold til dem selv, ved at de prøvde å unngå å tenke for mye på familiene sine. Guttene påpekte dessuten at denne strategien ikke var det samme som å glemme familiene sine, men en hjelp for å ikke tenke på dem kontinuerlig. Selv om unngåelse er ansett som en negativ strategi, spesielt hvis den dominerer barn og unges mestring, virket den konstruktivt i forhold til guttenes uløselige problemer i forhold til familien.

På bakgrunn av denne oversikten går det frem at alle guttene varierte hvilke strategier de anvendte seg av i forhold til vanskelighetene uro og savn av familie, økonomi og bosituasjon. Guttene så dessuten ut til å beskrive egnede strategier i forhold til hvorvidt de vurderte vanskelighetene som løselige eller uløselige, og var dermed fleksible i måten de håndterte ulike vanskeligheter på.

OPPSUMMERING OG DISKUSJON

Formålet med den foreliggende undersøkelsen var tredelt. Det ene målet var å utforske hvilke vanskeligheter afghanske enslige mindreårige flyktninggutter opplevde i forbindelse med sin tilpasning i Norge. Det andre var å undersøke hvordan vanskelighetene påvirket dem i det daglige. I tillegg ønsket jeg å undersøke hvilke strategier guttene anvendte for å håndtere vanskelighetene de fortalte om. De tre mest nevnte vanskelighetene var forbundet

med uro og savn av familien, økonomi og bosituasjon. Disse vanskelighetene påvirket guttenes tilværelse på flere måter, først og fremst i form av store konsentrasjonsvansker i skolen, søvnløshet og i forhold til trivsel. Beskrivelsene av hvordan guttene håndterte vanskelighetene sine ble forstått på bakgrunn av Compas m.fl. (2001) sin modell på mestring hos barn og unge. Strategiene som inngår i denne modellen er inndelt i tre kategorier av mestringsresponser, henholdsvis primærkontroll, sekundærkontroll og ikke-engasjert. Det går frem av guttenes tilnærminger til problemene sine at de brukte ulike aktive, tilpassende og passive strategier. Hovedinntrykket er derfor at guttene i utvalget ikke reagerte passivt på vanskelighetene de hadde, men aktivt forsøkte å løse, forandre og forbedre sine emosjoner og situasjon ved hjelp av ulike mestringsstrategier.

Enslige mindreårige flyktningers fortellinger om vanskeligheter etter bosetting

Det er få kvalitative studier som har undersøkt hvordan enslige mindreårige flyktninger mestrer tilpasningen til et nytt vertsland etter at de er blitt bosatt. Norske studier har ofte undersøkt enslige mindreårige innenfor rammene av asyltiden og konsentrert seg om ungdommenes fortellinger om fortiden (F. eks Schancke, 1995; Wold, 2002). Det mangler derfor kunnskap om bosatte enslige mindreårige flyktninger, hvilke vanskeligheter de møter i hverdagen sin og hvordan de unge håndterer slike vanskeligheter. Flyktningungdom som vokser opp uten foreldrene sine, og som ofte har en fortid preget av alvorlige traumer og tap, er en sårbar gruppe. Likevel har longitudinelle undersøkelser kunnet vise at de klarer seg bra (f. eks Eide, 2000; Wallin & Ahlström, 2005). Informasjon om hvordan bosatte enslige mindreårige flyktninger håndterer og reagerer på stress kan derfor være nyttig, både for å forklare årsakene til hvorfor de klarer seg bra, og hvilken rolle mestring spiller i forhold til mental og fysisk helse.

Likheter og forskjeller i vanskeligheter hos afghanske og somaliske gutter

De afghanske enslige mindreårige flyktningguttene i den foreliggende undersøkelsen fortalte om vanskeligheter de hadde i livene sine på tidspunktet da de deltok i UngKuls delstudie om enslige mindreårige ungdommer (EM studien). Vanskelighetene som ble beskrevet av de afghanske guttene i denne undersøkelsen har flere fellestrekk med vanskelighetene Christoffersen (2007) fant i sitt utvalg av bosatte somaliske enslige mindreårige flyktninggutter. Hennes undersøkelse baserte seg, i likhet med den foreliggende undersøkelsen, på intervjudata fra EM studien. Det går frem av undersøkelsene at både de somaliske og afghanske guttene snakket om vanskeligheter knyttet til familien og økonomi,

men det var nyanseforskjeller med henblikk på hvilke problemstillinger guttene tok opp. Da de afghanske guttene i hovedsak snakket om hvilke bekymringer de hadde for familiene sine, påpekte Christoffersen (2007) at de somaliske guttene snakket mest om savn av familien. Blant de afghanske guttene som snakket om sin uro for familien, hadde samtlige en eller annen form for kontakt med familiene sine, og dermed fikk de informasjon om familiens situasjon. Av de syv afghanske guttene som snakket om familien var det kun én som ikke hadde kontakt med familien sin, og han snakket ikke om uro, men om savn av familien. Christoffersen (2007) nevner at de somaliske guttene som snakket om bekymring for familien sin hadde kontakt med dem, men hun opplyser ikke hvor mange i utvalget som hadde kontakt med familien. Det er derfor vanskelig å vite hvorfor de somaliske guttene opplevde større vanskeligheter knyttet til savn av familien, mens de afghanske guttene først og fremst snakket om vanskeligheter i forhold til følelser av uro og bekymring for familien. Det er mulig at de afghanske guttene ikke snakket like mye om savn av familien fordi savnet var en selvfølgelighet, og derfor ble underrapportert. Følelser av uro og savn av familien henger dessuten ofte sammen for enslige mindrerårigne flyktninger, og dermed kan det være vanskelig å skille mellom dem. I det afghanske utvalget virket det likevel som om det var en sammenheng mellom guttenes kontakt med familien, og dermed tilgang til informasjon, og deres uttrykk for urolige tanker og følelser for familien.

I forhold til vanskeligheter knyttet til økonomi hadde de afghanske og somaliske guttene like erfaringer. Både afghanske og somaliske gutter fortalte at lite penger førte til at de ikke kunne sosialisere seg med norsk ungdom, da norske venner ofte holdt på med aktiviteter som innebar utgifter. I likhet med flere av de afghanske guttene fortalte en av de somaliske guttene at han ikke hadde råd til den rette medisinske behandlingen han trengte.

Både somalierne og afghanerne hadde vanskeligheter med å få seg en deltidsjobb, og økonomien deres led på bakgrunn av dette. Christoffersen (2007) fant i sitt utvalg at flere av de somaliske guttene sendte penger hjem til familiene sine. I det afghanske utvalget var det derimot ingen som fortalte at de bidro til familiens økonomi, men et flertall uttrykte et ønske om å gjøre det. Et slikt ønske kan sees i sammenheng med de afghanske guttenes kulturelle rolle og identitet innenfor familien. Det er svært vanlig i afghanske familier at sønner deler forsørgerrollen med fedrene sine i kraft av å være menn (Landinfo, 2007). Det var likevel ingen av de afghanske guttene som fortalte at familiene deres forventet at de skulle sende penger hjem. Derimot var det flere av guttene som ga eksplisitt uttrykk for at familiene deres ikke ønsket at de skulle begynne i jobb, men støttet dem i å prioritere skolegangen. Slik

sosial støtte fra familien i utlandet har vist seg å ha positiv påvirkning på enslige mindreårige flyktningers tilegnelse av norsk kulturkompetanse, som igjen er forbundet med en mer vellykket akkulturasjonsprosess (Spaun, 2007). Dette kan komme av at familiene oppmuntrer barna sine til å tilpasse seg den norske kulturen, slik at de skal kunne lykkes i Norge (ibid). I denne sammenhengen er det derfor viktig å understreke at kontakten de afghanske guttene hadde med familien sin, både kan ha positiv og negativ påvirkning på guttenes tilpasning i Norge. Selv om guttene beskrev sine bekymringer for familien, og hvordan dette påvirket dem i det daglige, ga guttene også uttrykk for at det å ha kontakt med familien var godt for dem. Et eksempel på dette var gutten som ringte moren sin når han trengte trøst og støtte.

En forskjell mellom somalierne og afghanerne var at de somaliske guttene ikke snakket om vanskeligheter knyttet til bosituasjon, slikt de ble i det afghanske utvalget. Man kan likevel anta at problemstillinger forbundet med det å bo langt unna slektninger i Norge, eller å mistrives i et bofellesskap, ikke er spesielt for afghanske enslige mindreårige flyktninger. Eide (2000) bruker begrepet omsorgssituasjon for å beskrive rammene enslige mindreårige flyktninger vokser opp innenfor. Vanskelighetene som de afghanske guttene tok opp i forbindelse med deres bosituasjon hadde også referanser til deres omsorgssituasjon. To av guttene ønsket å bo i nærheten av brødrene sine, og forklaringene på hvorfor hang sammen med guttenes behov for omsorg fra familiemedlemmer. Gutten som flyttet alene til en ny kommune, og som derfor ble overlatt til seg selv, ga inntrykk av å motta minimalt med omsorg fra voksenpersoner i Norge. I følge Eide (2000) kan slike brudd i omsorgssituasjonen, spesielt hvis de er preget av konflikter, få konsekvenser for enslige mindreårige flyktningers psykososiale situasjon. Vurdering og oppfølging av omsorgssituasjonen til enslige mindreårige flyktninger understrekes derfor som kritisk for oppveksten til denne gruppen ungdommer i Norge (ibid).

Det går frem av tidligere forskning på enslige mindreårige flyktninger at belastninger i forhold til uro for familien og økonomi kan utgjøre en risikofaktor for denne gruppens mentale helse (Oppedal, 2007). Den foreliggende undersøkelsen fant at de afghanske guttene opplevde store belastninger knyttet til sin bekymring for familien i utlandet. Bekymringene påvirket dem i form av store søvn- og konsentrasjonsproblemer, og en av guttene beskrev også fysiske reaksjoner som vekt- og hårtåp. Det er bred enighet om at måten barn og unge håndterer stress på er sentralt i å avgjøre hvorvidt stress bidrar til forbedring av kompetanse og vekst, eller til psykologiske og fysiske lidelser (Compas m.fl., 2001). Sammenhengen

mellom vanskelighet og mestringsstrategi kan derfor være et utgangspunkt for å forstå hvilken innvirkning enslige mindreårige flyktningers håndtering av vanskelighetene kan ha på deres mentale og fysiske helse.

Mestring hos afghanske enslige mindreårige flyktinggutter

I utgangspunktet er det problematisk å betegne ungdommers måte å håndtere stress på som god eller dårlig mestring. Mestringsstrategier som vurderes som effektive i en kontekst behøver ikke å være effektive under andre omstendigheter, og omvendt (Frydenberg, 1997). Det er likevel noen kjennetegn ved funksjonell og dysfunksjonell mestring som er viktige å fremheve (Seiffge-Krenke, 1995). Funksjonell mestring referer til anstrengelser i å håndtere et problem ved å aktivt søke støtte, foreta konkrete handlinger for å løse problemet eller ved å reflektere over mulige løsninger. På denne måten blir problemet definert, alternative løsninger blir generert og handlinger utføres (ibid). Dysfunksjonell mestring kan derimot inkludere anstrengelser i å unngå eller fornekte eksistensen av en stressor, unngå å se etter løsninger og å forsøke å regulere følelsene sine. Denne typen mestring resulterer i at problemet ikke blir løst på et spesielt tidspunkt (ibid).

En annen betegnelse på de to ulike måtene å mestre på har også blitt kalt tilnærmingsorientert mestring og unngåelsesmestring (Roth & Cohen, 1986). Todelingen bygger på forskning som har vist at det er en solid link mellom unngåelsesmestring og økt symptomatologi, sammenliknet med ungdom som utfører tilnærmingsorientert mestring (Seiffge-Krenke, 2004). Forskjellen mellom funksjonelle og dysfunksjonelle strategier oppstår likevel i sammenheng med hvilken type problem de blir brukt på, og hvor god eller dårlig match det er mellom strategi og et spesifikt problem.

De afghanske enslige mindreårige flyktingguttene ser ut til å håndtere ulike vanskeligheter ved hjelp av forskjellige strategier. Først og fremst anvendte og kombinerte de primær- og sekundærkontroll strategier. Det var kun i forhold til problemer knyttet til uro og savn av familien at guttene beskrev en ikke- engasjert mestringsstrategi. Hovedinntrykket er derfor at guttene håndterte de ulike problemene i livene sine på en funksjonell måte, selv om dette i noen situasjoner involverte unngåelse. Guttenes beskrivelser av hvordan de håndterte problemene sine, viste at de hadde fleksible måter å bruke strategiene på i forhold til kravene fra ulike belastende situasjoner. Slik fleksibel bruk av strategier er blitt påpekt som en forutsetning for adaptiv mestring (Seiffge-Krenke, 2004).

Mestring av ukontrollerbare vanskeligheter

Resultatene fra den foreliggende undersøkelsen deler likheter med andre studier om mestring hos enslige mindreårige flyktninger. Likhetene er spesielt fremtredende i forhold til enslige mindreårige flyktningers håndtering av ukontrollerbare vanskeligheter. Goodman (2004) fant i sitt utvalg av enslige mindreårige flyktninger fra Sudan, at distraksjon og unngåelse var de vanligste strategiene guttene brukte i forhold til vanskeligheter de følte seg maktesløse til å løse. De sudanske guttene oppmuntret hverandre til å tenke på andre ting enn vonde minner, og forsøkte å holde urolige tanker for seg selv. Christoffersen (2007) påpeker i sin undersøkelse om somaliske enslige mindreårige flyktninggutter at strategiene distraksjon og unngåelse først og fremst ble brukt i forhold til guttenes opplevelse av diskriminering. Christoffersen (2007) vurderte dette som konstruktiv mestring da diskriminering var et problem som guttene hadde liten kontroll over. I likhet med disse studiene ble strategiene distraksjon og unngåelse kun brukt av de afghanske guttene for å håndtere vanskeligheter knyttet til uro for familien, som var i en situasjon som guttene ikke kunne forandre eller forbedre. Slike resultater bekrefter forskningen som understreker at unngåelse og distraksjon kan være funksjonelle strategier når de anvendes på vanskeligheter som vurderes som ufravikelige (Seiffge-Krenke, 2004).

De afghanske guttenes anvendelse av unngåelsesstrategier bør sees i en større sammenheng. Guttene forklarte at de holdt vanskelige tanker og følelser forbundet med familiens situasjon til seg selv. I denne forbindelse var det store likheter mellom guttene når det gjaldt hvilken støtte de søkte fra vennene sine. Litteraturen skiller ofte mellom emosjonell støtte (gi trøst, bekræftelse og omsorg) og instrumentell støtte (gi råd og praktisk hjelp) (Cohen & Willis, 1985). I de afghanske guttenes tilfelle var støtten de søkte fra vennene sine først og fremst instrumentell, og de forklarte at de prøvde å unngå emosjonell støtte fra venner som var i samme situasjon som dem selv. Det kan være flere grunner til dette. En mulighet er guttenes vurdering av hvilken situasjon både de og vennene var i. I intervjuene ga guttene uttrykk for at det ikke var mer synd på dem selv, enn vennene deres som også var fra Afghanistan. Å søke emosjonell støtte kunne derfor ha blitt oppfattet som negativt, siden vennene deres mest sannsynlig hadde sine egne vanskeligheter å håndtere. En slik forklaring kan sees i sammenheng med den kollektivistiske kulturen guttene kommer fra. Flere studier har vist at det er forskjeller mellom kollektivistiske og individualistiske kulturer i hvordan man forholder seg til å søke sosial støtte (f. eks Kim, Sherman, Ko & Taylor, 2006; Taylor, Sherman, Kim, Jarcho, Takagi & Dunagan, 2004). Taylor m.fl. (2004) fant i sin studie at det

var mindre sannsynlig for personene fra Asia å søke sosial støtte enn det var for amerikanerne, fordi asiater engstet seg for å være en byrde for andre og å miste ansikt. I tillegg til at det kan være slike kulturspesifikke normer på hvordan de afghanske guttene mestret vanskelige tanker og følelser på, kan også kjønn ha spilt en rolle. Forskning viser at gutter vanligvis velger å holde følelsene sine for seg selv, enn å søke sosial støtte fra venner (Frydenberg & Lewis, 1991). En studie som belyser slike kjønnsforskjeller fant at flyktninggutter mestret triste følelser ved å trene, mens flyktningjentene snakket med venner om følelsene sine (Halón, Robertson, Savik, Johnson, Spring, Butcher m.fl., 2004). Selv om de afghanske guttene i den foreliggende studien ikke ser ut til å snakke med venner om vanskelige tanker og følelser, er likevel venner en viktig del av guttenes måte å håndtere vanskelighetene sine på. Guttene forklarte at de forsøkte å distrahere seg fra vanskelighetene sine ved hjelp av ulike aktiviteter. I denne sammenheng var det vanlig at guttene fortalte om sosiale aktiviteter de gjorde med venner, som ulik lagsport eller å komme på besøk til hverandre. Det virker derfor som om de afghanske guttene i studien brukte strategiene unngåelse og distraksjon både av hensyn til vennene som var i samme situasjon, og dem selv ved at de fokuserte på positive aktiviteter og temaer i lag med andre.

Begrensninger ved undersøkelsen

I den foreliggende undersøkelsen ble Compas og hans kollegaers modell (2001) på mestring hos barn og unge brukt som teoretisk rammeverk i kodingen av intervjuene. Selv om denne modellen er nyttig for å organisere de ulike strategiene inn i klart definerte kategorier av mestring, er det viktig å påpeke at det kan være overlappning mellom kategoriene og at det ikke alltid er tydelig hvordan en mestringsrespons bør bli karakterisert. Leseren kan dessuten ha mistet den store oversikten på hvordan guttene i undersøkelsen mestrer, da de ulike strategiene de benyttet seg av er blitt presentert hver for seg. I denne sammenheng er det av betydning å understreke at de afghanske guttene benyttet de forskjellige strategiene på en dynamisk måte, og at flere ulike strategier ble brukt samtidig.

Guttene bestemte selv hvilke vanskeligheter de ønsket å snakke om i løpet av intervjuene, og eksemplene på mestringsstrategier varierte derfor ut ifra hvor lang tid man snakket om hver vanskelighet. Individuelle forskjeller i hva som ble oppfattet som problematisk, ulikt ønske om å dele slik informasjon med en ukjent og evnen til å snakke om vanskeligheter kan derfor ha begrenset hvor mange strategier som ble nevnt. Compas m.fl. (2001) påpeker at en stor utfordring ved mestringsintervjuer er at ungdommene kan underrapportere antallet responser

på stress fordi intervjuene støtter seg til ungdommenes evne til å huske eller generere mestringsstrategier. På bakgrunn av dette er antallet strategier som ble presentert i denne undersøkelsen mest sannsynlig ikke uttømmende på alle strategiene de afghanske guttene i studien besatt.

Intervjusituasjonen, og rammene rundt datainnsamlingen, kan videre ha påvirket resultatene i undersøkelsen. Temaene guttene snakket om i løpet av intervjuene kan ha vært preget av at de var inviterte til å delta i et prosjekt som fokuserte på deres status som enslige mindreårige flyktninger. Det er en mulighet at guttene følte at prosjektet forventet at de skulle snakke om visse temaer, som for eksempel familien sin. Det er også mulig at guttene ville vektlagt å snakke om andre temaer hvis intervjuerne hadde vært av samme nasjonalitet og kjønn.

Intervjuene som ligger til grunn for den foreliggende undersøkelsen ble utført av tre forskjellige forskningsassistenter som jobber i UngKul prosjektet. Dette kan være en metodisk begrensning fordi ulike intervjuere kan fremkalle ulike uttalelser om det samme temaet, avhengig av deres følsomhet overfor og kunnskap om intervjuemnet (Kvale, 1997). UngKul prosjektet forsøker likevel å gjennomføre intervjuene i EM studien så likt som mulig, ved å gi forskningsassistentene den samme grundige opplæringen i PT intervjuet, og ved å bruke den samme intervjuguiden på alle informantene.

Utvalget av ti afghanske enslige mindreårige flyktninggutter er for lite til å kunne generalisere resultatene til afghanske enslige mindreårige flyktninggutter generelt, eller enslige mindreårige flyktninger som gruppe. Samtidig kan det være en mulighet at enslige mindreårige flyktninger som velger å delta i UngKul undersøkelsen representerer de ungdommene som det i utgangspunktet går bedre med, enn de som av uante årsaker ikke ønsker å delta.

Implikasjoner

Til min kunnskap er det ingen undersøkelser som har konsentrert seg om bosatte enslige mindreårige flyktninggutter fra Afghanistan, og hvilke mestringsstrategier de bruker for å håndtere vanskelighetene de har i Norge. Da dette er en av de største gruppene enslige mindreårige flyktninger i Norge, vil kunnskap om denne populasjonen kunne være nyttig for profesjonelle som jobber med disse ungdommene til daglig.

Aktuelle vanskeligheter, hvordan vanskelighetene påvirket guttene i det daglige og strategiene de anvendte i forhold til dem, har vært hovedfokus i undersøkelsen. I denne forbindelse kom også guttenes fortellinger om håp og drømmer for fremtiden tydelig frem. De afghanske guttene ønsket seg et normalt liv, i den forstand at de ikke trengte å være urolige for familiene sine i hjemlandet, at de klarte seg på skolen og i jobb og at de ville få et liv de "kunne være glad i". Guttene tegnet et optimistisk bilde av hvordan de så ut til å mestre utfordringene de hadde i tilværelsen. Hovedinntrykket var at de forsøkte å konstruere positive hendelser i livene sine, ved å satse på skolen og livet sitt i Norge. Guttene ga uttrykk for at de ønsket å gjøre det beste ut av situasjonen og fremtiden sin. Å klare seg selv og stå på egne ben ble trukket frem som viktig i denne sammenhengen. Selv om man kan beundre guttenes positive innstilling og stå på vilje i forhold til å klare seg selv, kunne disse egenskapene i noen tilfeller virke hemmende for dem. Guttenes beskrivelser av hvordan de håndterte vanskelige tanker og følelser på, viste at de unngikk å søke støtte eller hjelp fra voksenpersoner i Norge. De ga inntrykk av at de opplevde det som meningsløst å snakke med andre om håpløse eller uløselige problemer. I denne sammenheng var det interessant å høre hvilke avsluttende kommentarer guttene ga da intervjuene deres var ferdige. På spørsmål om hvordan de syntes intervjuet hadde vært svarte flere at de "følte seg lettere i hjertet" og at "det hjalp å fortelle hvordan jeg har det". En av guttene uttrykte dessuten at han "ikke ble ferdig" da intervjutiden var ute. Det er selvsagt en mulighet for at guttene ga slik respons for å behage intervjueren. Men det kan også være at guttene hadde et større behov for å ventilere følelsene og tankene sine, enn det de ga inntrykk av i løpet av intervjuene. Samtidig virket det som om guttene opplevde en positiv effekt av å snakke ut til noen, selv om intervjueren ikke kunne løse problemene de hadde.

Kommunikasjon mellom denne gruppen ungdom, og personer som jobber med dem, vil sannsynligvis være preget av guttenes forsøk på å håndtere private tanker og følelser alene. Det er likevel viktig å påpeke at guttene både kan ha behov for, og god effekt av, å åpne seg for noen. Lauritzen og Berg (2002) påpeker at det er nødvendig å respektere ungdommene som ikke ønsker å snakke med en offentlig ansatt om temaer knyttet til familien. Det viktigste er likevel at familien bringes opp som et tema, slik at det gir en åpning for å snakke om så sentrale relasjoner i de mindreåriges liv (ibid).

Det går frem av den foreliggende undersøkelsen at de afghanske guttene som hadde kontakt med familiene sine i utlandet, opplevde store belastninger knyttet til bekymringer for dem. Bekymringer for familie i utlandet har vist seg å være mye større hos enslige mindreårige

ungdommer, enn innvandrerungdom som bor sammen med foreldrene sine (Oppedal, Jensen & Seglem, 2008). Innholdet i bekymringene til de afghanske guttene var forbundet med familiens vanskelige og ofte uttrygge situasjon. Guttene beskrev store konsentrasjons- og søvnvansker fordi de uroet seg for sine nærmeste. En av guttene fortalte at han sluttet på skolen en periode fordi bekymringene for familien holdt han våken om nettene, og derfor klarte han ikke å komme seg opp i tide til skolen. Eide (2000) påpeker i sin longitudinelle undersøkelse om enslige mindreårige flyktninger at dersom ungdommene hadde hatt problemer i forhold til personer i sine nærmeste omgivelser, påvirket dette hvordan de hadde klart seg på skolen. I de afghanske guttenes tilfelle virker det også sannsynlig at belastninger i forhold til familien i hjemlandet vil kunne få negative konsekvenser for hvor godt de klarer seg i skolen, da mangel på søvn og konsentrasjon kan ha negativ effekt på deres kapasitet til å lære. Lærere og omsorgspersoner som vet at enslige mindreårige flyktninger har kontakt med familie i utlandet, bør derfor være klar over at denne kontakten ofte innebærer store belastninger for ungdommene. Disse ungdommene kan ha behov for tettere oppfølging i skolen og privat, spesielt i etterkant av reiser til hjemlandet. Ulike tiltak som avverger at slike belastninger går ut over skolegangen til enslige mindreårige flyktninger kan derfor virke hensiktsmessig.

Både de afghanske guttene i den foreliggende undersøkelsen, og de somaliske guttene i Christoffersen (2007) sin studie, opplevde problemer med å få seg en deltidsjobb. Et eksempel på et tiltak som hjelper enslige mindreårige flyktninger i slike situasjoner er blitt igangsatt ved Bymif i Oslo. Gjennom avtaler med ulike bedrifter har Bymif skaffet enslige mindreårige flyktninger en praksisplass som varer i to måneder. Praksisplassen gir ungdommene muligheten til å få jobberfaring samtidig som de kommer i kontakt med nordmenn på arbeidsplassen. Betingelsene er at ungdommene jobber ulønnet ti timer i uken, over to måneder, mot at bedriften seriøst vil vurdere å ansette dem senere. Personalet ved Bymif hadde positive erfaringer fra denne ordningen, og enslige mindreårige flyktninger bosatt i andre kommuner ville høyst sannsynlig dra nytte av en tilsvarende ordning der de bor.

Avslutningsvis er det viktig å understreke at selv om de afghanske guttene i denne undersøkelsen ser ut til å håndtere vanskelighetene sine på en funksjonell måte, må ikke dette misforstås som at de ikke vil trenge hjelp og veiledning fra andre i å håndtere vanskeligheter i livene sine. Resultatene indikerer dessuten at profesjonelle som jobber med denne gruppen ungdommer bør være spesielt oppmerksomme på og følge opp enslige

mindreårige som har kontakt med familien i utlandet, slik at ikke søvn- og konsentrasjonsproblemer går utover deres trivsel og prestasjoner i skolen.

Fremtidig forskning

Den foreliggende undersøkelsen har sett nærmere på hvordan bosatte afghanske enslige mindreårige flyktinggutter håndterer ulike problemer i livene sine. Komparative studier med bosatte enslige mindreårige flyktinger med annet kjønn og nasjonalitet, kan være et interessant utgangspunkt for å se nærmere på kjønns- og kulturforskjeller i mestring hos denne gruppen ungdommer.

Da EM studien er longitudinell ville det vært interessant å følge de ti afghanske guttene over flere år. Resultatene fra den foreliggende undersøkelsen tegner et optimistisk bilde av hvordan de afghanske guttene håndterte ulike vanskeligheter i livene sine, sett i forhold til forskning om funksjonell mestring og mental helse. Flere intervjuer med de samme guttene kan derfor gi informasjon om mestringen deres forblir funksjonell over tid, og hvilken effekt unngåelsesstrategier har på deres mentale helse i denne sammenheng.

KILDELISTE

- Bean, T., Derluyn, I., Eurelings-Bontekoe, E., Broekaert, E., & Spinhoven, P. (2007). Comparing Psychological Distress, Traumatic Stress Reactions, and Experiences of Unaccompanied Refugee Minors With Experiences of Adolescents Accompanied by Parents. *Journal of Nervous & Mental Disease, 195*(4), 288-297.
- Berman, H. (2001). Children and war: Current understandings and future directions. *Public Health Nursing, 18*(4), 243-252.
- Berry, J. W., Poortinga, Y. H., Segall, M. S., & Dasen, P. R. (2002). *Cross-cultural psychology. Research and applications*. Cambridge: Cambridge University Press.
- Bjork, J. P., Cuthbertson, W., Thurman, J. W., & Lee, Y. S. (2001). Ethnicity, Coping, and Distress among Korean Americans, Filipino Americans, and Caucasian Americans. *Journal of Social Psychology, 141*(4), 421-442.
- Braun, V., & Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. *Qualitative Research in Psychology, 3*, 77-101.
- Christoffersen, M. (2007). "But if you tell somebody, the hurt disappears" A qualitative study of how unaccompanied refugee minors cope with their problems during adaption in Norway. Akademisk avhandling, Universitetet i Oslo, Oslo.
- Cohen, S., & Wills, T. A. (1985). Stress, social support, and the buffering hypothesis. *Psychological Bulletin, 98*(2), 310-357.
- Compas, B. E., Connor-Smith, J. K., Saltzman, H., Thomsen, A. H., & Wadsworth, M. E. (2001). Coping with stress during childhood and adolescence: problems, progress, and potential in theory and research. *Psychological Bulletin, 127*(1), 87-127.
- Compas, B. E., Malcarne, V. L., & Fondacaro, K. M. (1988). Coping With Stressful Events in Older Children and Young Adolescents. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 56*(3), 405-411.
- Compas, B. E., Orosan, P. G., & Grant, K. E. (1993). Adolescent stress and coping: implications for psychopathology during adolescence. *Journal of Adolescence, 16*(3), 331-349.

- Connor-Smith, J. K., Compas, B. E., Wadsworth, M. E., Thomsen, A. H., & Saltzman, H. (2000). Responses to stress in adolescence: measurement of coping and involuntary stress responses. *Journal of Consulting and Clinical Psychology* 68 (6), 976-992.
- Derluyn, I., & Broekaert, E. (2007). Different perspectives on emotional and behavioural problems in unaccompanied refugee children and adolescents. *Ethnicity & Health*, 12(2) 141-162.
- Eide, K. (2000). *Barn i bevegelse; om oppvekst og levekår for enslige mindreårige flyktninger*. Bø: Høgskolen i Telemark.
- Engebrigsten, A. (2002). *Forlatte barn, ankerbarn, betrodde barn..., Et transnasjonalt perspektiv på enslige mindreårige asylsøkere*. Norsk Institutt for forskning om oppvekst, velferd og aldring. NOVA skriftserie 7/02.
- Engebrigtsen, A. (2003). The child's - or the state's - best interests? An examination of the ways immigration officials work with unaccompanied asylum seeking minors in Norway. *Child & Family Social Work*, 8(3), 191-200.
- Felsman, J. K., Lleon, F. T., Johnson, M. C., & Felsman, I. C. (1990). Estimates of psychological distress among vietnamese refugees : Adolescents, unaccompanied minors and young adults. *Social Science & Medicine*, 31(11), 1251-1256.
- Frydenberg, E. (1997). *Adolescent coping. Theoretical and research perspectives*. London: Routledge.
- Frydenberg, E., & Lewis, R. (1991). Adolescent coping: the different ways in which boys and girls cope. *Journal of Adolescence*, 14, 119-133.
- Frydenberg, E., Lewis, R., Kennedy, G., Ardila, R., Frindte, W., & Hannoun, R. (2003). Coping with Concerns: An Exploratory Comparison of Australian, Colombian, German, and Palestinian Adolescents. *Journal of Youth and Adolescence*, 32(1), 59-66.
- Gelhaar, T., Seiffge-Krenke, I., Borge, A., Cicognani, E., Cunha, M., Loncaric, D., et al. (2007). Adolescent coping with everyday stressors: A seven-nation study of youth

from central, eastern, southern, and northern Europe. *European Journal of Developmental Psychology*, 4(2), 129 – 156.

Geltman, P. L., Grant-Knight, W., Mehta, S. D., Lloyd-Travaglini, C., Lustig, S., Landgraf, J. M., et al. (2005). The "Lost boys of Sudan" Functional and behavioural health of unaccompanied refugee minors resettled in the United States. *Archives of Pediatrics & Adolescent Medicine*, 159(6), 585-591.

Ginner, H., Werbart, A., Levander, S., & Sahlberg, B. (2001). Tillförlighet i studier av subjektiva förklaringsystem: Ett kodningssystem för privata teorier om patogenes och kur. *Psykioterapi: Forskning og utveckling*, 19, 1-18.

Goodman, J. H. (2004). Coping With Trauma and Hardship Among Unaccompanied Refugee Youths From Sudan. *Qualitative Health Research*, 14(9), 1177-1196.

Halón, L., Robertson, C. L., Savik, K., Johnson, D. R., Spring, M. A., Butcher, J. M., m. fl. (2004). Trauma and Coping in Somali and Oromo Refugee Youth. *Journal of Adolescent Health*, 35, 17-25.

Herman-Stahl, M. A., Stemmler, M., & Petersen, A. C. (1995). Approach and avoidant coping: Implications for adolescent mental health. *Journal of Youth and Adolescence* 24(6), 649-665.

Kim, H. S., Sherman, D. K., Ko, D., & Taylor, S.E. (2006). Pursuit of Comfort and Pursuit of Harmony: Culture, Relationships, and Social Support Seeking. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 32(12), 1595-1607.

Kohli, R., & Mather, R. (2003). Promoting psychosocial well-being in unaccompanied asylum seeking young people in the United Kingdom. *Child & Family Social Work* 8(3), 201-212.

Kvale, S. (1997). *Det kvalitative forskningsintervju*. Oslo: Gyldendal Akademisk.

Landinfo- Utlendingsforvaltningens fagenhet for landinformasjon. *Afghanistan*. Hentet 2.november, 2007, fra nettsiden: http://www.landinfo.no/asset/103/1/103_1.pdf

Lauritzen, K. & Berg, B. (2002). *Enslige flyktninger- kollektive utfordringer. Kommunenes arbeid med enslige mindreårige flyktninger*. Trondheim: SINTEF IFIM.

- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, Appraisal, and Coping*. New York: Springer Publishing Company.
- McCarty, C. A., Weisz, J. R., Wanitromanee, K., Eastman, K. L., Suwanlert, S., Chaiyasit W. m. fl. (1999) Culture, Coping, and Context: Primary and Secondary Control among Thai and American Youth. *Journal of Child Psychology and Psychiatry* 40(5), 809-818.
- Oláh, A. (1995). Coping strategies among adolescents: A cross-cultural study. *Journal of Adolescence*, 18(4), 491-512.
- Oppdal, B. (2007, Mars). Contributions of Social Support and Close Relations to Adaption of Children Immigrating to Norway as Unaccompanied Minors. In S.T Hausser (Chair). *Symposium conducted at the meeting of the Immigrant Children and children of Immigrants: Pathways to Adaption and Resilience, Boston*.
- Oppedal, B., Jensen, L. & Seglem, K. (2008). *Når hverdagen normaliseres: Psykisk helse og sosiale relasjoner blant unge flyktninger som kom til Norge uten foreldrene sine*. Nasjonalt Folkehelseinstitutt. UngKul rapport nr. 1.
- Ressler, E. M., Boothby, N., & Steinbock, D. J. (1988). *Unaccompanied Children: Care and Protection in Wars, Natural Disasters, and Refugee Movements*. Oxford: University Press.
- Roth, S., & Cohen, L. F. (1986). Approach, avoidance and coping with stress. *American Psychologist*, 41(7), 813-819.
- Rousseau, C., Said, T. M., Gagne, M.-J., & Bibeau, G. (1998). Resilience in unaccompanied minors from the North of Somalia. *Psychoanalytic Review*, 85(4), 615-637.
- Schancke, V. (1995). *Alene - mellom sikkerhet og usikkerhet : enslige mindreårige flyktninger og asylsøkere : historier om bakgrunn, flukt og første tiden i eksil*. Psykiatrisk Poliklinikk for Indre Sør-Troms.
- Seiffge-Krenke, I. (1995). *Stress, coping, and adolescence*. Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum Associates, Inc.

- Seiffge-Krenke, I. (2000). Causal links between stressful events, coping style, and adolescent symptomatology. *Journal of Adolescence*, 23(6), 675-691.
- Seiffge-Krenke, I. (2004). Adaptive and maladaptive coping styles: Does intervention change anything? *European Journal of Developmental Psychology*, 1(4), 367-382.
- Seiffge-Krenke, I., & Klessinger, N. (2000). Long-term effects of avoidant coping on adolescents' depressive symptoms. *Journal of Youth and Adolescence* 29(6), 617-630.
- Silove, D. (1999). The Psychosocial Effects of Torture, Mass Human Rights Violations, and Refugee Trauma: Toward an Integrated Conceptual Framework. *Journal of Nervous & Mental Disease*, 187(4), 200-207.
- Sourander, A. (1998). Behavior Problems and Traumatic Events of Unaccompanied Refugee Minors. *Child Abuse & Neglect*, 22(7), 719-727.
- Spaun, H. (2007). *Reconstructing social networks: The importance of friends and family in the acculturation of unaccompanied minors*. Akademisk avhandling, Universitetet i Oslo, Oslo.
- Taylor, E. S., Sherman, D. K., Kim, H. S., Jarcho, J., Takagi, K., & Dunagan, M. S. (2004). Culture and Social Support: Who Seeks It and Why? *Journal of Personality and Social Psychology*, 87(3), 354-362.
- UNHCR, United Nations High Commissioner for Refugees, 2005. *Global Refugee Trends. Statistical overview of populations of refugees, asylum-seekers, internally displaced persons, stateless persons, and other persons of concern to UNHCR*. United Nations High Commissioner for Refugees, Geneva. Hentet 8. januar, 2008, fra nettsiden: <http://www.unhcr.org/statistics/STATISTICS/4486ceb12.pdf>
- UNICEF, United Nations High Commissioner for Refugees, 2008. *UNICEF Humanitarian Action Report, Afghanistan*. Hentet 5. mars, 2008, fra nettsiden: http://www.unicef.org/har08/files/HAR_2008_FULL_Report_English.pdf
- UngKul, Ungdom Kultur og Mestring, 2008. *Enslige mindreårige flyktninger*. Hentet 6. januar, 2008, fra nettsiden:

http://www.fhi.no/eway/default.aspx?pid=233&trg=MainArea_5661&MainArea_5661=5631:0:15,3462:1:0:0:::0:0

Utlendingsdirektoratet (UDI) (2004). *Enslige mindreårige*. Hentet 22. oktober, 2007, fra nettsiden: <http://www.udi.no/templates/Tema.aspx?id=5140>

Utlendingsdirektoratet (UDI) (2005). *Fakta om enslige mindreårige asylsøkere*. Hentet 22. oktober, 2007, fra nettsiden: <http://www.udi.no/templates/Page.aspx?id=5286>

Utlendingsdirektoratet (UDI) (2006). *Tall og fakta*. Hentet 22. oktober, 2007, fra nettsiden: <http://www.udi.no/templates/Statistikk.aspx?id=8594>

Utlendingsdirektoratet (UDI) (2006). *Ungdom på flukt- vårt felles ansvar*. Hentet 22. oktober, 2007, fra nettsiden: <http://www.udi.no/templates/Uttalelse.aspx?id=7020>

Utlendingsdirektoratet (UDI) (2007). *Tall og fakta*. Hentet 17. februar, 2008, fra nettsiden: <http://www.udi.no/templates/Statistikk.aspx?id=9155>

Wallin, A. M., & Ahlström, G. (2005). Unaccompanied Young Adult Refugees in Sweden, Experiences of their Life Situation and Well-being: A Qualitative Follow-up Study. *Ethnicity and Health, 10*(2), 129-144.

Varvin, S. (2003). *Flukt og eksil. Traume, identitet og mestring*. Oslo: Universitetsforlaget.

Wallin, A. M., & Ahlström, G. (2005). Unaccompanied Young Adult Refugees in Sweden, Experiences of their Life Situation and Well-being: A Qualitative Follow-up Study. *Ethnicity and Health, 10*(2), 129-144.

Wold, H. (2002). *Stemmer i diaspora. Et komparativt studie av enslige mindreårige asylsøkere i Norge og Nederland*. Akademisk avhandling, Høgskolen i Oslo, Oslo.

VEDLEGG A

Intervjuguide

(Innledningen leses, men avsnittene som står i kursiv fortelles muntlig.)

Innledning

Jeg heter..... Takk for at du ville være med på dette intervjuet. På samme måten som spørreundersøkelsen som du gjorde for..... siden, er dette intervjuet en del av UngKul undersøkelsen.

For at jeg skal få meg alt du sier, blir samtalen tatt opp på lydbånd. Kanskje kommer jeg også til å notere litt underveis. Jeg har taushetsplikt, og det er ingen andre enn oss som jobber på dette prosjektet som får kjennskap til at det er du som har sagt det du forteller. Når resultatene fra denne undersøkelsen er ferdig vil ingen kunne skjønne at det er du som har sagt det du forteller.

(Les høyt):

Alle opplever av og til situasjoner som er vanskelige og problematiske. Dette intervjuet er en del av vår undersøkelse om hvordan ungdom vanligvis opplever og håndterer ulike problemer eller vanskeligheter. Det jeg først og fremst vil vite er hvordan du selv tenker om de vanskelighetene du opplever, hvordan du håndterer dem, hvordan de påvirker deg, hvordan det vil bli for deg senere, og hvordan du tror du reagerer neste gang noe lignende skjer.

Ingen svar er riktige eller gale, og det er du som bestemmer hva du vil fortelle meg. Det jeg ønsker er å få tak i akkurat dine oppfatninger og erfaringer. Fortell med dine egne ord og på din egen måte. Hvis det er noe du lurer på underveis eller noe du ikke skjønner, er det bare å spørre.

Vi har ca 45 min/ tre kvarter på oss.

1. Kan du fortelle om noe som du synes er vanskelig for tiden?

- a. Kan du fortelle om en gang dette var vanskelig? Evt. når var siste gang dette skjedde?
- b. På hvilken måte påvirker dette hvordan du har det i hverdagen? (Gi konkrete eksempler: venner, skole/jobb, familie, relasjoner til andre, økonomi etc.)

(Hvis nei; Kan du fortelle om noe som har vært vanskelig i løpet av det siste året eller de siste årene? Hvis nei; Hva er det som gjør at du har det/klarar ting så bra?)

2. Hvordan har vanskeligheten oppstått? (Hvordan begynte det hele?)

- a. Hva tenker du om at du har slike problemer? (Hvis problem fra fortid: Hvordan ser du på det i dag?)

- b. Hvorfor tror du de (familie, venner eller andre hovedpersoner i episoden) handlet som de gjorde?
- c. Er det noe annet du forbinder med at dette problemet startet? (f.eks. noen andre opplevelser eller hendelser?)
- d. Hva tenker du om dette?

3. Hvordan takler du det som er vanskelig?

- a. Hva er den beste hjelpen for deg for at du skal kunne takle dette?
- b. Er det noe som hindrer deg i å takle dette?
- c. Hva skulle vært annerledes for at du skulle takle det bedre?
- d. Hva er det som får deg til å gjøre noe/ikke gjøre noe med dette? (konkrete eksempler?)
- e. Har du søkt hjelp, støtte eller råd hos noen?
- f. Hvorfor, hvorfor ikke?
- g. Hvordan hadde det vært hvis du ikke hadde gjort det?
- h. Har det hjulpet/ Hva har du fått ut av det?
- i. Er det noe annet som skulle kunne hjelpe deg?
- j. Er det andre ting du kan gjøre selv?
- k. Hva kan andre gjøre for å hjelpe deg? (Vet de at du ønsker denne hjelpen fra dem?)
- l. Hva kan det komme av at du håndterer denne vanskeligheten slik som du gjør?
- m. Hvordan tror du andre ville gjort hvis de hadde dette problemet? (på samme måte eller annerledes?)
- n. Hvordan har dette påvirket deg?
- o. Når du tenker på situasjonen framover, hvordan tror du dette vil bli?

4. Hvordan kan du håndtere lignende vanskeligheter i framtiden?

- a. Hva ville være annerledes hvis dette skjedde igjen?
- b. Hvis du ville at det skulle være på en annen måte, hva skal da til?
- c. Har du gjort noe for at lignende ting ikke skal oppstå i framtiden?

- d. Når den vanskelige situasjonen pågår nå; Når du tenker framover, hvordan kommer du til å tenke på situasjonen du opplever nå?

5. Er det noe annet jeg bør vite for å forstå? (evt. noe annet du synes jeg bør vite?)

- a. Hvordan synes du dette intervjuet har vært?
- b. Var det noe du synes var vanskelig å snakke om?
- c. Har du noen spørsmål til meg før vi avslutter?

6. Hvis lite/ingen mestring kommer frem:

- a. hva ville du sagt til en venn som var i samme situasjon som deg?
- b. kan du fortelle om en vanlig dag i livet ditt?
- c. Hva ønsker du at skal være din situasjon om 5 år? Hva må du gjøre for å komme dit?
- d. Når noe er vanskelig, hva pleier du å gjøre da?
- e. Hva er det som skjer når du... (ikke mestrer f.eks. når du er sjenert)? I hvilke situasjoner er du.../ er du ikke (mestrer ikke)?