

Society and workplace diversity research group



Kulturkompetanse – både på systemnivå og individnivå

Valeria Markova, PhD og psykolog
Senter for Migrasjonshelse, Bergen Kommune



BERGEN
KOMMUNE

Faculty of Psychology, University of Bergen



Tema for foredraget

- **Hva er Senter for Migrasjonshelse (SEMI)?**
- **Hva vet vi om psykisk helse og psykisk helsetilbud for innvandrere i Norge?**
- **Hvordan kan vi jobbe for å fremme god psykisk helse og integrering?**
- **Spørsmål**

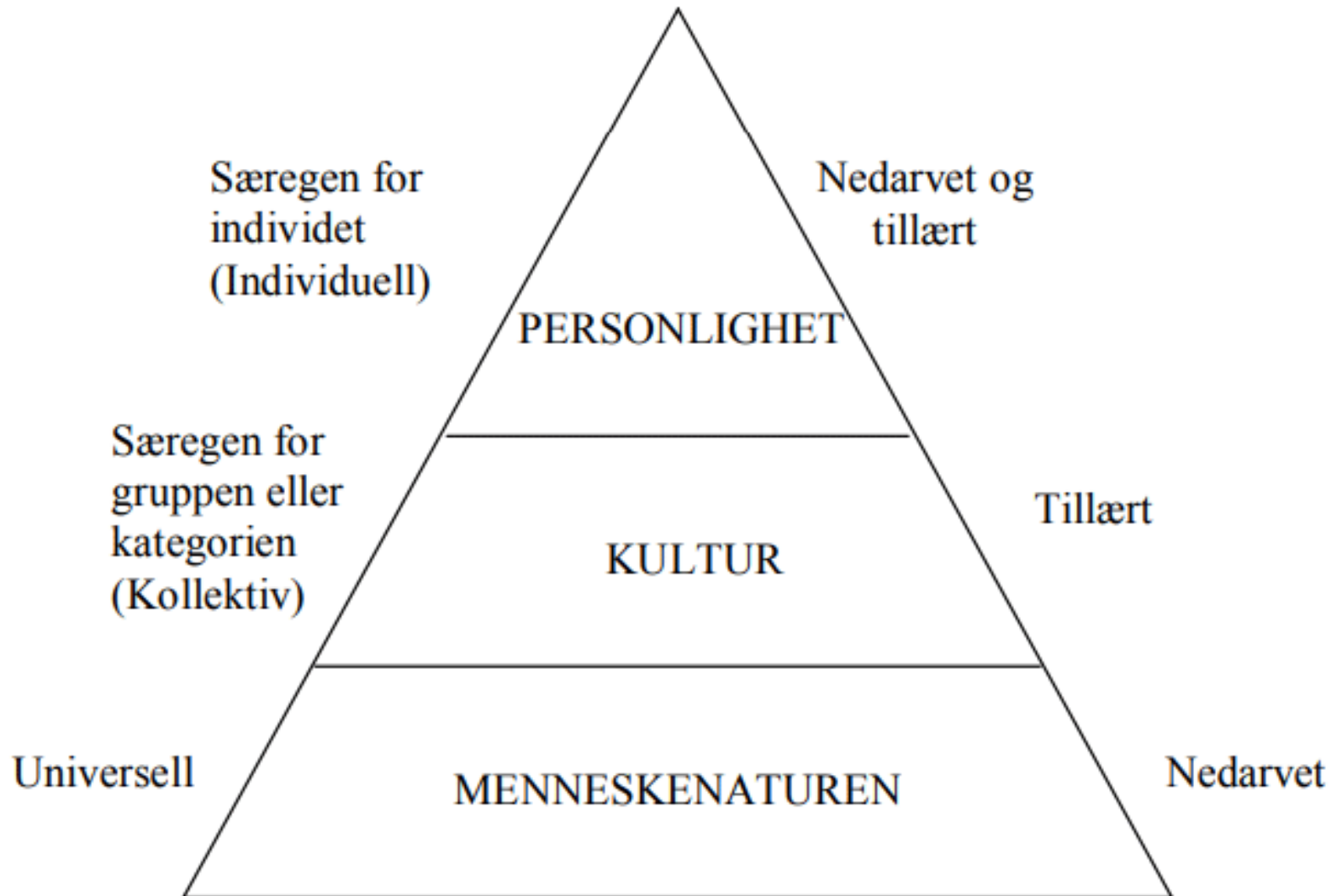


Senter for migrasjonshelse

- Tverrfaglig team: helsesykepleiere, leger, psykologer, fysioterapeuter, sosionomer, helsesekretærer, administrasjon.
- Helseundersøkelse
- Fysisk og psykisk kartlegging
- Koordinere omsorg/tiltak, henvise til andre instanser.
- Kompetansesenter for migrasjonshelse.



Hva er kulturkompetanse?



Hvem er innvandrer?

- a) Arbeidsinnvandrer
- b) Flyktninger
- c) Asylsøkere
- d) «Papirløse»



Statistisk Sentralbyrå (2020) Befolkning: Innvandrere; <https://www.ssb.no/befolkning?de=Innvandrere>
Lovdata (2011) Forskrift om rett til helse- og omsorgstjenester til personer uten fast opphold i riket

Society and workplace diversity research group

Faculty of Psychology, University of Bergen



Hva vet vi om psykisk helsetilbud for innvandrere i Norge?



Andersen, B., & Blinder, S. (2019) Who counts as a migrant? Definitions and their consequences. The Migration Observatory, Oxford University.

Society and workplace diversity research group

Faculty of Psychology, University of Bergen



Migrasjonssirkel

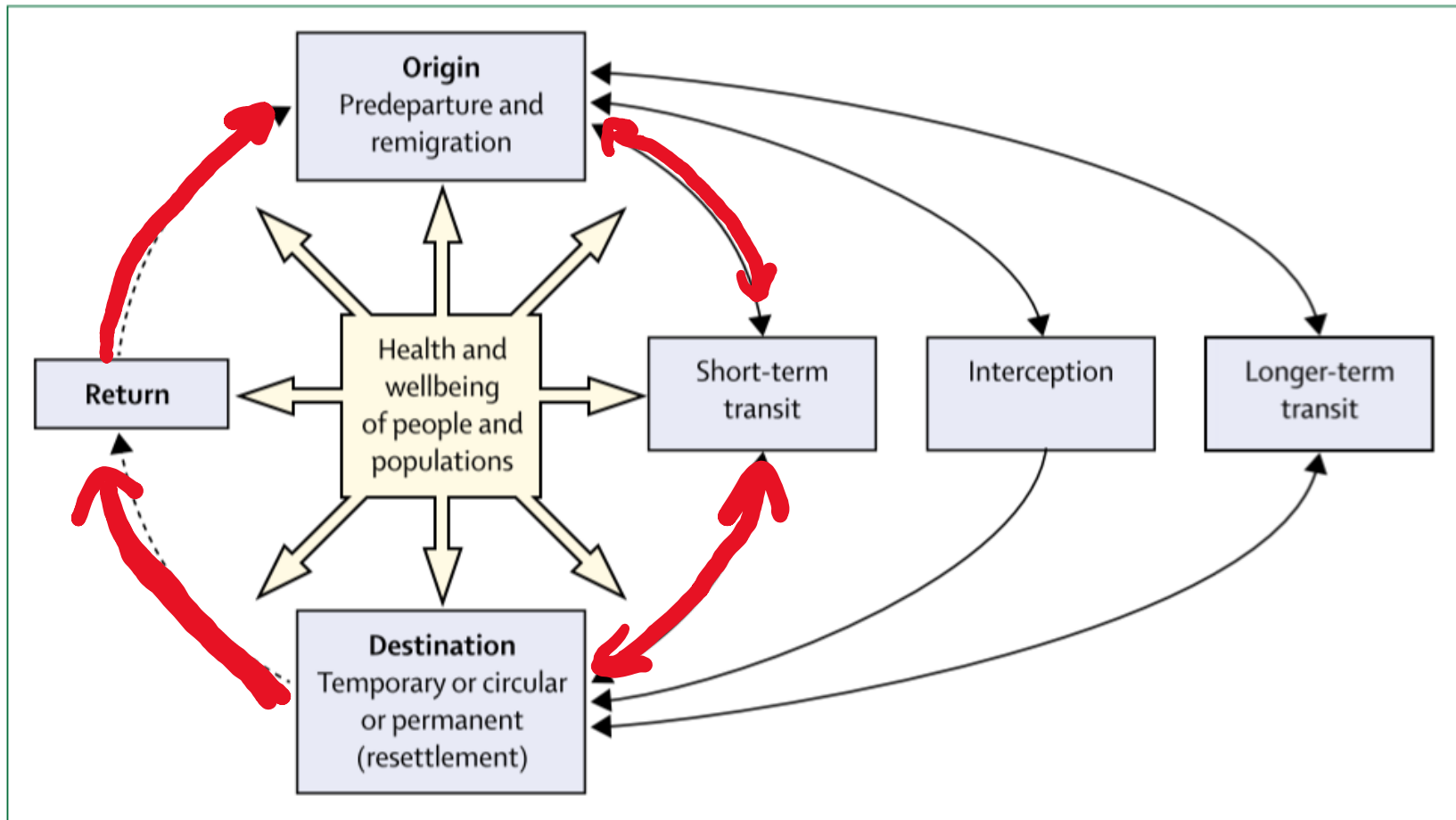


Figure 1: The migration cycle

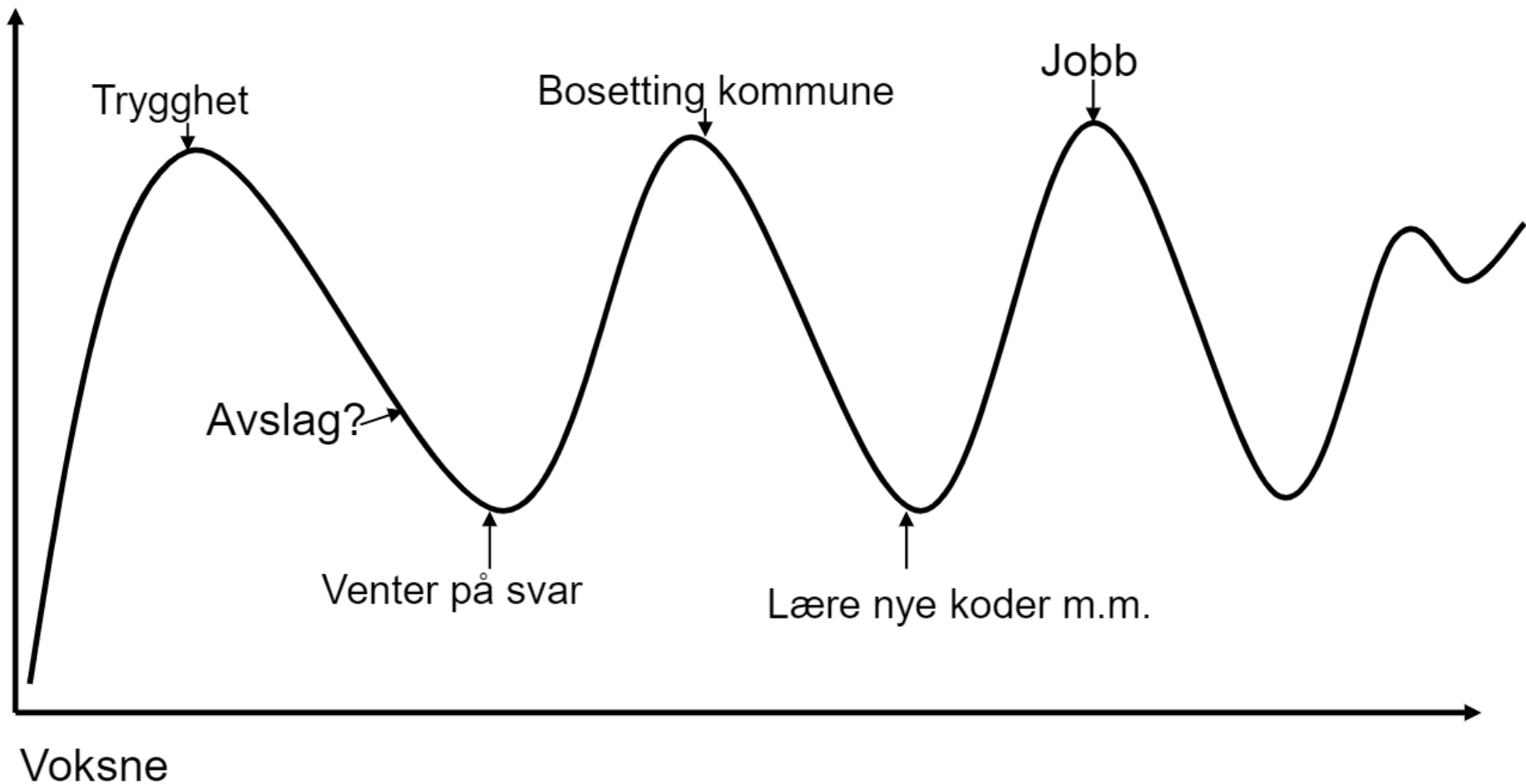
Abubakar, I., et al. (2018) The UCL-Lancet commission on migration and health: the health of a world on the move. *The Lancet*, 392/10164, 2606-2654, 2018

Society and workplace diversity research group

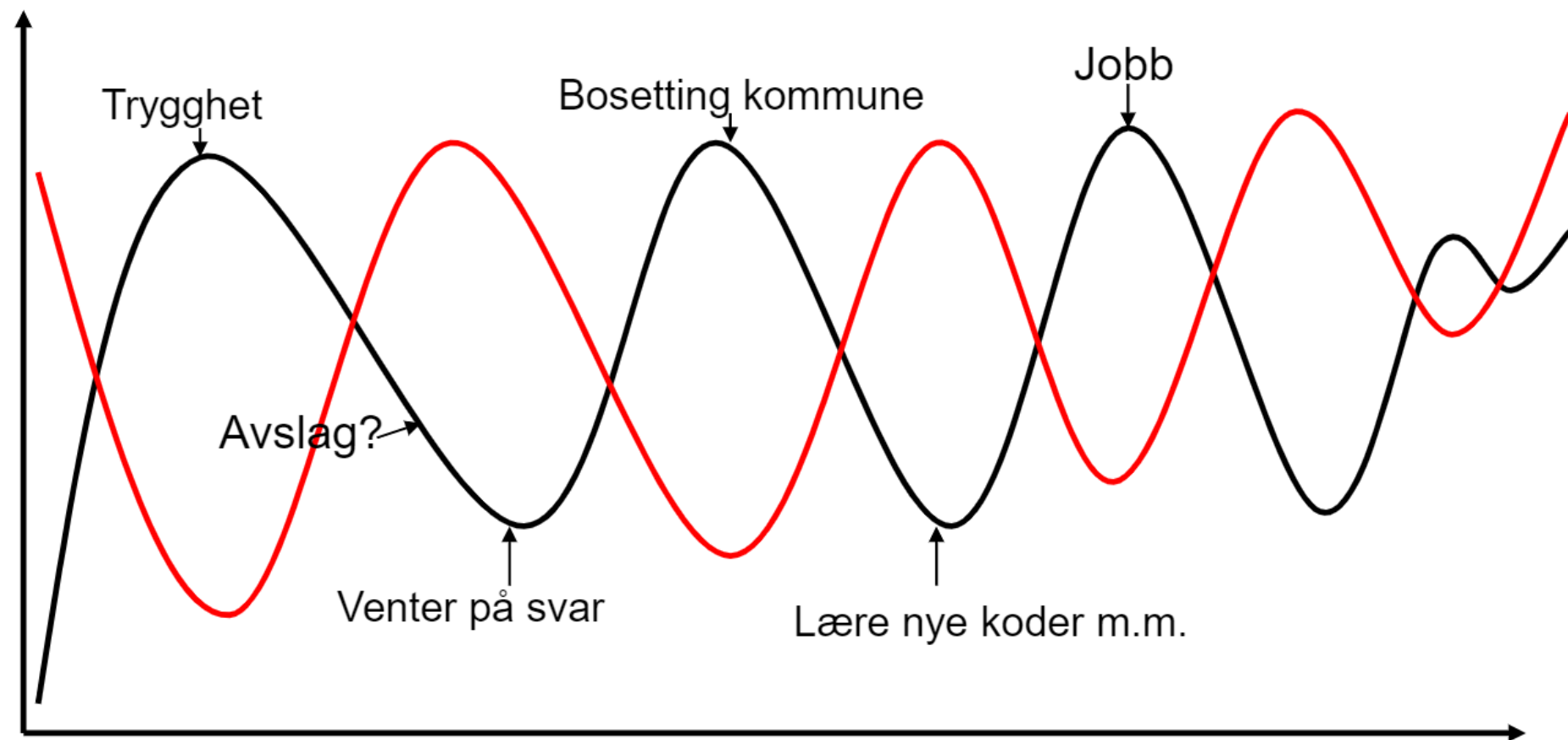
Faculty of Psychology, University of Bergen



Migrasjonsprosessen – ulike faser



Migrasjonsprosessen – forskjell barn - voksne



Voksne

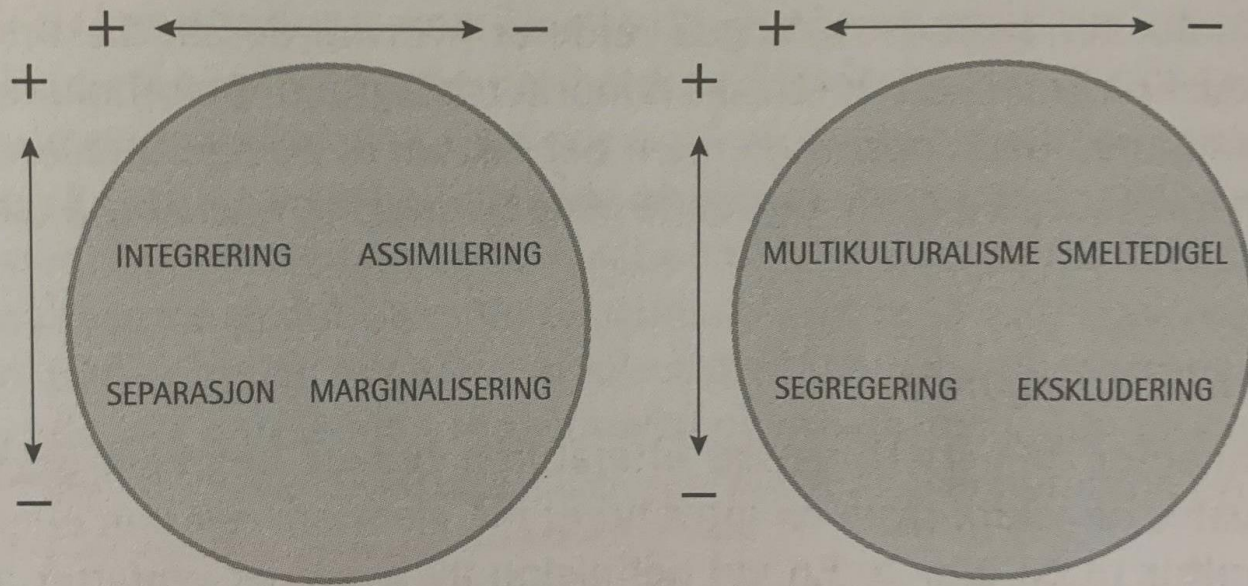
Barn

PROBLEM 1:

OPPRETHTELSE AV OPPRINNELIG KULTUR OG IDENTITET

PROBLEM 2:

RELASJONSFORMER
ØNSKET
AV GRUPPENE



**STRATEGIER FOR
ETNOKULTURELLE
GRUPPER**

**STRATEGIER I
STORSAMFUNNET**

Strategidokumenter

- Flere relevante retningslinjer
- Norge har forpliktet seg å følge FNs bærekrafts mål (Regjeringen, 2016)
- Pkt. 3.8: Oppnå allmenn dekning av helsetjenester, inkludert ordninger som beskytter mot økonomiske konsekvenser, og allmenn tilgang til grunnleggende og gode helsetjenester. (FN, 2020)
- Leave no-one behind
- Internasjonale og Nasjonal veiledere

FNs Bærekraftsmål (2020) <https://www.fn.no/om-fn/fns-baerekraftsmaal/god-helse-og-livskvalitet>

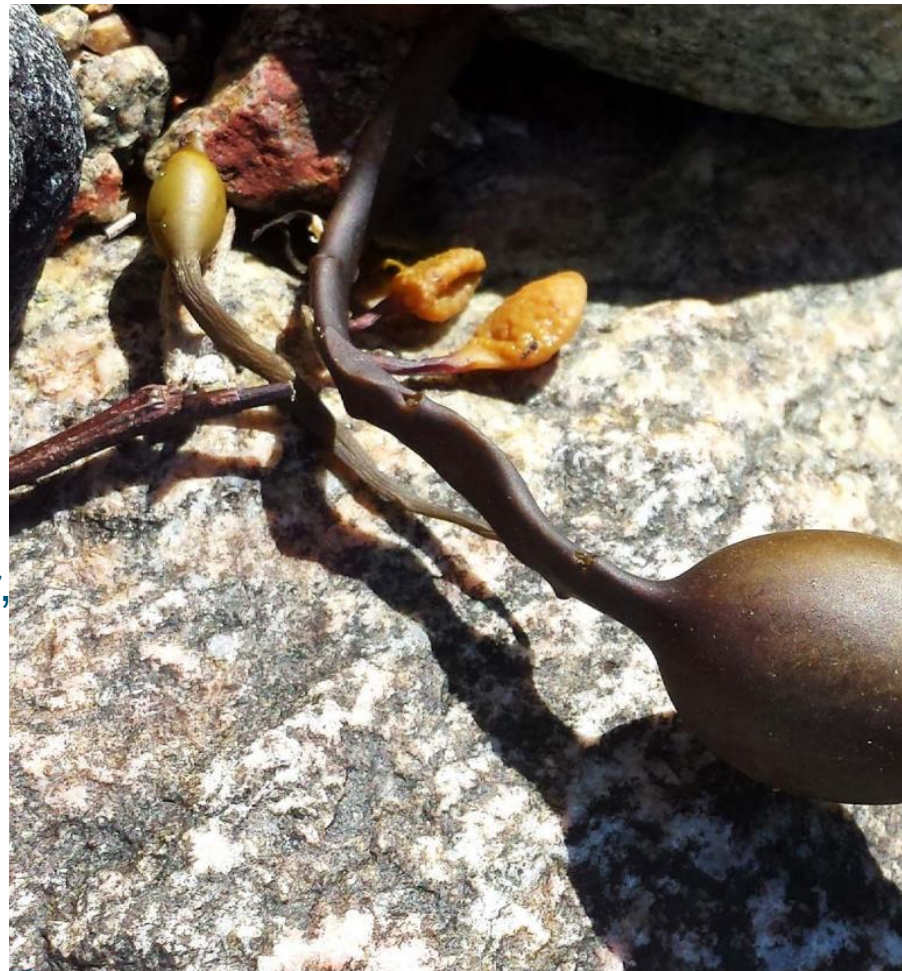
Helsedirektoratet (2020) Helsetjenester til asylsøkere, flyktninger og familiegjenforente (Veileder)

Helsedirektoratet (2016) Veileder for psykososiale tiltak ved kriser, ulykker og katastrofer (Veileder IS-2428)

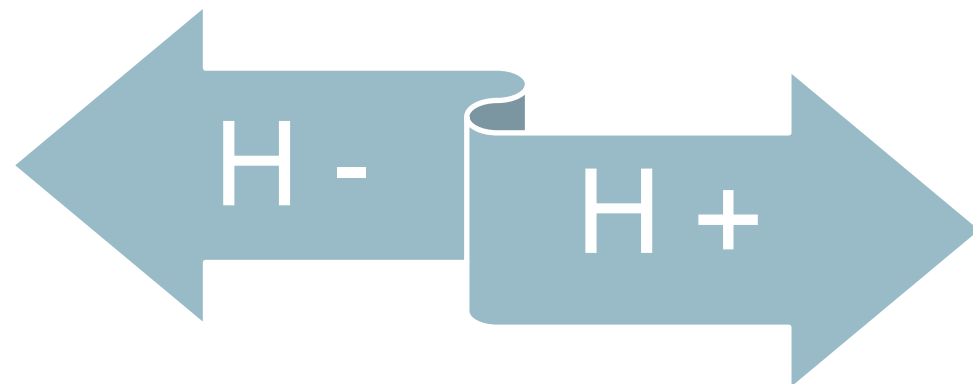
Helse- og Omsorgsdepartementet (2013). Likeverdige helse- og omsorgstjenester – gode helseforpliktelser. Nasjonal strategi om ulykker og katastrofer innvandreres helse 2013-2017.

Regjeringen.no (2016) <https://www.regjeringen.no/no/aktuelt/sdg/id2505400/>

United Nations (2004) Istanbul protocol (Professional training series 8/1)



Innvandrere og psykisk helse



- Flyktninger har dårligst helseprofil
- Høyere andel psykiske plager blant innvandrere
- Store forskjeller mellom grupper

Antonovsky, A. (1993). The structure and properties of the sense of coherence scale. *Social Science & Medicine*, 36(6), 725–733

Giacco, D. & Priebe, S. (2018). Mental health care for adult refugees in high-income countries. *Epidemiology and Psychiatric Science*, 27, 109-116

Straiton, et.al (2019). Levekårsundersøkelsen blant innvandrere i Norge 2016. Folkehelseinstituttet.

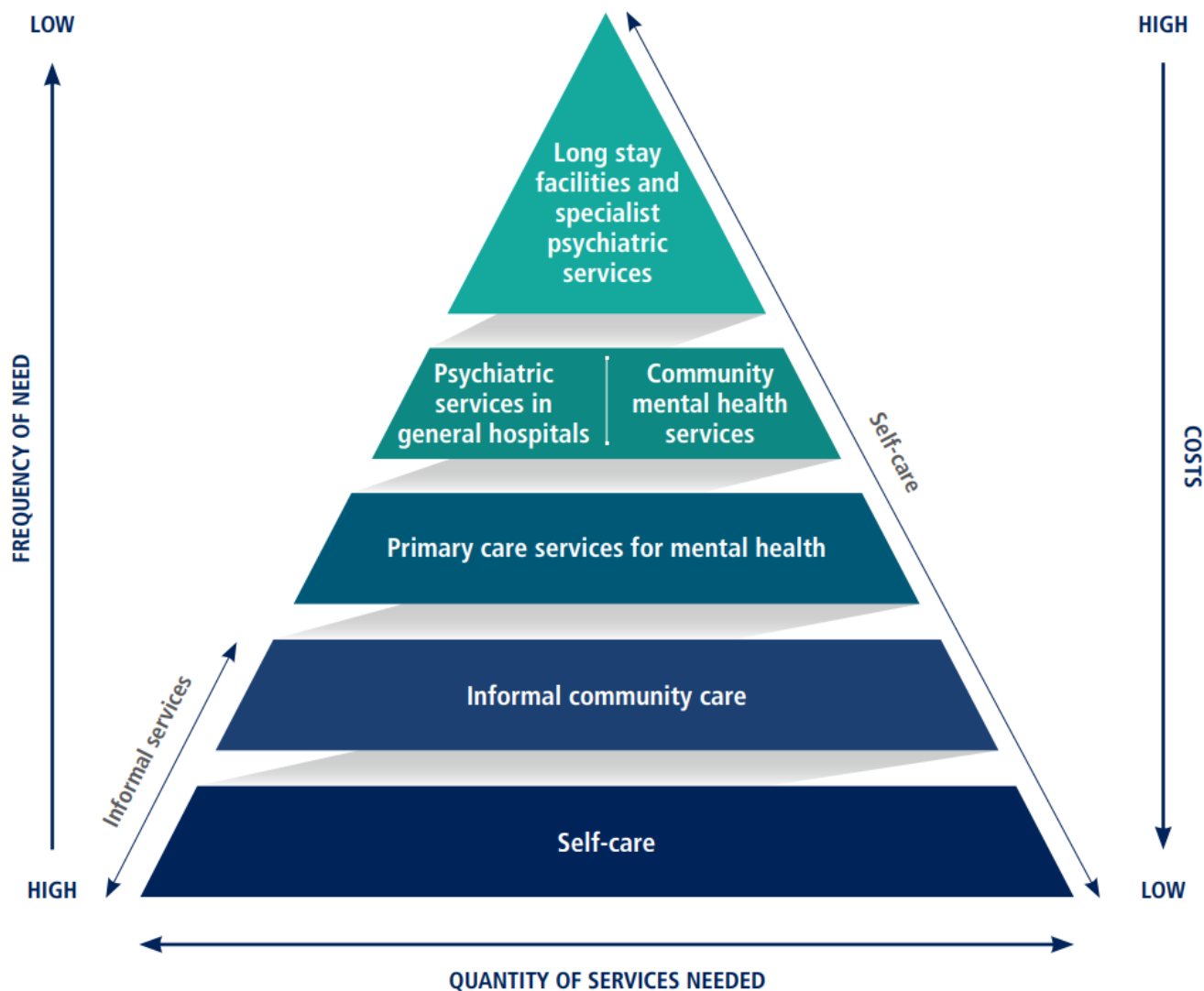
WHO (1948) Constitution. World Health Organization, Geneva

Society and workplace diversity research group

Faculty of Psychology, University of Bergen



Figure 2. WHO service organization pyramid for an optimal mix of services for mental health



Source: *Integrating mental health into primary care: a global perspective.*

World Health Organization (2020). The optimal mix of services for mental health.

Norsk Pyramide

NASJONALT KUNNSKAPSSENTER
OM VOLD OG TRAUMATISK STRESS



Spesialisthelsetjenesten
og ressursentre



Førstelinjetjenesten
(e.g., Fastleger, helsestasjon)

BERGEN
KOMMUNE

Ideelle organisasjoner
Introduksjonssenteret, NAV
Språkopplæringen
Barnevernet



Det sosiale felleskapet / religiøse menigheter



Selvomsorg

Society and workplace diversity research group

Faculty of Psychology, University of Bergen



Hva vet vi om innvandreres bruk av psykiske helsetjenester?

- Spesialisthelsetjenester blir brukt mindre enn av befolkningen for øvrig (Abebe, Lien & Elstad, 2017).
- Tar i gjennomsnitt 11 år å få riktig diagnose og behandling (Opaas og Varvin, 2015)
- Innvandrere er oftere misfornøyd med tjenester gitt (Mbanya & Gele, 2019) og faller oftere ut av behandling (Knapstad & Nordgreen, Smith, 2018)
- Kvinner med flyktningbakgrunn bruker mer psykotropisk medisin og menn bruker mer anti-depressiva (Straiton, Reneflot & Diaz, 2017)
- Lite forskning på de mest sårbare gruppene (Kale & Hjelde, 2017)



Hva vet vi om utfordringer på behandler side?

- Behandlere er frustrert over at de ikke får gitt forsvarlige/likeverdige helsetjenester (Hjemdal, 2006)
- Mangel på kompetanse for eksempel bruk av tolk (Harris, Binder, & Sandal, 2020)
- Få tilpassede kartleggingsinstrumenter (Holt, 2019).
- Ulike forventninger (Harris, Binder, & Sandal, 2020)



Det kliniske møte

«Det har liksom dukket opp veldig mange temaer som plutselig har vært en time, også har hun ikke lenger vært opptatt av det (...) Plutselig skulle hun ha meg til å skrive til UD (...) og så ville hun ha meg til å skrive en erklæring for å få hjelpestønad (...) og det sa jeg nei til.»

(Mirabsen og Kung, 2017)



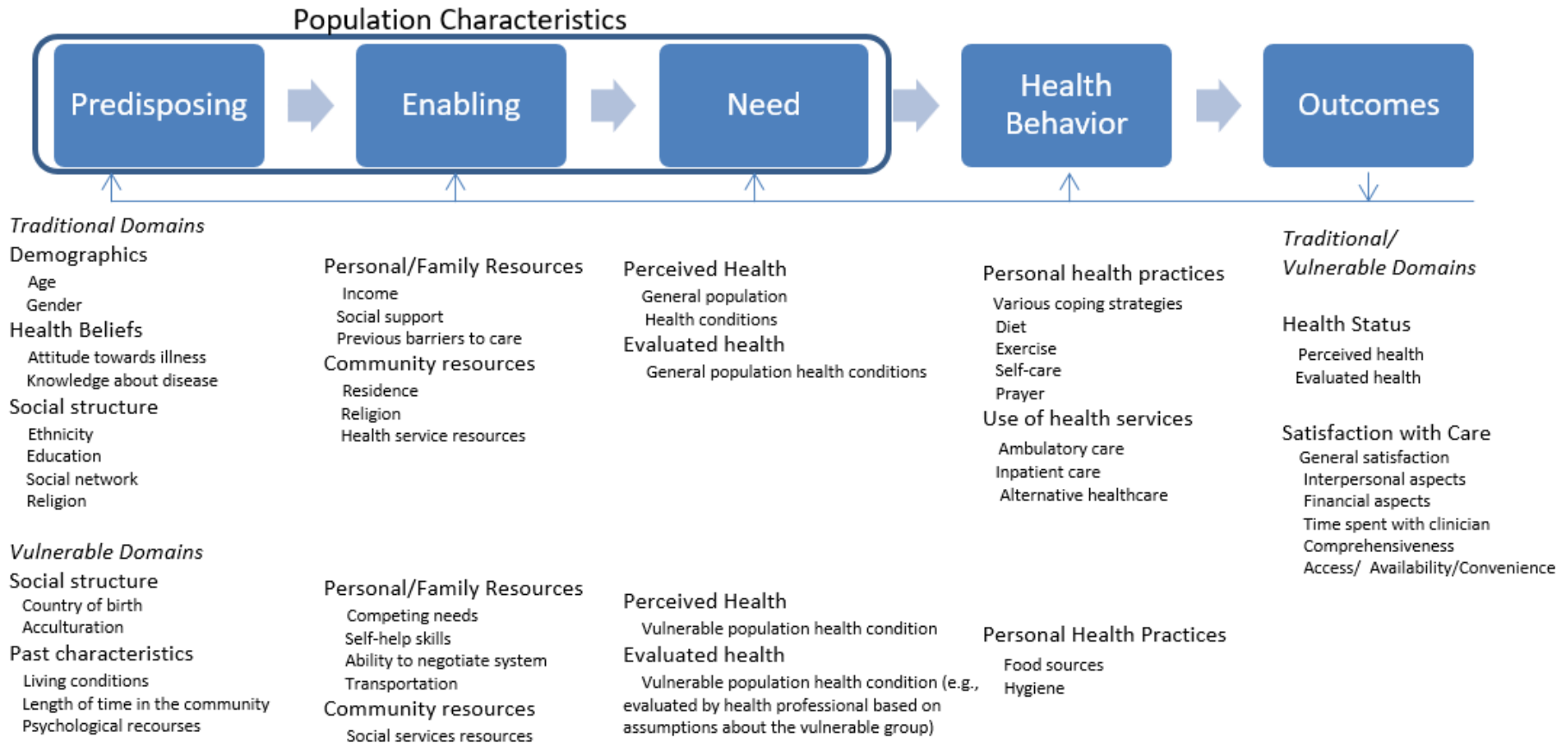
Hvordan kan man gjøre det eksisterende gapet mindre?



Society and workplace diversity research group

Faculty of Psychology, University of Bergen





Gelberg L, Andersen RM and Leake BD. The behavioral model for vulnerable populations: Application to medical care use and outcomes for homeless people. *Health Services Research* 2000;34: 1273-1302.



Hindringer på system, behandler og pasient nivå (Scheppers et al., 2006)

1. Likiverdige tjenester

2. Identifiser lidelsens opphav

3. Å møte den andre der den er

Scheppers et. al (2006). Potential barriers to the use of health services among ethnic minorities: a review. *Family Practice*, 23(3), 325-348

Society and workplace diversity research group

Faculty of Psychology, University of Bergen



Likiverdige tjenester

1: Like tjenester er ikke likeverdige tjenester (Helsetilsynet, 2019)

2: Team arbeid (Fjellanger et al, 2007)

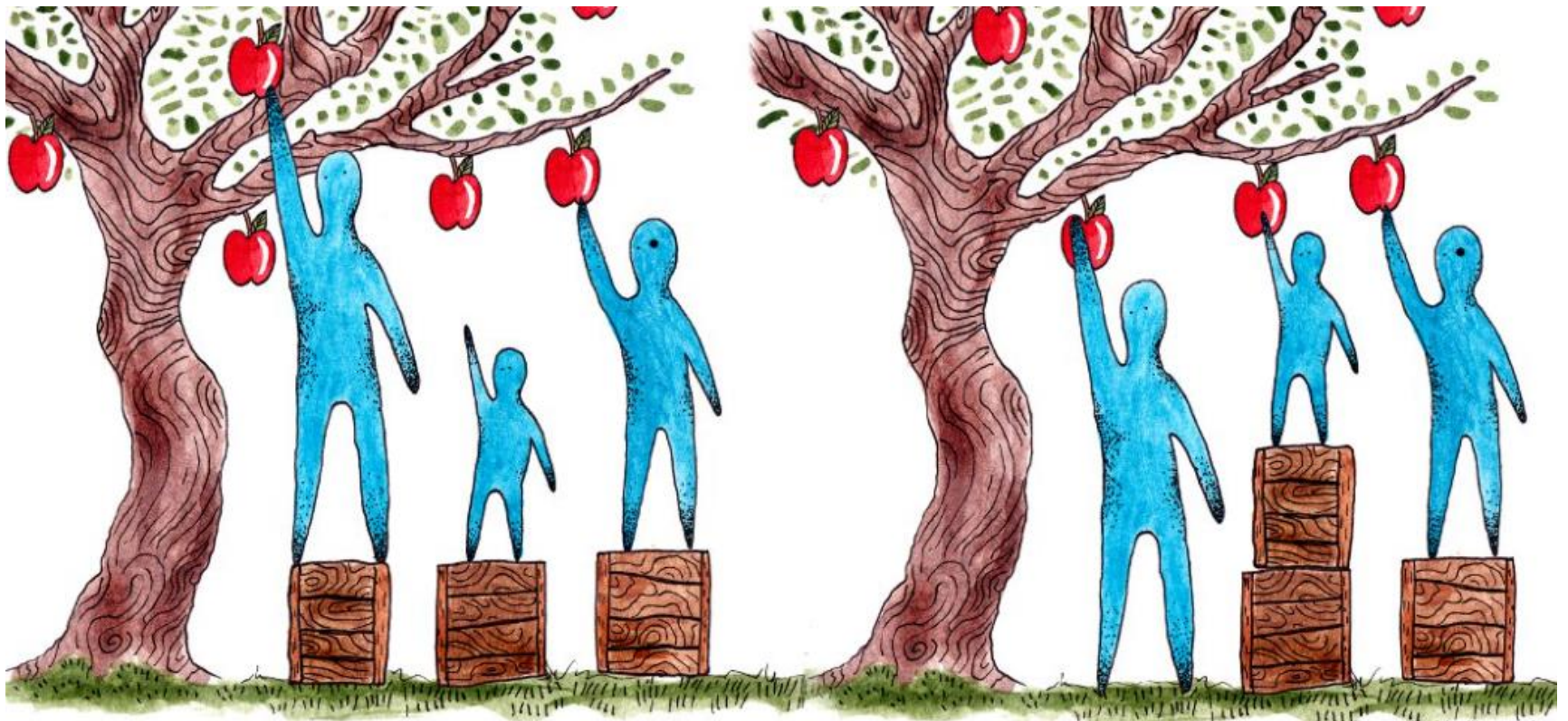
3: Mangel på bruk av individuell plan (Djuve & Tronstad, 2011; Bergen kommune, 2016)

Djuve, A. B. & Tronstad, K. R. (2011) Innvandrere i praksis. Om likeverdig tjenestetilbud i NAV, Fafo
Helsetilsynet (2019). Oppsummering av landsomfattende tilsyn i 2017-2018 med spesialhelsetjenester til pasienter med psykiske lidelser og mulig ruslidelse. <https://www.helsetilsynet.no/publikasjoner/rapport-fra-helsetilsynet/2019/et-stykke-igjen-til-likeverdige-tjenester/>
Fjellanger et al (2007), Psykisk helse i et flerkulturelt samfunn. Rådet for Psykisk helse.

Society and workplace diversity research group

Faculty of Psychology, University of Bergen





LIKHET

LIKEVERD

fb.com/balderillustrasjon



Fjellanger et al (2007), Psykisk helse i et flerkulturelt samfunn. Rådet for Psykisk helse.
Hess, J.M., Isakson, B.L., Amer, S. et al. Refugee Mental Health and Healing: Understanding the Impact of Policies of Rapid Economic Self-sufficiency and the Importance of Meaningful Work. *Int. Migration & Integration* 20, 769–786 (2019). <https://doi.org/10.1007/s12134-018-0628-3>
Lov om pasient- og brukerrettigheter (pasient- og brukerrettighetsloven) <https://lovdata.no/dokument/NL/lov/1999-07-02-63>



Retningslinjer psykisk helsevern for voksne

§ Pasientrettighetsloven

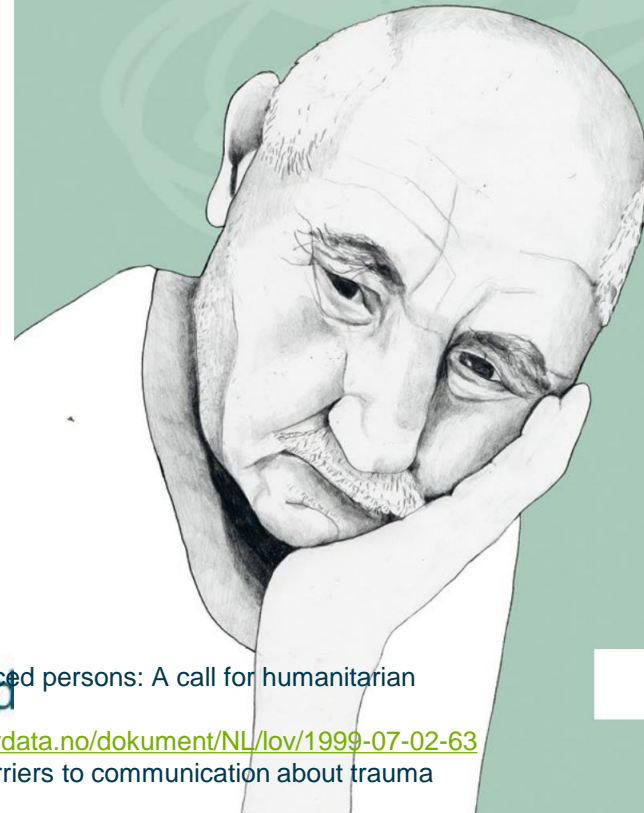
Veileder for psykososiale tiltak ved krise, ulykker og katastrofer

Instanbulprotokollen

§ Helsepersonell skal kjenne til symptomer på tortur, diagnostikk, behandling og oppfølging i tråd med protokollen

TORTURERT OG GLEMT?

Identifisering og rehabilitering av torturutsatte i Norge



Røde Kors

Bäärhielm, S. et al. (2017) Mental health for refugees, asylum seekers and displaced persons: A call for humanitarian agenda. *Transcultural Psychiatry* <https://doi.org/10.1177/1363481517147095>

Lov om pasient- og brukerrettigheter (pasient- og brukerrettighetsloven) <https://lovdata.no/dokument/NL/lov/1999-07-02-63>

Shannon, P., O'Dougherty, M., & Mehta, E. (2012). Refugees' perspectives on barriers to communication about trauma histories in primary care. *Mental health in family medicine*, 9(1), 47–55.

Avhengighet av ildsjeler



Society and workplace diversity research group



Helsetjenester til asylsøkere, flyktninger og familiegjenforente

Nasjonal veileder

Først publisert: 07. november 2015
Sist faglig oppdatert: 24. april 2020



Society and workplace diversity research group

HelseDirektoratet (2020) Helsetjenester til asylsøkere, flyktninger og familiegjenforente (Veileder)

Varvin, S. (2018). Flyktningers psykiske helse. Oslo: Universitetsforlaget

Faculty of Psychology, University of Bergen



Individuell plan



Illustrasjon: HSØ Transportprosjekt psykisk ustabile pasienter

2. Identifiser lidelsens opphav

Hindringer

- 1) Ulike forståelser av psykiske sykdom og behandling (Wylie et al 2018)
- 2) Ulik språk (Robertshaw et al, 2017)



Robertshaw, L., Dhese, S., and Jones, L. L. (2017). Challenges and facilitators for health professionals providing primary healthcare for refugees and asylum seekers in high-income countries: a systematic review and thematic synthesis of qualitative research. *BMJ Open* 7:e015981. doi: 10.1136/bmjopen-2017-015981

Wylie, L., Van Meyel, R., Harder, H., Sukhera, J., Luc, C., Ganjavi, H., et al. (2018). Assessing trauma in a transcultural context: challenges in mental health care with immigrants and refugees. *Public Health Rev.* 39:22. doi: 10.1186/s40985-018-0102-y

Ulike forståelser av psykiske sykdom og behandling

«Jeg fikk noen tanker om at dette er en mann jeg ikke kan hjelpe så mye. Ja. Kanskje det, og det handler jo også selvfølgelig litt om hans livssituasjon og hans plager, men det handler jo også litt om at jeg er usikker på om han skjønnte noe av hva som foregikk her. Det må jeg si jeg er veldig usikker på.» Broch, 2019

Broch, Å. M. (2019) Et komplisert puslespill. En kvalitativ studie av psykologers opplevelser av arbeid med traumatiserte flyktninger. UiO.no

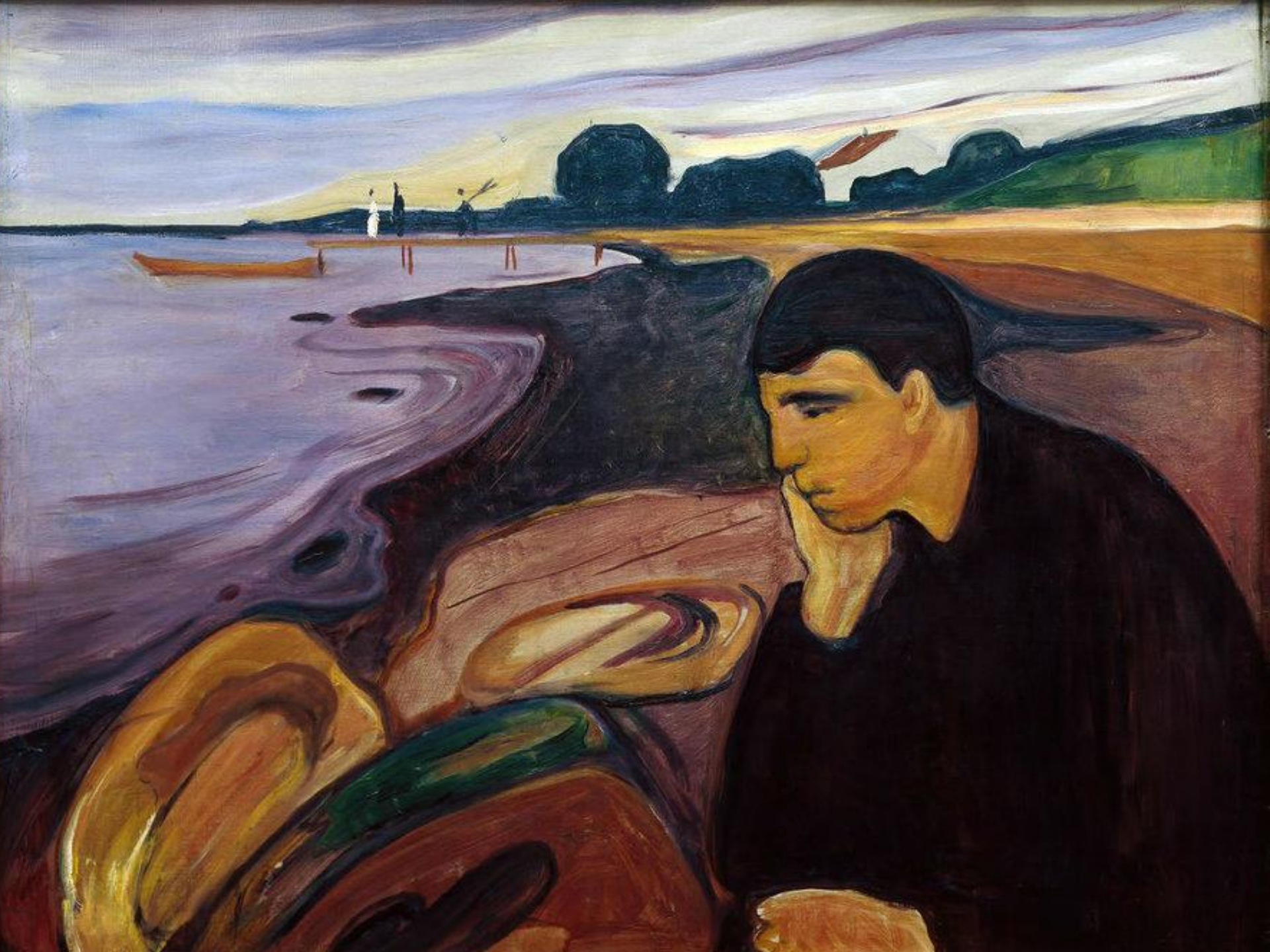
Society and workplace diversity research group

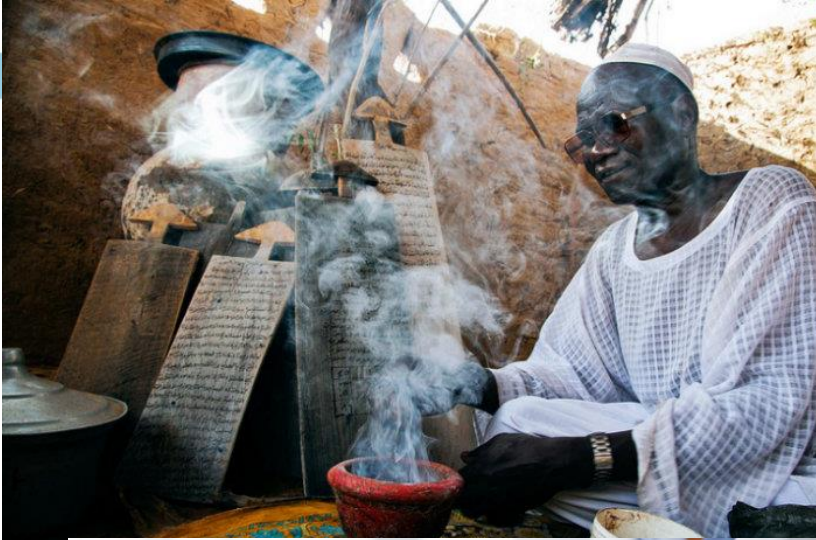
Faculty of Psychology, University of Bergen











When you're depressed, 3 things will certainly make your feel better

- 1- Reading the Quran
- 2- Offering Salah and making Dua
- 3- Doing Dhikr

sms4islam.com

- Utforsket hvordan mennesker med ulik kulturell bakgrunn bosatt i Norge forstår depresjon og foretrekker å mestre og behandle depressive symptomer.
- Blandet design studie
- Innvandrere fra Somalia, Pakistan, Russland og Polen
- Norske studenter (som studerte ikke medisinske fag)







Society and workplace diversity research group

Faculty of Psychology, University of Bergen





Society and workplace diversity research group

Faculty of Psychology, University of Bergen



Annerledes forklaringsmodell



Bilde: Ariana Vairo



Viktighet av familie og ekteskap

“Siden han er 27 år gammel, noen trenger å finne han noen å gifte seg med! Om han er gift, vil han ikke være ensom lengre (alle nikker).. Å leve med noen, å dele glede og sorg”

“Om du blir syk i Somalia, så går du til dine foreldre, så vil dine foreldre finne ut hva slags sykdom det er, og hva slags behandling du trenger.. Om de finner ut at det er en mental lidelse, vil de finne en passende healer”

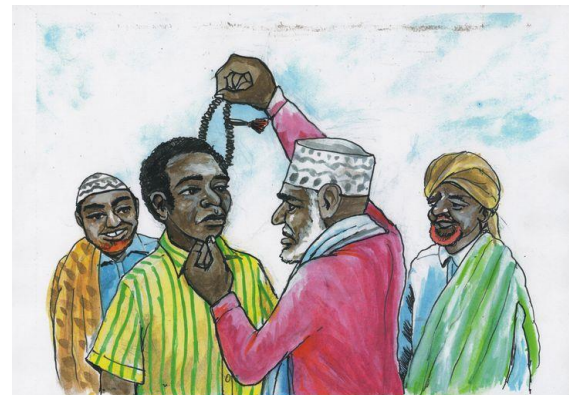
” Om familie ikke har nok penger for å sende han til behandling, vil utvidet familie og venner – hjelpe.. Familie vil be for han, og be andre om å be for han”



Society and workplace diversity research group



Islam og tradisjonell medisin



"I kjenner mange familier som hadde like vansker (som i vignetten) og de reiste tilbake til Somalia og den første behandlingen de fikk der, det var å be med hjelp av Koran, det finnes en spesiell bønn for han"

"Jeg kjenner ei jente her i Norge, de gikk til ulike leger i Norge, men ingenting hendte, så, jeg og flere fra vårt miljø, anbefalte hennes familie å lese Koranen og Det hjelp."

"Jin.. Forskning viser at det er bra å tro på noe. Mennesker som blir psykisk syke savner noe å tro på.. Om du er besatt av Jin, må du gå til Moskè og lese Koran, Jin er som et menneske, de er levende, de eksisterer mest oppe i fjellene og i vannet"



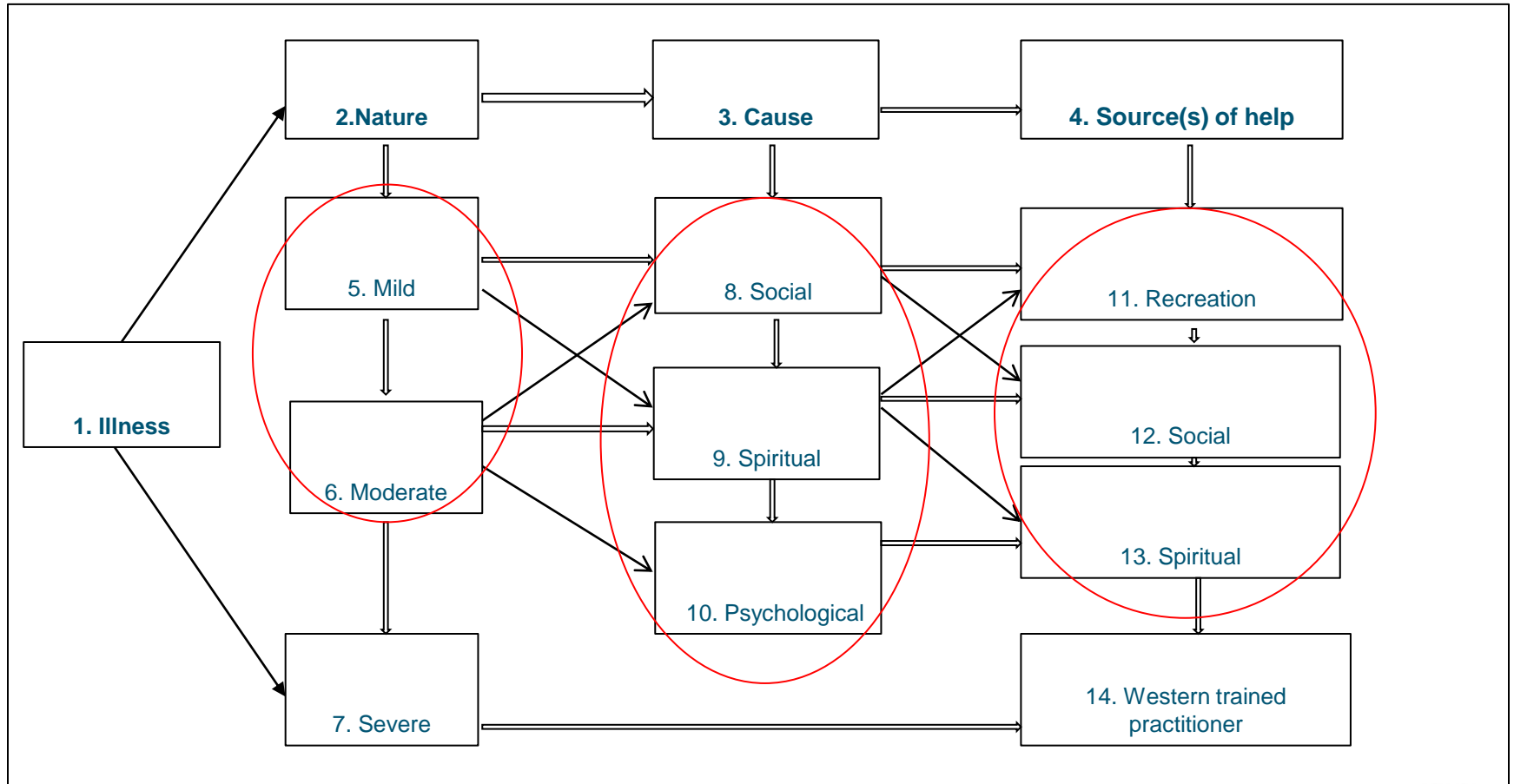
Andre måter å mestre på



Palliativ mestring: Unlike fysiske aktiviteter (for eksempel yoga eller å gå tur), reise, og slappe mer av. For eksempel forandre miljø. Men aktiviteter må være i overensstemmelse med den muslimske troen.

Bio-medisinsk behandling: Kvinner var mer positive når det kommer til møte med lege. Om lege var kontaktet, ville man høre konkrete tips.

Psykologisk behandling: Kontakt med psykolog var nevnt, men idèen om hvem en psykolog var var vag. Psykolog ble også forvekslet med lege.



Society and workplace diversity research group

Faculty of Psychology, University of Bergen





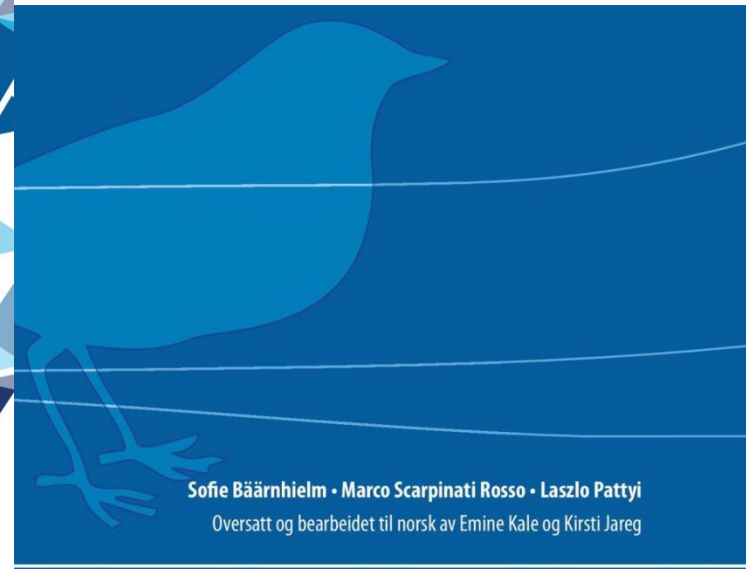
GALLERI
ARR

Kulturformuleringsintervjuet (CFI), DSM-5

Et klinisk verktøy i tverrkulturell kommunikasjon

Originalutgave (engelsk): American Psychiatric Association (APA)

Norsk utgave: Nasjonal kompetanseenhet for minoritetshelse (NAKMI) og Nasjonal kompetansetjeneste for samtidig rusmisbruk og psykisk lidelse (ROP)



Kultur, kontekst og psykopatologi

Manual for diagnostisk intervju basert på kulturformuleringen fra DSM- IV

Faculty of Psychology, University of Bergen

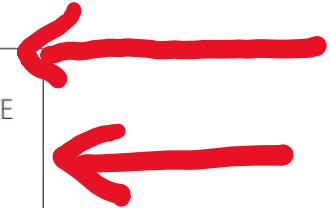


KULTURELL PROBLEMBESKRIVELSE

(Forklaringsmodell, funksjonsnivå)



| | |
|--|---|
| <p><i>Få tak i personens syn på hovedproblemer og hovedbekymringer. Konsentrer deg om personens eget syn på sitt eget problem. Bruk ordet, uttrykket eller den korte beskrivelsen fra spørsmål 1 til å navngi problemet i spørsmålene som følger (for eksempel «konflikten med sønnen din»).</i></p> <p><i>Spør hvordan personen presenterer problemet til andre i sitt sosiale nettverk.</i></p> <p><i>Konsentrer deg om de sidene av problemet som er viktigst for personen.</i></p> | <ol style="list-style-type: none">1. Hva gjør at du kommer hit i dag? OM PERSONEN SIER LITE OM DETTE ELLER BARE NEVNER SYMPTOMER ELLER EN MEDISINSK DIAGNOSE, UTFORSK VIDERE: Folk har ofte sin egen måte å forstå sine problemer på, som kan være like eller forskjellige fra den måten leger beskriver problemet på. Hvordan vil du beskrive problemet ditt?2. Noen ganger bruker folk ulike måter å beskrive problemet sitt på overfor familie, venner eller andre i miljøet sitt. Hvordan ville du ha beskrevet problemet ditt for dem?3. Hva plager deg mest når det gjelder problemet ditt? |
|--|---|



Pasient forstår ikke språket

- Etter forvaltningsloven og lov om pasientrettigheter skal ikke språk- eller kulturforskjeller eller etnisk bakgrunn være til hinder for å få helsetjenester
- Underforbruk av profesjonell tolk i helsevesenet (Diaz & Kumar, 2019)
- Krever mer tid, pasient tar med pårørende som kan tolke, lite kompetanse i bruk av tolk
- Har kommet inn i helseutdanning og etterutdanning.
- § 21. b. kan kommunisere respektfullt med hensyn til andre menneskers integritet, verdighet og autonomi i sin yrkesutøvelse og tilpasse kommunikasjonen ut fra blant annet situasjon, alder, kjønn og språklig og kulturell bakgrunn

Diaz, E. & Kumar, B. N. (2019) Bridging cultural and language discordance. B.N. Kumar, E. Diaz (Red), Migration health. A primary care perspective (s. 239-260).

Forskrift om nasjonal retningslinje for psykologutdanning (2020). <https://lovdata.no/static/lovtidend/ltavd1/2020/sf-20200103-0016.pdf>

Lov om pasient- og brukerrettigheter (pasient- og brukerrettighetsloven) <https://lovdata.no/dokument/NL/lov/1999-07-02-63>

Society and workplace diversity research group

Faculty of Psychology, University of Bergen



- *«Det er jo det at jeg har vært litt usikker innimellom på om han har forstått det vi har snakket om. Vi har jo brukt tolk selvfølgelig, og det at han på en måte har vært litt sånn borte under samtalene, det har vært litt utfordrende samtaler, altså. Jeg må si det»*

(Broch, 2019)

Broch, Å. M. (2019) Et komplisert puslespill. En kvalitativ studie av psykologers opplevelser av arbeid med traumatiserte flyktninger. UiO.no

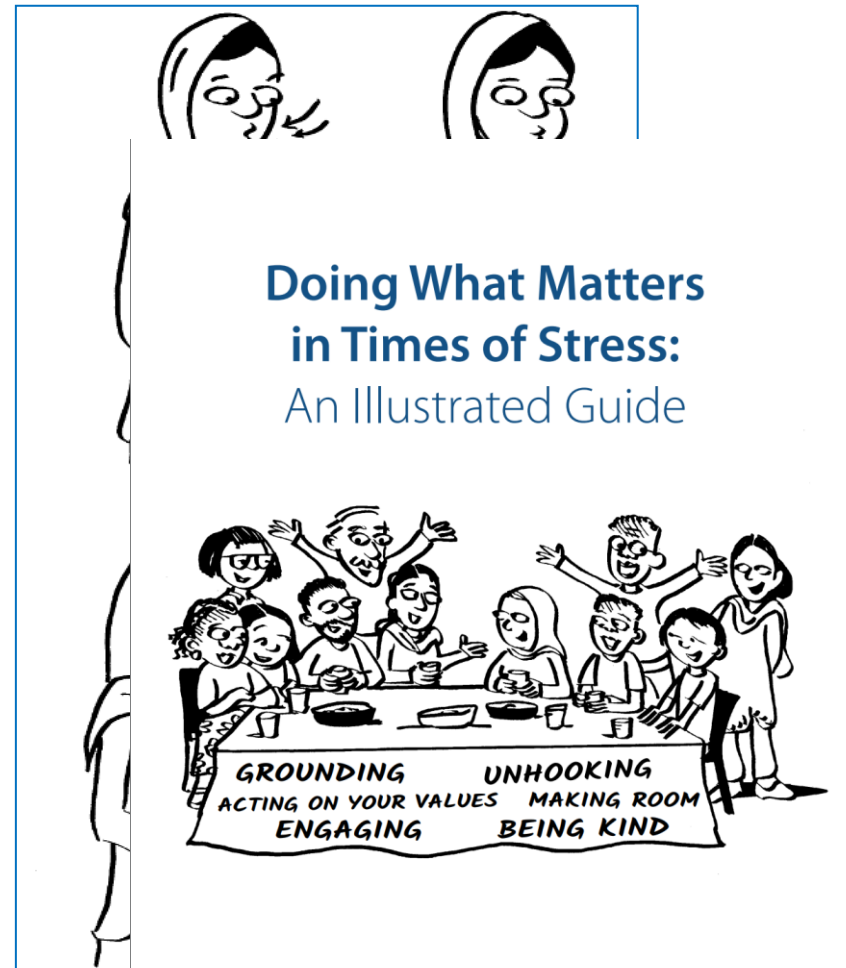
Society and workplace diversity research group

Faculty of Psychology, University of Bergen



Tilpasset språkbruk

- ”Informasjonene skal være tilpasset mottakerens individuelle forutsetninger, som alder, modenhet, erfaring og kultur- og språkbakgrunn” (Pas.rett lov. § 3-5)
- Bruke video, bilder, øvelser, andre ord, andre hjelpemidler



Society and workplace diver

Faculty of Psychology, University of Bergen



3) Å møte den andre der den er

Hindringer

- 1) Usikkerhet rundt riktig tilnærming/kompetanse (Hjemdal, 2006; Harris et al, 2019; Robertshaw et al, 2017)
- 2) Tilgjengelighet



Broch, Å. M. (2019) Et komplisert puslespill. En kvalitativ studie av psykologers opplevelser av arbeid med traumatiserte flyktninger. UiO.no

Robertshaw, L., Dhesi, S., and Jones, L. L. (2017). Challenges and facilitators for health professionals providing primary healthcare for refugees and asylum seekers in high-income countries: a systematic review and thematic synthesis of qualitative research. *BMJ Open* 7:e015981. doi: 10.1136/bmjopen-2017-01 5981

Harris, Sandal, & Binder (2020). General practitioners' experiences of clinical consultations with refugees suffering from mental health problems. *Frontiers in Psychology*

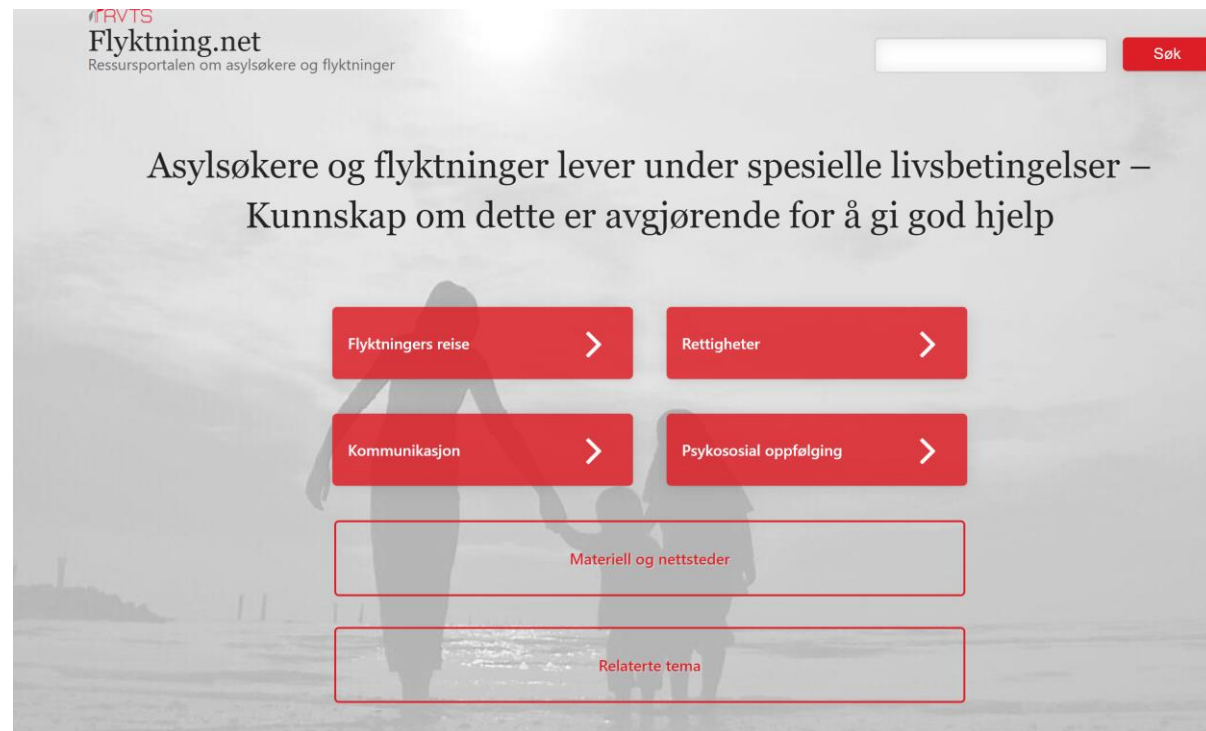
Usikkerhet rundt riktig tilnærming/kompetanse

- «*Det vi har forsøkt å gjøre har vel vært å jobbe med stabilisering og.. Jobbet med hvordan han kan klare å regulere seg bedre når han kjenner at han får gjenopplevelser og angst og blir veldig irritert eller sint. Og så har vi jobbet litt med søvn, og hvordan han kan forsøke å få til å sove litt bedre. Hva han kan gjøre når han våkner opp og får gjenopplevelser. Og vi har snakket en del om mareritt*» Broch, 2019



Kompetanseheving

- Flyktning.net (RVTS)
- Undervisning for ansatte med bruk av caser / vignetter (Bäärnhielm et al, 2016)



Society and workplace diversity research group

Bäärnhielm, S. et al (2016). Approaching the vulnerability of refugees: evaluation of cross-cultural psychiatric training of staff in mental health care and refugee reception in Sweden.

Faculty of Psychology, University of Bergen



Om vinterklær på flere språk

| Norsk- Flerspråklig materiell- PUFF




Utelek er en stor del av norsk barnehage og skolehverdag. Ressursen *Om vinterklær på flere språk* kan hjelpe personalet og gi foresatte viktig informasjon om klær. Informasjonen er oversatt til arabisk, dari, engelsk, kurdisk (sorani), polsk og tamil med paralleltekst på norsk.

Hvordan kan ressursen brukes?

- Som informasjon til foresatte.
- Som støtte i samtaler med foresatte eller på foreldremøter.
- Henge opp tekst og bilde som plakat.

Ressursen er publisert i Word- format og PDF- format. Vi anbefaler å bruke den ikke- redigerbare versjonen hvis du ikke behersker det valgte språket. Om du behersker det valgte språket kan word- versjonen redigeres etter eget behov.

 [Om vinterklær, arabisk og norsk-bokmål \(pdf\)](#)

 [Om vinterklær, arabisk og norsk- bokmål \(word\)](#)

Språksider

| | |
|------------------|----------|
| Arabisk | العربية |
| Dari | دري |
| Kurdisk (Sorani) | كوردی |
| Litauisk | Lietuvių |
| Pashto | پښتو |
| Persisk | فارسی |
| Polsk | Polski |
| Russisk | Русский |
| Somali | Soomaali |
| Spansk | Español |
| Tamil | தமிழ் |
| Thai | ไทย |
| Tigrinja | ትግርኛ |
| Tyrkisk | Türkçe |
| Urdu | اردو |

Ull og fleece

Arabisk/ bokmål

Ull

Ull består oftest av hår fra sau. Mange barnehager anbefaler at barna har tynn ull innerst når det er vinter, fordi hvert enkelt ullfiber er hult og tar til seg varmen fra kroppen og holder på den.

Ull virker derfor temperaturregulerende og varmer selv om det blir fuktig.

يكون الصوف غالبا من شعر الأغنام. يوصي العديد من رياض الأطفال أن يرتدي الأطفال الصوف الرقيق في فصل الشتاء لأن طبيعة الألياف الصوفية المجوفة تحمي الجسم من البرد و تحافظ على حرارته. ولذلك يعمل الصوف كمنظم لدرجة الحرارة ويدفيء الجسم حتى لو أصبح رطبًا.



Fleece

Fleece er en fellesbetegnelse for flere ulike typer klær med lodden overflate.

Barna kan gjerne ha fleece over ulltøyet og under dressen når det er kaldt ute.

"الفليس" هو مصطلح شائع لعدة أنواع مختلفة من الملابس نوسطح كثير الشعر. يمكن للأطفال إرتداء هذا النوع فوق الملابس الصوفية أو تحت البذلة الشتوية عندما يكون الجو باردا بالخارج.



Tilgjengelighet

- Kulturformidlere og helsekommunikatorer (Bäärnhielm m.fl. 2013)
- Mer brukermedvirkning (Fjellanger et al., 2007; MacFarlane & Lionis, 2019)
- Samarbeid på tvers av tjenester for å forbedre tillit (MacFarlane & Lionis, 2019)
- Tøyen prosjekt (Ayazi, 2006)



Ayazi, T. (2006). Oppsøkende arbeid blant pasienter med somalisk bakgrunn: Et prosjekt i psykisk helsevern i Oslo

Bäärnhielm, S., et. al (2013). Hälsokommunikatörer: Kan de öka medvetenhet om hälsa, levnadsvanor och svensk hälso- og sjukvård? Läkartidningen, 110: CAZZ

MacFarlane, A. & Lionis, C. (2019). Community participatoin in primary health care: Meaningful iinvolveent of migrants. Migrant health, a primary care perspective

Society and workplace diversity research group

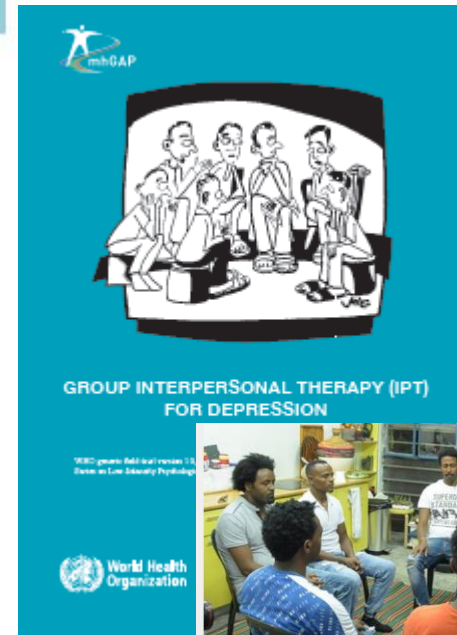
Faculty of Psychology, University of Bergen



Tilpassede arbeidsmetoder

Tilpasning av eksisterende evidens baserte manualer.

1. **8-sesjoner Gruppe IPT for Depresjon** (WHO & Colombia, 2016; by L Verdeli, KF Clougherty, MM Weissman)
2. **Mindfulness-Based Trauma Recovery for Refugees – 9 group session** (Bernstein et al 2020)
3. **Trauma Recovery Technique (TRT)** (Wegdan et al 2019)



Barnstein et al. (2020), Observing minds lab. Mindfulness-Based trauma recovery for refugees. <https://irca-haifa-6h5e.squarespace.com/irca#>
Wegdan, H. et al (2019). Two interventions to treat pain disorders and post-traumatic symptoms among Syrian refugees: protocol for a randomized control trial
World Health Organization (2016) Group interpersonal therapy (IPT). <https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/250219/WHO-MSD-MER-16.4-eng.pdf>

Society and workplace diversity research group

Faculty of Psychology, University of Bergen



Konklusjon

- 1) Innvandrere har rett på likeverdige helsetjenester
 - a) Det er hver enkel sitt ansvar å holde seg oppdatert på eksisterende retningslinjer, føringer og veiledere
 - b) Viktig med sensitivitet til kulturellbakgrunn og språk
 - c) Øk kulturell kompetanse og bruke eksisterende hjelpemidler
- 2) Innvandrere er en ressurssterk gruppe
 - a) Fokus på ressurser (Vaarvin, 2018)
 - a) Vi er mer like enn ulike (Markova m.fl., 2020)
 - b) Tøft, men meningsfull arbeid (Harris m.fl., 2020)

Society and workplace diversity research group

Faculty of Psychology, University of Bergen



“PM: I’ve mostly come away from these meetings with a feeling that I actually did something worth doing today. I, you know, I was in the right spot. I was supposed to be there and I could probably do it better, but it was the right place for me to be, and it was a good day. So, that, I think that would be important for me to add, because otherwise the story is often presented as, you know, that’s just hard work for physicians, but it is also a reminder why we became physicians, I think.»

Harris et al 2020

Harris, Sandal, & Binder (2020). General practitioners` experiences of clinical consultations with refugees suffering from mental health problems, *Frontiers in Psychology*

Society and workplace diversity research group

Faculty of Psychology, University of Bergen



Tusen takk!

Society and workplace diversity research group

Faculty of Psychology, University of Bergen



Referanseliste

Abebe, D. S., Lien, L. & Elstad, J. I. (2017) Immigrant`s utilization of specialist mental healthcare according to age, country of origin, and migration history: a national-wide register study in Norway. *Social Psychiatry Epidemiology*, 52, 679-687

Abubakar, I., et al. (2018) The UCL-Lancet comission on migration and health: the health of a world on the move. *The Lancet*, 392/10164, 2606-2654, 2018

Andersen, B., & Blinder, S. (2019) Who counts as a migrant? Definitions and their consequences. The Migration Observatory, Oxford University.

Antonovsky, A. (1993). The structure and properties of the sense of coherence scale. *Social Science & Medicine*, 36(6), 725–733

Ayazi, T. (2006). Oppsøkende arbeid blant pasienter med somalisk bakgrunn: Et prosjekt i psykisk helsevern i Oslo

[Bäärhielm, S. et al. \(2017\) Mental health for refugees, asylum seekers and displaced persons: A call for humanitarian agenda. *Transcultural Psychiatry* <https://doi.org/10.1177/1363461517747095>](https://doi.org/10.1177/1363461517747095)

[Barnstein et al. \(2020\), Observing minds lab. Mindfulness-Based trauma recovery for refugees. <https://irca-haifa-6h5e.squarespace.com/irca#>](https://irca-haifa-6h5e.squarespace.com/irca#)

Broch, Å. M. (2019) Et komplisert puslespill. En kvalitativ studie av psykologers opplevelser av arbeid med traumatiserte flyktninger. UiO.no

Bäärhielm et al. (2010) Kultur, konteks og psykopatologi. Manual for diagnostisk intervju basert på kulturformuleringen fra DSM-IV

Bäärhielm, S. et al (2016). Approaching the vulnerability of refugees: evaluation of cross-cultural psychiatric training of staff in mental health care and refugee reception in Sweden.

Bäärhielm, S., et. al (2013). Hälsokommunikatörer: Kan de öka medvetenhet om hälsa, levnadsvanor och svensk hälso- og sjukvård? *Läkartidningen*, 110: CAZZ

Diaz, E. & Kumar, B. N. (2019) Bridging cultural and language discordance. B.N. Kumar, E. Diaz (Red), *Migration health. A primary care perspective* (s. 239-260).

Djuve, A. B. & Tronstad, K. R. (2011) Innvandrere i praksis. Om likeverdig tjenestetilbud i NAV, Fafo

Fjellanger et al (2007), Psykisk helse i et flerkulturelt samfunn. Rådet for Psykisk helse.

Forskrift om nasjonal retningslinje for psykologutdanning (2020). <https://lovdata.no/static/lovtidend/ltavd1/2020/sf-20200103-0016.pdf>

Gelberg L, Andersen RM and Leake BD. The behavioral model for vulnerable populations: Application to medical care use and outcomes for homeless people. *Health Services Research* 2000;

Gele, A. A. (2016). Health literacy: the missing link in improving the health of Somali immigrant women in Oslo. *BMC Public Health*

Giacco, D. & Priebe, S. (2018). Mental health care for adult refugees in high-income countries. *Epidemiology and Psychiatric Science*, 27, 109-116

Harris, Sandal, & Binder (2020). General practitioners' experiences of clinical consultations with refugees suffering from mental health problems, *Frontiers in Psychology*

Helse- og Omsorgsdepartementet (2013). Likeverdige helse- og omsorgstjenester – god helse for alle. Nasjonal strategi om innvandreres helse 2013-2017.

Helsedirektoratet (2016) Veileder for psykososiale tiltak ved kriser, ulykker og katastrofer (Veileder IS-2428)

Helsedirektoratet (2020) Helsetjenester til asylsøkere, flyktninger og familiegjenforente (Veileder)

[Helsetilsynet \(2019\). Oppsummering av landsomfattende tilsyn i 2017-2018 med spesialhelsetjenester til pasienter med psykiske lidelser og mulig ruslidelse. https://www.helsetilsynet.no/publikasjoner/rapport-fra-helsetilsynet/2019/et-stykke-igjen-til-likeverdige-tjenester/](https://www.helsetilsynet.no/publikasjoner/rapport-fra-helsetilsynet/2019/et-stykke-igjen-til-likeverdige-tjenester/)

[Hess, J.M., Isakson, B.L., Amer, S. et al. Refugee Mental Health and Healing: Understanding the Impact of Policies of Rapid Economic Self-sufficiency and the Importance of Meaningful Work. *Int. Migration & Integration* 20, 769–786 \(2019\). https://doi.org/10.1007/s12134-018-0628-3](https://doi.org/10.1007/s12134-018-0628-3)

Hjemdal, K. (2006). Kartlegging av tilbudet til traumatiserte ofre for vold, overgrep, ulykker og katastrofer, flyktninger og torturofre. Oslo: Nasjonal kunnskapssenter om vold og traumatisk stress

Holt, K. (2019). Kultur, migrasjon og traumer: Hva trenger hjelperen for å bidra til god psykisk helse og livskvalitet? (1. utgave. ed.). Oslo: Gyldendal.

Kale E and Hjelde KH. Mental health challenges of immigrants in Norway, 2017. Knapstad M, Nordgreen T and Smith ORF. Prompt mental health care, the Norwegian version of IAPT: Clinical outcomes and predictors of change in a multicenter cohort study. BMC psychiatry 2018; 18: 260-260. DOI: 10.1186/s12888-018-1838-0.

[Kirmayer et al. \(2020\) Update on the cultural formulation intervju. Psychiatry Online. https://doi.org/10.1176/appi.focus.20190037](https://doi.org/10.1176/appi.focus.20190037)

Kulturformuleringsintervju (2020) <https://rop.no/kartleggingsverktøey/kulturformuleringsintervjuet-kfi/>

Lov om pasient- og brukerrettigheter (pasient- og brukerrettighetsloven) <https://lovdata.no/dokument/NL/lov/1999-07-02-63>

Lovdata (2011) Forskrift om rett til helse- og omsorgstjenester til personer uten fast opphold i riket

MacFarlane, A. & Lionis, C. (2019). Community participation in primary health care: Meaningful involvement of migrants. B.N. Kumar, E. Diaz (Red), Migration health. A primary care perspective (s. 283-295)

MacFarlane, A.. & Lionis,, C. (2019). Community participatoin in primary health care: Meaningful iinvolvement of migrants. Migrant health, a primary care perspective

Markova V, Sandal GM, Guribye E. What Do Immigrants From Various Cultures Think Is the Best Way to Cope With Depression? Introducing the Cross-Cultural Coping Inventory. Front Psychol. 2020;11:1599. Street RL Jr, O'Malley KJ, Cooper LA, Haidet P. Understanding concordance in patient-physician relationships: personal and ethnic dimensions of shared identity. Ann Fam Med. 2008;6(3)

Mbanya VN, Terragni L, Gele AA, et al. Access to Norwegian healthcare system – challenges for sub-Saharan African immigrants. International Journal for Equity in Health 2019; 18: 125. DOI: 10.1186/s12939-019-1027-x

Mirabsen, L. & Kung, W. C. (2017) Flyktninger i traumebehandling. Klienterfaringer og terapeututfordringer. Universitetet i Oslo

Munthe-Kaas, H. M. et.al. (2018). A systematic review: Effect of health equity tools for immigrants. Norwegian Institute of Public Health

Opaas, M. & Varvin, S. (2015). Relationships of childhood adverse experiences with mental health and quality of life at treatment start for adult refugees traumatized by pre-flight experiences of war and human rights violations. Journal of Nervous and Mental Disease, 203 (9), 684-695)

Regjeringen.no (2016) <https://www.regjeringen.no/no/aktuelt/sdg/id2505400/>

Robertshaw, L., Dhesi, S., and Jones, L. L. (2017). Challenges and facilitators for health professionals providing primary healthcare for refugees and asylum seekers in high-income countries: a systematic review and thematic synthesis of qualitative research. BMJ Open 7:e015981. doi: 10.1136/bmjopen-2017-01 5981

Scheppers et. al (2006). Potential barriers to the use of health services among ethnic minorities: a review. Family Practice, 23(3), 325-348

Shannon, P., O'Dougherty, M., & Mehta, E. (2012). Refugees' perspectives on barriers to communication about trauma histories in primary care. *Mental health in family medicine*, 9(1), 47–55.

Skjeldal, E. (2017) Individuell plan er lovpålagt. <https://erfaringskompetanse.no/nyheter/individuell-plan-lovpalagt/>

[Statistisk Sentralbyrå \(2020\) Befolkning: Innvandrere; https://www.ssb.no/befolkning?de=Innvandrere](https://www.ssb.no/befolkning?de=Innvandrere)

Straiton, et.al (2019). Levekårsundersøkelsen blant innvandrere i Norge 2016. Folkehelseinstituttet.

Straiton, Reneflot, & Diaz, E. (2017) Mental health of refugees and non-refugees from war-conflic countries: Data from primary healthcare services and the Norwegian prescription database, *Journal of Immigrant and Minority Health*, 19, 582-589

United Nations (2004) Istanbul protocol (Professional training series 8/1)

Varvin, S. (2018). Flyktningers psykiske helse. Oslo: Universitetsforlaget

Wegdan, H. et al (2019). Two interventions to treat pain disorders and post-traumatic symptoms among Syrian refugees: protocol for a randomized control trial

WHO (1948) Constitution. World Health Organization, Geneva

World Health Organizatoin (2016) Group interpersonal therapy (IPT). <https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/250219/WHO-MSD-MER-16.4-eng.pdf>

Wylie, L., Van Meyel, R., Harder, H., Sukhera, J., Luc, C., Ganjavi, H., et al. (2018). Assessing trauma in a transcultural context: challenges in mental health care with immigrants and refugees. *Public Health Rev.* 39:22. doi: 10.1186/s40985-018-0102-y

[FNs Bærekraftsmål \(2020\) https://www.fn.no/om-fn/fns-baerekraftsmaal/god-helse-og-livskvalitet](https://www.fn.no/om-fn/fns-baerekraftsmaal/god-helse-og-livskvalitet)

§ 4-1. Individuell plan. (2020) https://lovdata.no/dokument/SF/forskrift/2011-12-16-1256/KAPITTEL_5#%C2%A717

34: 1273-1302. <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC1089079/>

Abebe, D. S., Lien, L. & Elstad, J. I. (2017) Immigrant`s utilization of specialist mental healthcare according to age, country of origin, and migration history: a national-wide register study in Norway. *Social Psychiatry Epidemiology*, 52, 679-687

Abubakar, I., et al. (2018) The UCL-Lancet comission on migration and health: the health of a world on the move. *The Lancet*, 392/10164, 2606-2654, 2018

Society and workplace diversity research group

Faculty of Psychology, University of Bergen

