

## Påstander til "Ungdomstid og familie"

<b>Påstand</b> Kjærlighet er ikke avgjørende for om man skal få et godt ekteskap.	<b>Påstand</b> Det er riktig at foreldrene skal bestemme hvem barna skal gifte seg med.
<b>Påstand</b> Det er riktig at barna skal bli hørt før de voksne tar avgjørelser som angår dem.	<b>Påstand</b> Det er riktig at norske jenter er «lette på tråden».
<b>Påstand</b> Det er mest kriminelle, narkomane eller norsk ungdom som har problemer som oppholder seg i det offentlige rom som på busstasjoner, ved kiosker osv. på kveldstid.	<b>Påstand</b> Norske ungdommer drikker for mye.
<b>Påstand</b> Det er greit å drikke alkohol for å komme inn i det norske ungdomsmiljøet.	<b>Påstand</b> Det er riktig at jenter har strengere regler enn gutter.

## Påstander ”Retur”

<p>Påstand:</p> <p>Det er viktig å snakke om retur før vi vet om vi får innvilget beskyttelse (asyl) i Norge</p>	<p>Påstand:</p> <p>Dersom det er fred hjemme vil det være bedre for meg å bo i mitt hjemland enn i Norge</p>
<p>Påstand:</p> <p>Dersom jeg/ min familie får avslag er det bedre å gjemme seg enn å bli sendt ut av Norge</p>	<p>Påstand:</p> <p>Det at Norge gir penger til de som har fått endelig avslag fører til at flere reiser hjem frivillig</p>
<p>Påstand:</p> <p>Det er viktig å tilegne seg mest mulig kompetanse mens vi er i Norge uansett om vi får bli værende eller må reise hjem</p>	<p>Påstand:</p> <p>Det er riktig at de mottaksansatte ikke diskuterer asylsaken med oss som bor i mottak</p>
<p>Påstand:</p>	<p>Påstand:</p>
<p>Påstand:</p>	<p>Påstand:</p>

## HJEMLANDSFOKUS

<p>Påstand:</p> <p>Det er viktig å ta vare på min kultur og tradisjoner også nå når jeg er i Norge</p>	<p>Påstand:</p> <p>Nå som jeg er i Norge må jeg bli helt norsk</p>
<p>Påstand:</p> <p>Vi kan aldri glemme hvor vi kommer fra</p>	<p>Påstand:</p>
<p>Påstand:</p>	<p>Påstand:</p>
<p>Påstand:</p>	<p>Påstand:</p>

## HELSE

<p>Påstand:</p> <p>Det er bra at den norske regjeringen kommer med kostholdsråd</p>	<p>Påstand:</p> <p>Man kan ikke drive fysisk trening uten treningsklær</p>
<p>Påstand:</p> <p>Dersom du ikke vasker godt på kjøkkenet før og imens du lager mat kan du bli syk</p>	<p>Påstand:</p> <p>Det er greit å bruke samme klut på kjøkkenbenken som på gulvet når du skal vaske</p>
<p>Påstand:</p> <p>Driver du med fysisk aktivitet og spiser sunn mat blir du aldri syk</p>	<p>Påstand:</p>
<p>Påstand:</p> <p>Alle kan få en livsstilssykdom hvis de ikke tar vare på kroppen sin</p>	<p>Påstand:</p> <p>Det er best å snakke om vonde minner for da vil de forsvinne</p>

## Påstander ”Asylprosessen”

<p>Påstand:</p> <p>Alle som kommer til Norge bør ha rett til å få beskyttelse (asyl)</p>	<p>Påstand:</p> <p>Det er fornuftig at mottaksansatte ikke kan hjelpe med asylsaken</p>
<p>Påstand:</p> <p>Det er riktig at de som har søkt asyl i ett land må sendes tilbake til dette første landet.</p>	<p>Påstand:</p> <p>Det er bra at barn og unge som bor på asylmottak har plikt til å gå på skolen</p>
<p>Påstand:</p> <p>Det er bra at enslige mindreårige har en hjelpeverge som kan ivareta deres rettigheter her i Norge</p>	<p>Påstand:</p> <p>Menneskesmuglere er gode mennesker fordi de hjelper mennesker som flykter</p>
<p>Påstand:</p> <p>Det er greit å jobbe svart/ulovlig dersom en ikke får arbeidstillatelse</p>	<p>Påstand:</p> <p>Det er riktig at ikke alle får opphold; at noen må reise hjem fordi det ikke er plass til alle i Norge</p>
<p>Påstand:</p>	<p>Påstand:</p>

Vedlegg 16  
**RETUR**

<p>Påstand:</p> <p>Det er viktig å snakke om retur</p>	<p>Påstand:</p> <p>Det er bedre å returnere med IOM enn med politiet</p>
<p>Påstand:</p> <p>Dersom det er fred hjemme vil det være bedre for meg å bo i mitt hjemland enn i Norge</p>	<p>Påstand:</p> <p>Det at IOM og Norge gir penger til de som har fått endelig avslag fører til at flere reiser hjem frivillig</p>
<p>Påstand:</p>	<p>Påstand:</p>
<p>Påstand:</p>	<p>Påstand:</p>

## HJEMLANDSFOKUS

<p>Påstand:</p> <p>Det er viktig å ta vare på min kultur og tradisjoner også nå når jeg er i Norge</p>	<p>Påstand:</p> <p>Nå som jeg er i Norge må jeg bli helt norsk</p>
<p>Påstand:</p> <p>Vi kan aldri glemme hvor vi kommer fra</p>	<p>Påstand:</p>
<p>Påstand:</p>	<p>Påstand:</p>
<p>Påstand:</p>	<p>Påstand:</p>

## HELSE

<p>Påstand:</p> <p>Det er bra at den norske regjeringen</p>	<p>Påstand:</p> <p>Man kan ikke drive fysisk trening</p>
---	--

kommer med kostholdsråd	uten treningsklær
<p>Påstand:</p> <p>Dersom du ikke vasker godt på kjøkkenet før og imens du lager mat kan du bli syk</p>	<p>Påstand:</p> <p>Det er greit å bruke samme klut på kjøkkenbenken som på gulvet når du skal vaske</p>
<p>Påstand:</p> <p>Driver du med fysisk aktivitet og spiser sunn mat blir du aldri syk</p>	<p>Påstand:</p>
<p>Påstand:</p> <p>Alle kan få en livsstilssykdom hvis de ikke tar vare på kroppen sin</p>	<p>Påstand:</p> <p>Det er best å snakke om vonde minner for da vil de forsvinne</p>



## Metodebeskrivelser

### 1. Situasjonsdiagram – mitt dagligliv (Vedlegg 18)

Dette diagrammet er blitt brukt både individuelt og i grupper. Her skal de krysse av for hvordan en dag pleier å være fra morgen når de står opp til de skal ta kvelden. Som oftest har gruppen villet sammenligne og snakke om hva som er forskjellig og hva som er likt. Det har også vært praksis å gi råd om hva de kan gjøre med de situasjonene som gjør dem spesielt dårlige. Det er også viktig å merke seg dem som har krysset av mange situasjoner hvor de har det veldig dårlig. Kanskje er de deprimerte?

### 2. Hjemme – her – hvor stor er avstanden? (Vedlegg 19)

Dette skjema er laget for unge som har vært i landet en stund, men vi har også erfaringer med at det har slått an hos dem som bare har vært i landet noen måneder. Det er opp til kursleder å vurdere om det fungerer eller om det skal legges til side. Skjemaset handler om hvor store forskjeller de finner for de ulike temaene når de sammenligner hjemlandet med det de har oppfattet av det norske samfunnet. Det er mulig at det ville passe best til modulen om samfunn og verdier som kommer mot slutten av informasjonskurset. Den enkelte kursholder må føle seg fri til å korte det ned og bare bruke noen få tema, eller velge noen andre aktuelle.

### 3. Sirkelmetoden (Vedlegg 20)

Sirkelmetodene har vært mye brukt i traumegrupper i mottak som en enkel inngang til å snakke om vanskelige og skremmende tema. Ofte viste det seg at det fremmet kommunikasjon om andre tema også. Den mest anvendelige instruksjonen for å få i gang en viktig samtale var denne: Her er en sirkel. Vi ber deg dele den i tre alt etter hvor mye trist, redd og sint du føler deg nå for tiden. Vi kaller det kakeinndeling. Det største stykket skal gå til den følelsen som er sterkest hos deg nå for tiden. Den nest største til nr2 og den siste og minste delen til den følelsen som er minst dominerende. Altså hvor mye føler du at du er trist, redd eller sint.

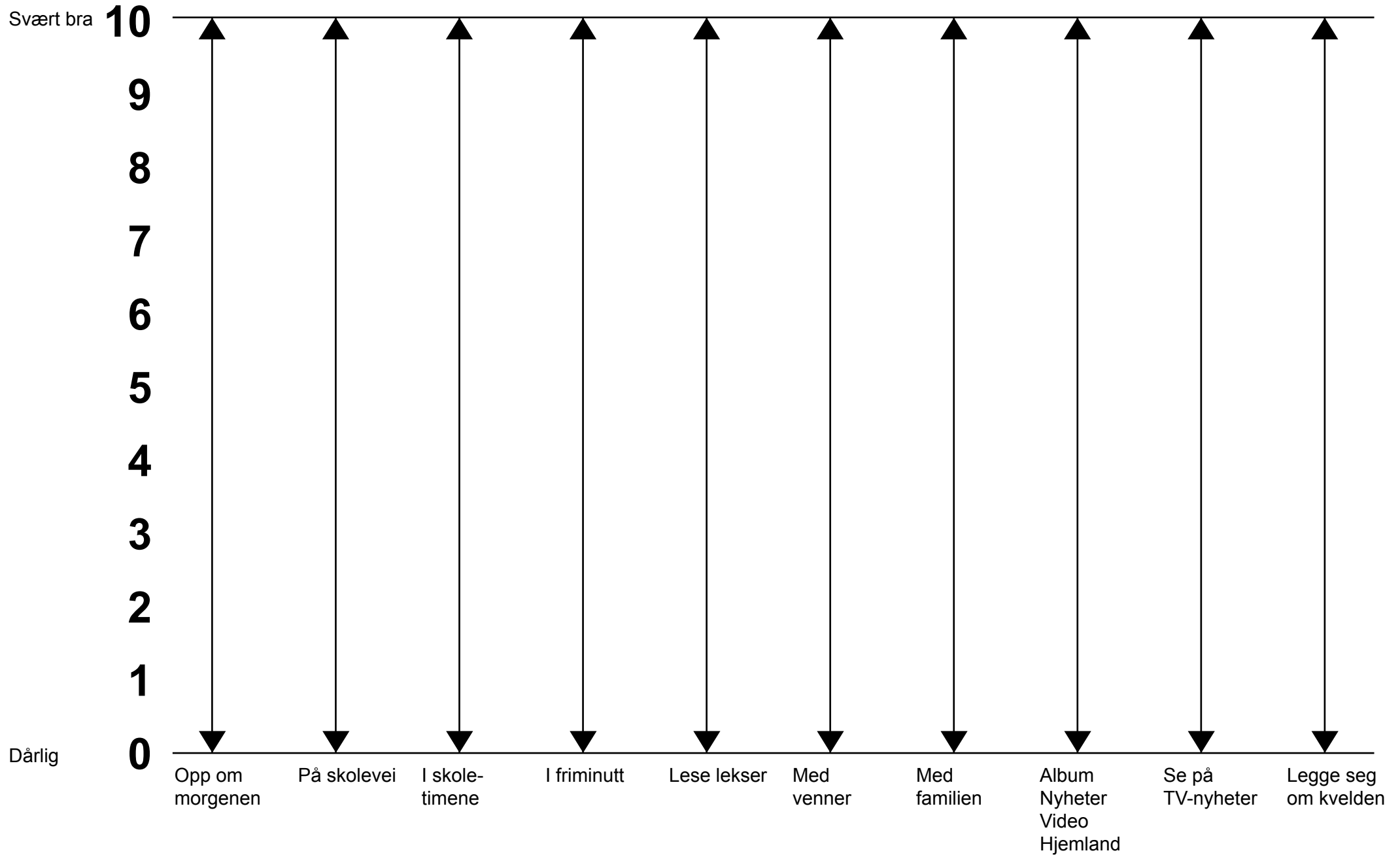
### 4. Hvordan har du det? (Vedlegg 21)

Denne metoden består av et enkelt søylediagram fra null til ti. her blir de bedt om å svare på hvordan de har det nå for tiden. De kan krysse på null som er veldig dårlig. Alt under fem er egentlig dårlig. Over fem begynner det å bli ganske bra og fra åtte og oppover er det veldig bra. I samtalegrupper for barn er dette blitt brukt i starten av hver samling som innledning til samtale. De som vil oppgir hvor de har krysset av og så kan man spørre om de vil si noe mer om hvorfor. Særlig viktig har det vært dersom de har satt krysset på de nederste tallene.

### 5. Lag en fortelling – bilde (Vedlegg 22)

Vi har fått en fotograf til å ta bilder av forskjellige situasjoner og sinnsstemninger og fremkalt de slik at de egner seg for fargelegging. Hvis de er gode til å skrive blir de bedt om å lage en fortelling til bildet. De kan starte med hva som har hendt, og fortsette med hva som skjer. Kursleder kan velge tema til bildet ved å si at det handler om noe viktig, noe trist, noe gledelig, alt ettersom det passer for bildet. Man kan også velge å si at personene på bildet snakker om eller tenker på avslag. Hovedpoenget med billedfortellingene er hjelp til å sette ord på vanskelige tema, og nå handler det ikke direkte om dem. De fleste vil gjerne fortelle hva de har skrevet eller tenkt, noen vil det ikke, og det må kursholder selvfølkelig ta hensyn til.

# Situasjonsdiagram - Mitt dagligliv



## Hvor stor er avstanden?

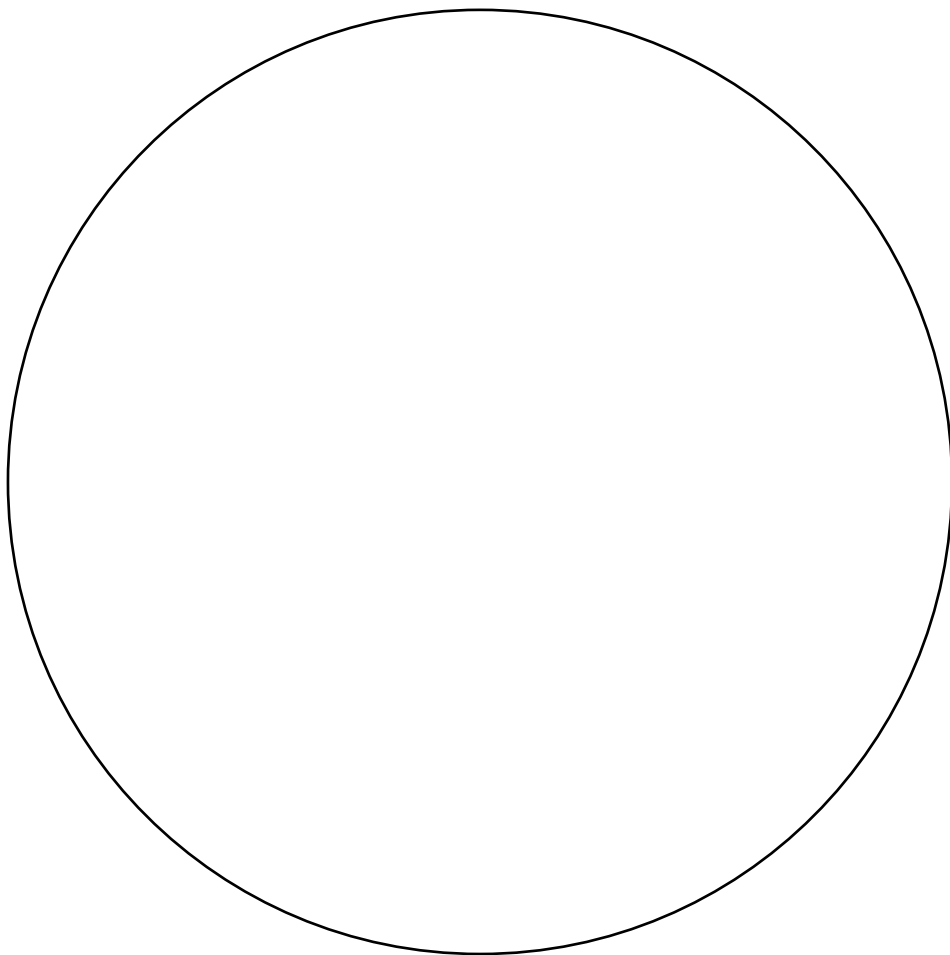
	Liten					Stor					
Hjemme	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	Her
Religion	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
Skole	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
Kjønn	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
Mann	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
Kvinne	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
Sex	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
Barn	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
Ungdom	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
Familie	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
Eldre	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
Politikk	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
Omsorg	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
Sorg	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	

## Hvor mye tenker du på:

At det verste kunne ha hendt

eller

at du er heldig som overlevde?



Del sirkelen med den største delen for det du tenker mest på og den minste delen for det du tenker minst på.

## Slik jeg har det nå:

topp

10

-

-

-

9

-

-

-

8

-

-

-

7

-

-

-

6

-

-

-

5

-

-

-

4

-

-

-

3

-

-

-

2

-

-

-

1

-

-

-

0

middels

bunn



Afhansk01.jpg



Afhansk02.jpg



Afhansk03.jpg



Afhansk04.jpg



Afhansk05.jpg



Afhansk06.jpg



Afhansk07.jpg



Afhansk08.jpg



Afhansk09.jpg



Afhansk10.jpg



Afhansk11.jpg



Afhansk12.jpg



Afhansk13.jpg



Afhansk14.jpg



Afhansk15.jpg



Afhansk16.jpg



Afhansk17.jpg



Afhansk18.jpg



Afhansk19.jpg



Afhansk20.jpg



Afhansk21.jpg



Afhansk22.jpg



Afhansk23.jpg



Afhansk24.jpg



Afhansk25.jpg



Afhansk26.jpg



Afhansk27.jpg



Afhansk28.jpg



Afhansk29.jpg



Afhansk30.jpg



Afhansk31.jpg



Afhansk32.jpg



Afhansk33.jpg



Afhansk34.jpg



Afhansk35.jpg



Afrikansk01.jpg



Afrikansk02.jpg



Afrikansk03.jpg



Afrikansk04.jpg



Afrikansk05.jpg



Afrikansk06.jpg



Afrikansk07.jpg



Afrikansk08.jpg



Afrikansk09.jpg



Afrikansk10.jpg



Afrikansk11.jpg



Afrikansk12.jpg



Afrikansk13.jpg



Afrikansk14.jpg



Afrikansk15.jpg



Afrikansk16.jpg



Afrikansk17.jpg



Afrikansk18.jpg



Afrikansk19.jpg



Afrikansk20.jpg



OstEuropeisk01.jpg



OstEuropeisk02.jpg



OstEuropeisk03.jpg



OstEuropeisk04.jpg



OstEuropeisk05.jpg





OstEuropeisk06.jpg



OstEuropeisk07.jpg



OstEuropeisk08.jpg



OstEuropeisk09.jpg



OstEuropeisk10.jpg



OstEuropeisk11.jpg



OstEuropeisk12.jpg



OstEuropeisk13.jpg



OstEuropeisk14.jpg



OstEuropeisk15.jpg



OstEuropeisk16.jpg



OstEuropeisk17.jpg



OstEuropeisk18.jpg



OstEuropeisk19.jpg



OstEuropeisk20.jpg



OstEuropeisk21.jpg



OstEuropeisk22.jpg



OstEuropeisk23.jpg



OstEuropeisk24.jpg



Sornalia 1.jpg



Somalia 2.jpg



Somalia 3.jpg



Somalia 4 B.jpg



Somalia 4.jpg



Somalia 5 B.jpg



Somalia 5.jpg



Somalia 6 B.jpg



Somalia 6.jpg



Somalia 7.jpg



Somalia 8.jpg



Somalia 9.jpg



Somalia 11.jpg



Somalia 12.jpg



Somalia 13.jpg



Somalia 14.jpg



Somalia 15.jpg



Somalia 16.jpg



Somalia 17.jpg



Somalia 18.jpg



Somalia 19.jpg



Somalia 20 .jpg



Somalia 21 .jpg



Somalia 22 .jpg



Somalia 23 .jpg



Somalia 24 .jpg



Somalia 25 B .jpg



Somalia 26 .jpg



Somalia 27 .jpg



Somalia 28 .jpg



Somalia 29 .jpg



SomaliskAleneFlykt1 .jpg



SomaliskAleneFlykt2 .jpg



SomaliskAleneFlykt3 .jpg



SomaliskAleneFlykt4 .jpg



SomaliskAleneFlykt5 .jpg



SomaliskAleneFlykt5 .jpg

## Del A

Mottakssamtale for barn og unge som kommer med familie

---

### MOTTAKSSAMTALE

**MOTTAK OG AVDELING:** \_\_\_\_\_

**NAVN:** \_\_\_\_\_ **SAMTALEANSVARLIG:** \_\_\_\_\_

**DATO:** \_\_\_\_\_ **TOLK:** \_\_\_\_\_

---

Ungdommen tilbys te, kakao, kaffe eller lignende.

#### INFORMASJON OM BOTILBUD OG MOTTAKET:

Å bo på asylmottak er frivillig, og det innebærer både rettigheter og plikter. Rettigheter som penger, skole og aktiviteter. Plikter som å følge husregler, møte til avtaler, delta i vasking av fellesarealer og på dugnad. Du skal bo på mottaket mens du venter på svar på din asylsøknad. Det kan ta opp til ett år.

Det mottaket du bor på, har plass til \_\_\_\_ beboere. Det er \_\_\_\_ ulike avdelinger på mottaket. En avdeling for voksne som heter Forsterket avdeling (FA). Her bor det voksne som har fysiske problemer, det vil si at de for eksempel sitter i rullestol eller er blinde, og voksne som har psykiske problemer. En avdeling for enslig mindreårige (EM). Avdelingen er for ungdommer mellom 15 og 18 år. Alle som bor på avdelingen, har kommet til Norge uten foreldre. En ordinær avdeling for voksne, både enslige og med familie. Du hører til denne avdelingen.

#### Ansatte:

Ansatte ved ordinær avdeling jobber kun dagtid fra kl. 08.30 til 16.00.

Blant de ansatte er det mange flerspråklige, vi har mer enn \_\_\_\_ forskjellige språk i personalgruppa. Tolk brukes ved behov. De ansatte har ulike ansvarsområder: informasjonsansvarlig, romansvarlig, vaktmester, bosettingsansvarlig, og ansvarlig for barn og unge. *Avdelingsleder:* \_\_\_\_\_

Alle ansatte har taushetsplikt. Taushetsplikt betyr at vi ikke har lov til å fortelle personlige opplysninger om deg uten at du er enig (samtykke).

#### Presentasjon av avdelingens aktiviteter og tilbud:

*(Her må dere selv fylle ut det aktivitetstilbudet dere tilbyr.)*

Du kan selv komme med forslag til aktiviteter. Hva liker du?

#### Husregler:

## Del B

### Mottakssamtale for enslige mindreårige:

---

#### MOTTAKSSAMTALE

MOTTAK OG AVDELING: \_\_\_\_\_

NAVN: \_\_\_\_\_ SAMTALEANSVARLIG: \_\_\_\_\_

DATO: \_\_\_\_\_ TOLK: \_\_\_\_\_

---

Den enslige mindreårige tilbys te, kakao, kaffe eller lignende.

#### INFORMASJON OM BOTILBUD OG MOTTAKET:

Å bo på asylmottak er frivillig, og det innebærer både rettigheter og plikter. Rettigheter som penger, skole og aktiviteter. Plikter som å følge husregler, møte til avtaler, delta i vasking av fellesarealer og på dugnad. Du skal bo på mottaket mens du venter på svar på din asylsøknad. Det kan ta opp til ett år.

Det mottaket du bor på, har plass til \_\_\_\_ beboere. Det er \_\_\_\_ ulike avdelinger på mottaket. En ordinær avdeling for voksne. En avdeling for voksne som heter Forsterket avdeling (FA), der det bor voksne som har fysiske problemer, det vil si at de for eksempel sitter i rullestol, eller er blinde, og voksne som har psykiske problemer. En avdeling for enslig mindreårige (EM), som er denne avdelingen der du skal bo.

EM-avdelingen har plass til 30 ungdommer mellom 15 og 18 år. Alle som bor på avdelingen, har kommet til Norge uten foreldre.

#### Ansatte:

Avdelingen har ansatte på jobb hele døgnet, dag – kveld– natt. Avdelingsleder \_\_\_\_\_ jobber på dagtid. De andre ansatte jobber dag og kveld. Avdelingen har egne nattevakter som er våkne på natta.

Blant de ansatte er det mange flerspråklige, vi har mer enn \_\_\_\_ forskjellige språk i personalgruppa. Tolk brukes ved behov.

Alle ansatte har taushetsplikt. Taushetsplikt betyr at vi ikke har lov til å fortelle personlige opplysninger om deg uten at du er enig (samtykke).

Alle ungdommene på avdelingen har sin egen særkontakt. En særkontakt er din faste kontakt blant de ansatte. Selv om særkontakten har et spesielt ansvar for deg, kan du også få hjelp av de andre ansatte som er på jobb.

Din særkontakt er: \_\_\_\_\_

De ansatte på jobb har ulike ansvarsområder: aktivitetsansvarlig, informasjonsansvarlig, menneskehandelansvarlig, fadderansvarlig, økonomiansvarlig, skoleansvarlig, bosettingsansvarlig, vaskeansvarlig (*legg til flere eller endre*).

### **Presentasjon av avdelingens aktiviteter og tilbud:**

*(Her må dere selv fylle ut det aktivitetstilbudet dere tilbyr.)*

Du kan selv komme med forslag til aktiviteter. Hva liker du?

### **HUSREGLER:**

På \_\_\_\_\_ mottakssenter bor det mennesker med forskjellig nasjonalitet, språk, kultur og religion. For at alle skal ha det best mulig, er det viktig at både ansatte og dere som bor her, viser hensyn og respekt overfor hverandre. Derfor har vi det som vi kaller husregler.

Ungdommene velger en ungdomsrepresentant, som er den personen som skal ta opp saker som dere ønsker skal tas opp med lederen.

Rommene skal holdes rene. Vi har romsjekk hver \_\_\_\_\_, da sjekkes bl.a. vask og om dere har mat i kjøleskapet. Når du flytter ut, skal rommet være like fint som da du flyttet inn. (*Gi info om vaskelisteordning, hva som vaskes, pengetrekk og bytting etc.*). Vasking skal være mellom kl. \_\_\_\_\_ og kl. \_\_\_\_\_. Alle har i tillegg ansvar for å rydde etter seg på kjøkkenet, tørke av benker og vask. Ved fellesmåltider må du alltid huske å rydde etter deg. Ungdommene har ansvar sammen med ansatte når det er fellesmåltid.

### **Besøk og innetider:**

Når du skal på skole neste dag: være på avdelingen innen kl. 22.30. Ro på avdelingen kl. 23.00. Stue er åpen til 22.30. Fredag og lørdag: være på avdelingen innen kl. 24.00. Ro på avdelingen kl. 24.00. Stue er åpen til kl. 01.30 i helgene, kjøkken til kl. 00.00.

Besøkende må forlate avdelingen kl. 22.30 på hverdager og søndager, kl. 23.30 på fredager og lørdager. Når du får besøk, skal den besøkende melde sin ankomst på kontoret. Personalet har ansvaret for å registrere den besøkende på besøkslisten. Den besøkende skal også gi beskjed når han/hun går fra avdelingen. Du har ikke lov til å ha overnattingsgjester på rommet ditt.

### **Rom:**

Det rommet du bor på nå, er et enerom/dobbelrom (*stryk det som ikke passer*). Dersom du bor på et dobbelrom, må du regne med at du snart må dele rom med en annen jente/gutt (*stryk det som ikke passer*). Det kan også være at du må bytte rom i løpet av den tiden du er her på EM. Det er de ungdommene som har vært her lengst, som kommer først i køen for å få

enerom. EM-avdelingen er bare for ungdom under 18 år. Dersom du fremdeles bor på \_\_\_\_\_ mottak når du fyller 18 år, vil du bli overflyttet til en ordinær avdeling hvor de voksne bor.

*(OBS: Det er viktig at vi legger vekt på dette punktet i mottakssamtalen!)*

**Nøkkel:** For å få nøkkel til rommet ditt betaler du 100 kroner i depositum. Disse pengene må du betale når du får ukepenger ved første utbetaling. Når du flytter fra avdelingen, vil du få disse pengene tilbake. Dersom du mister nøkkelen til rommet ditt, må du betale 100 kroner for å få ny nøkkel. Du får ikke disse pengene tilbake.

**Brann:** Når brannalarmen går, skal ALLE ut av bygningen umiddelbart. Dersom du er på rommet ditt, så skal du lukke vinduet før du går ut. Alle på EM skal møte \_\_\_\_\_. Det er viktig at alle samles der slik at vi som jobber her, får en oversikt over hvem som har kommet seg ut. Vent ute på \_\_\_\_ til dere får beskjed av en ansatt på EM om å gå inn igjen. Det er ikke lov å leke med brannslukningsapparater. Trappeoppgangene er rømningsveier dersom det skulle begynne å brenne, så det er viktig at ingenting sperrer veien. Gjenstander som bord, stoler, søppelsekker etc. skal derfor aldri stå i trappen.

**DVD/PC:** *(fyll inn individuelle rutiner/regler)*

**Alkohol:** Det er ikke lov å bruke alkohol eller andre rusmidler. Etter norsk lov må personer være over 18 år for å kjøpe øl eller vin og over 20 år for å kjøpe brennevin.

**Røyk:** Det er ikke lov å røyke inne på offentlige steder i Norge, heller ikke på mottaket. En må være 18 år for å få kjøpe tobakk i Norge. Dersom noen røyker inne på mottaket, får de trekk i utbetaling, da røyking inne er brudd på husregler.

Seksuell omgang er ikke lov for enslige mindreårige innenfor avdelingen eller på mottaket. Når noen oppholder seg på samme rom, må døra være åpen.

*Hvis det oppstår konflikter, søk alltid råd og hjelp hos personalet.*

**Permisjon:**

Hvis du skal overnatte hos andre, må du søke permisjon på kontoret. Du må alltid oppgi adresse og navn til dem du besøker. Ansatte vil ta kontakt med dem du skal besøke. Det er ikke lov å søke permisjon til utlandet. Ved ulovlig fravær blir det trukket 110 kroner pr. dag av dine lommepenger. Det er ikke tillatt å ha permisjon hos andre beboere på mottaket. Du kan ikke ringe og be om permisjon, men må møte opp på kontoret. Disse reglene har vi fått av UDI for at vi alltid skal vite hvor dere er, og at dere er i trygge hender. Dette er viktig for å sikre at dere ikke blir utsatt for noe kriminelt.

**Buss:**

UDI dekker busskort for de som går på skole. Må fornyes hver måned. Ikke lov å låne bort busskortet! (Blir du tatt, må du betale 700 kroner). Busstasjonen i \_\_\_\_\_ heter \_\_\_\_\_. Det er

ikke bra å oppholde seg der lenge (narkomane, mye bråk). Bruk heller biblioteket, \_\_\_\_\_ og \_\_\_\_\_.

**Helse:**

*(De enkelte mottakene har ulikt tilbud, noen har en helseavdeling på mottaket, andre har en helsetjeneste i kommunen utenfor mottaket. Her må dere legge inn den informasjonen som passer til det tilbudet mottaket har.)*

**Økonomi:**

Alle under 18 år får utbetalt kr 713,50 i uken. Du får et kontantkort sammen med en pinkode. Pinkoden må holdes hemmelig og adskilt fra kortet. Økonomiavdelingen setter inn kr 713,50 hver uke. Du må signere en egenerklæring til banken når du får kortet. Dette er en kontrakt mellom deg og banken. Kortet kan brukes i perioden du bor på mottak. Kortet kan brukes i hele Norge, i butikkene for å handle, for å betale helseutgifter til fastlege, legevakten og medisiner på apoteket. Du kan ta ut kontanter i matbutikker uten gebyr så lenge det er penger på kortet. Maks grense pr. uttak i de fleste butikker er 1000 kroner, men i Kiwi-butikkene opp til 5000 kroner. Kontant kan også tas ut i minibanker uten gebyr to ganger i måneden så lenge det er penger på kortet. Kontantkortet er ikke knyttet til «normal» bankkonto og kan derfor ikke benyttes som lønnskonto. Beboere kan ikke sette inn penger. Hvis du mister kortet, må du gi beskjed til økonomikonsulenten, som sperrer kortet og bestiller nytt. Det tar cirka 10 arbeidsdager. Egenandelen er 100 kroner. Saldo blir overført til nytt kort. Taster du inn feil pinkode 3 ganger etter hverandre i minibank, blir kortet avvist i 24 timer, men kan fortsatt brukes for å ta ut penger i butikken. Hvis du mister eller glemmer pinkoden, må du gi beskjed til økonomikonsulenten, som da gir deg nytt kort. Det koster 100 kroner.

Pengene må brukes til mat, klær, medisiner, lege etc. Vi kan hjelpe deg med å spare penger på kontoret dersom du ønsker dette.

**Mat:**

*(Mat stiller seg også ulikt fra avdeling til avdeling – sett inn deres rutiner her.)*

**Individuell og kartleggingsplan:**

Alle som bor på EM, skal sammen med særkontakten lage en plan som heter Individuell kartleggingsplan (IKP). Det er en omfattende rapport som handler om deg selv. De opplysningene du oppgir i IKP, er frivillig. Hensikten med IKP er bl.a. å bli godt kjent med deg. Dersom du får opphold, sendes IKP til IMDi og bosettingskommunen slik at de kan finne et botilbud som passer for deg.

**Hjelpeverge:**

Når man er under 18 år, er man i Norge regnet som barn. Alle asylsøkere under 18 år som kommer hit uten foreldre, får derfor oppnevnt en hjelpeverge. Hjelpevergen er en juridisk erstatning for dine foreldre. Han/hun skal tale din sak og har myndighet til å skrive under på dine papirer på offentlige kontor. Hjelpevergen får ikke betalt for oppgaven.

**Informasjon:**



På EM har vi husmøter annenhver uke, hvor alle ungdommene bør delta. På disse møtene tar vi opp saker som angår hverdagen på EM, for eksempel aktuelle aktiviteter. Både ansatte og ungdommer deltar og kommer med innspill.

### **Skolegang:**

Skolen er obligatorisk, ulovlig fravær fra skolen kan føre til at du mister skoleplassen. Dersom du er borte fra skolen fordi du er syk, må skolen få beskjed med en gang. Du må da også være hjemme på ettermiddagen og kvelden. Du må gi fra deg busskortet de dagene du er borte (sykdom) fra skolen. Har du avtaler (tannlege, lege, helse, mottaket m.m.), må du få en fraværslapp fra \_\_\_\_\_ som sitter i resepsjonen på skolen, eller fra din lærer. Denne lappen må den du har en avtale med fylle ut og stemple, da får du gyldig fravær.

### **Skole, fritidsaktiviteter og kurset «Ung i Norge»**

Neste gang vi møtes, skal vi fortelle deg mer om det norske skolesystemet, om lokalsamfunnet vårt, og om et informasjonsprogram fra UDI som heter «Ung i Norge». Alle i mottak mellom 12 og 18 år skal gjennomgå dette programmet som er laget som et kurs. Hensikten med dette kurset er at dere skal bli kjent med de rettighetene dere har som asylsøkere, hvilke plikter dere har, og ikke minst få mer kunnskap om det norske samfunnet.

Her har du et skriv på ditt eget språk som forteller om dette kurset (vedlegg C). Dette skrivet kan du sette inn i arbeidsboken.

HAR MOTTATT INFORMASJON: \_\_\_\_\_

HAR GITT INFORMASJON: \_\_\_\_\_

## **VIKTIGE TELEFONNUMMER, ADRESSE OG ANNEN INFORMASJON**

**(Gis til ungdommen)**

Adressen til mottaket:

Telefon:

Kontor:

Vakttelefon:

Penger

Post

Hentes på hovedkontoret hverdager (mandag til fredag) mellom 08:00 og 15:30.

Posten er merket med registreringsnummeret ditt og ikke navnet.

Ditt registreringsnummeret er: \_\_\_\_\_ (fylles ut av ansatt)

Vaskeri

Ligger i kjelleren. Åpningstider er mandag til fredag: 09:00–12.00 og 13.00–16.00.

Obs: Dere må kjøpe vaskemiddel selv.

Politi: 112

Brann: 110

Ambulanse: 113

Mottakssamtale for ungdom med familie:

På \_\_\_\_\_ mottakssenter bor det mennesker med forskjellig nasjonalitet, språk, kultur og religion. For at alle skal ha det best mulig, er det viktig at både ansatte og dere som bor her, viser hensyn og respekt overfor hverandre. Derfor har vi det som vi kaller husregler.

**Renhold:** Rommene/leilighetene skal holdes rene. Når dere flytter ut, skal rommet/leiligheten være like fin som da dere flyttet inn. (*Gi info om vaskelisteordning, hva som vaskes, pengetrekk og bytting etc.*) Vasking skal være mellom kl. \_\_\_\_\_ og kl. \_\_\_\_\_. Alle har i tillegg ansvar for å rydde etter seg på kjøkkenet, tørke av benker og vask.

Det skal være rolig på hele mottaket kl. 23.00–06.00. Det betyr at det ikke skal spilles høy musikk eller annet støy som forstyrrer andre.

**Rom:**

(*OBS: Det er viktig at vi legger vekt på dette punktet i mottakssamtalen!*)

**Nøkkel:**

**Brann:** Når brannalarmen går, skal ALLE ut av bygningen umiddelbart. Dersom du er på rommet ditt, så skal du lukke vinduet før du går ut. Alle på skal møte opp ved \_\_\_\_\_. Det er viktig at alle samles der slik at vi som jobber her, får en oversikt over hvem som har kommet seg ut. Vent ute på plenen til dere får beskjed av en ansatt om å gå inn igjen. Det er ikke lov å leke med brannslukningsapparater. Trappeoppgangene er rømningsveier dersom det skulle begynne å brenne, så det er viktig at ingenting sperrer veien. Gjenstander som bord, stoler, søppelsekker etc. skal derfor aldri stå i trappen.

**TV/DVD/PC:** (*fill inn individuelle rutiner/regler*)

**Alkohol:** Det er ikke lov å bruke alkohol eller andre rusmidler. Etter norsk lov må personer være over 18 år for å kjøpe øl eller vin og over 20 år for å kjøpe brennevin.

**Røyk:** Det er ikke lov å røyke inne på offentlige steder i Norge, heller ikke på mottaket. En må være 18 år for å få kjøpe tobakk i Norge. Dersom noen røyker inne på mottaket, får de trekk i utbetaling, da røyking inne er brudd på husregler.

*Hvis det oppstår konflikter, søk alltid råd og hjelp hos personalet.*

**Permisjon:**

Du sammen med din familie har lov til å være borte fra avdelingen i 3 dager ute å søke tillatelse. Dersom dere ønsker å være borte lenger, kan dere søke hos en av de ansatte. Skal dere være borte enda lenger, må dere søke UDI.

**Buss:**

UDI dekker busskort for dem som går på skole. Må fornyes hver måned. Ikke lov å låne bort busskortet! (Blir du tatt, må du betale 700 kroner). Busstasjonen i \_\_\_\_\_ heter \_\_\_\_\_. Det er ikke bra å oppholde seg der lenge (narkomane, mye bråk). Bruk heller biblioteket, \_\_\_\_\_ og \_\_\_\_\_.

**Helse:**

*(De enkelte mottakene har ulikt tilbud, noen har en helseavdeling på mottaket, andre har en helsetjeneste i kommunen utenfor mottaket. Her må dere legge inn den informasjonen som passer til det tilbudet mottaket har.)*

**Økonomi :**

**Skolegang:**

Skolen er obligatorisk, ulovlig fravær fra skolen kan føre til at du mister skoleplassen. Dersom du er borte fra skolen fordi du er syk, må skolen få beskjed med en gang. Du må da også være hjemme på ettermiddagen og kvelden. Du må gi fra deg busskortet de dagene du er borte (sykdom) fra skolen. Har du avtaler (tannlege, lege, helse, mottaket m.m.), må du få en fraværslapp fra \_\_\_\_\_ som sitter i resepsjonen på skolen, eller fra din lærer. Denne lappen må den du har en avtale med fylle ut og stemple, da får du gyldig fravær.

**Informasjonsmøter:**

Informasjonsmøtene i mottaket er obligatoriske. Dersom dere ikke kommer på informasjonsmøtene, blir dere trukket 100 kroner (gjelder ikke husmøter). Kun sykdom er gyldig fraværsgrunn.

**Skole, fritidsaktiviteter og kurset «Ung i Norge»**

I Norge er det skoleplikt, og du må alltid melde fra til skolen hvis du blir borte. Neste gang vi møtes, skal vi forteller deg mer om det norske skolesystemet, om lokalsamfunnet vårt, og om et informasjonsprogram fra UDI som heter «Ung i Norge». Alle i mottak mellom 12 og 18 år skal gjennomgå dette programmet. Hensikten med programmet som er laget som et kurs, er at dere skal bli kjent med de rettighetene dere har som asylsøkere, hvilke plikter dere har, og ikke minst få mer kunnskap om det norske samfunnet.

Her har du et skriv på ditt språk som forteller om hva dette kurset inneholder (vedlegg 3). Dette skrivet kan du sette inn i arbeidsboken.

Har du noen spørsmål?

HAR MOTTATT INFORMASJON: \_\_\_\_\_

HAR GITT INFORMASJON: \_\_\_\_\_

## VIKTIGE TELEFONNUMMER, ADRESSE OG ANNEN INFORMASJON

(Gis til ungdommen)

**Adressen til mottaket:**

**Telefon:**

**Kontor:**

**Vakttelefon:**

**Penger**

**Post**

Hentes på hovedkontoret hverdager (mandag til fredag) mellom 08:00 og 15:30.

Posten er merket med registreringsnummeret ditt og ikke navnet.

Ditt registreringsnummer er: \_\_\_\_\_ (fylles ut av ansatt)

**Vaskeri**

Ligger i kjelleren. Åpningstider er mandag til fredag: 09:00–12.00 og 13.00–16.00.

Obs: Dere må kjøpe vaskemiddel selv.

Politi: 112

Brann: 110

Ambulanse: 113

## **Ung i Norge, tekst til videoinnslag:**

### **Filmklipp 1**

#### **Til de mottaksansatte fra Magne Raundalen**

##### ***Magne Raundalen, barnepsykolog:***

Her er Ung i Norge, nå sender vi det fra oss, ut til dere i mottakene og vi er veldig optimistiske for vi vet det lander i de rette hender. Vi har truffet mange av dere før, vi vet hvor aktive dere er og vi vet hvor motiverte dere er for å gi de unge den hjelp og støtte som er mulig på veien, selv i en situasjon hvor man hele tiden beveger seg mellom håp og virkelighet.

Denne dvden er en personlige hilsen fra oss som har utarbeidet informasjonsprogrammet Ung i Norge. Den er fra Omar Mekki, Hanne Visdal-Johnsen og fra meg. Sett med våre øyne, er det som dere skal i gang med nå, det viktigste dere kan gjøre for de unge i mottak. Nå er det slik at det viktigste er aldri det letteste. Den store trøsten er at det vanskelige er mer interessant enn det lette. Jeg tror dere er klar til å ta den utfordringen. Det første budskapet fra oss gjelder dette med å gi de unge oppmuntring og framtidstro, samtidig som vi skal leve med bevisstheten om, og bli minnet på, at ca. halvparten av de som er i mottaket må vende hjem, som en konsekvens av den norske flyktningpolitikken. Oppgaven blir å finne balansen mellom formidling av håp og virkelighet. Det er ikke lett å motivere unge til framtidsrettet innsats i Norge hvis hvert avsnitt må avsluttes med en påminning om at halvparten, bare halvparten, får bli. Hvordan skal dere finne denne balansen? Her er noen råd: For det første trenger dere ikke ha returperspektivet som en konstant påminning, selvom det skal være med hele veien. For det andre så kan dere bruke uansett-formuleringen. Og hvordan lyder den? Den lyder slik: Uansett om dere får opphold eller ikke, har dere sjansen nå til å få med dere det beste og det meste som dere kan ha nytte av senere i livet.

Det andre budskapet vårt handler om at den informasjonen dere gir blir enkel nok og at den blir forstått. Det er faktisk ikke enkelt å være enkel. Noe av det viktigste er å gjøre informasjonen forstått ved hjelp av eksempler. De blir husket. Vi har prøvd å lage en del eksempler gjennom de tekstene vi har og det vi har gjort ferdig for dere, men kommer dere på andre vinklinger og nye eksempler som gjør det bedre forstått, så er det åpent og fritt fram for det. En viktig metode for å sjekke om noe er forstått, er å la de gjenfortelle det. Her har jeg en liten, morsom historie som kan være et lite minneverns om betydningen av å undersøke om budskapet har nådd fram. Denne historien fikk jeg av en lærer i den lille bygden Seljord i Telemark. Han hadde hatt om Jesus som mettet de fem tusen i ødemarken, for annenklassingene. Da var det en som sa: - *Fem tusen, det er mange det, like mange som i hele Seljord.* Og da sa læreren: - *Nei, det er mange flere, det er like mange som på Notodden.* Det er nabobyen. Læreren traff senere moren til denne gutten, som hadde vært kjempesur når han kom hjem fordi læreren hadde fortalt at - *Jesus hadde gitt mat til alle på Notodden, men vi i Seljord, vi fikk ingenting.* Så det er viktig å sjekke om det vi skulle formidle har nådd fram. Men det er veldig viktig at når dere sjekker det, at de ikke får en opplevelse av at det er muntlig eksamen.

Det tredje budskapet vårt handler om å bruke deg selv. Vi som har laget programmet har tenkt på dere som skal gjennomføre det, hele tiden. Vi har villet gi dere et godt verktøy,

men vi har ikke tenkt at dere skal være rene opplesere. Forbered deg godt og ta sjansen på å være deg selv. Til slutt så vil jeg holde fram denne boken som er en slags grunnbok. Det er barnekonvensjonen. Det er UDIs gode forslag til oss, og det har vi fulgt så godt vi kunne, fordi vi var helt enig i at det skulle være den røde tråden gjennom hele programmet. Nemlig barns rettigheter og fremfor alt det som er den store overraskelsen i barnekonvensjonen, vektleggingen på at barn skal bli hørt og barn skal bli inkludert og barn skal i størst mulig grad være aktører i sitt eget liv.

## Filmklipp 2

### Ny i Norge

#### **Sejdefa, 23 år. Montenegro:**

Da jeg kom til Norge var jeg 11 år. Vi kom i Mai og var av de heldige familiene som fikk lov å begynne på skole med en gang, så vi slapp å vente en hel sommerferie før vi kunne begynne. Det var en fordel, vi ble kjent med mange forskjellige barn, fra mange forskjellige land. Sommerferien gikk veldig greit for da fikk vi bli kjent med både de som ikke gikk på skole og de som gikk på skole. Vi bodde på et asylmottak der en av bygningene var skolen , for norskopplæring. Akkurat der og da følte jeg at det var veldig positivt fordi det var bare noen minutter å gå til skolen og alle som gikk på skolen var naboene våre. Jeg følte meg veldig trygg. I og med at det var et nytt land vi kom til var det veldig mye nytt. Jeg føler ikke at jeg ble kjent med Norge, men med et asylmottak i Norge. Det jeg synes var dumt var at vi var skjermet fra samfunnet. Det gikk lang tid før vi fikk treffe norske barn, og norsk skole. Alt foregikk på asylmottaket. Siden det er mye å forholde seg til i begynnelsen så kan det være veldig greit, men man skal jo bo i Norge og ikke på asylmottak. Jeg brukte ihvertfall et år på å lære meg norsk.

Når det gjelder det å begynne på norsk skole, så husker jeg at det var veldig forskjellig. Jeg gruet meg til det og ville egentlig ikke begynne på norsk skole fordi nå hadde jeg det så trygt. Vi kom fra et annet land og vi begynte på en skole for å lære norsk, da fikk jeg venner og det var folk som forstod meg. Jeg følte ikke at kravene var så høye, alle var like, vi var så like at alle ble like til slutt. Så skulle jeg begynne på en skole hvor alle hadde et annet utgangspunkt enn det jeg hadde. Jeg husker at jeg begynte sammen med min bror og en venninne. Det ble dessverre sånn at det var de jeg tilbrakte friminuttene med. Jeg forsto ikke så mye av det læreren sa selvom jeg hadde brukt et år på å lære norsk og jeg forsto ikke hva elevene sa, ihvertfall ikke hvis de snakket fort eller med en annen dialekt. Det jeg kunne ha gjort annerledes var å begynne på en norsk skole tidligere.



## Filmklipp 3

### Hvordan få venner?

#### ***Fitore, 20 år. Kosovo:***

Det var ikke så vanskelig for meg å få norske venner, jeg begynte på skolen, jeg ble kastet rett inn i tredje klasse. Jeg var mye med de norske, ikke de utenlandske, for jeg var interessert i å lære språket. Etter 3-4 måneder begynte jeg å spille fotball på jentelaget også var jeg med norske venner i fritiden. Jeg fikk ha med meg venner hjem og fant på mye i fritiden, jeg var interessert i å finne på noe med de norske, for å kunne sette meg inn i miljøet og kulturen for å integrere meg fortere.

Det er viktig å være aktiv innenfor miljøet og hele tiden oppsøke nye ting som du vil lære og nye ting som du vil bli med på eller ´medlem´ av. Ikke være redd for å feile, hele tiden stå på og være motivert og vite at det der skal jeg klare. Så går det kjempebra.

Jeg fikk meg en bestevenn som jeg var venn med helt til 10. klasse. En norsk, hun hjalp meg mye, lærte meg mye norsk og om hvordan ting fungerte og forklarte meg hvordan det skulle være så jeg ikke følte meg så alene. Jeg var alltid sammen med noen i friminuttene, det var ikke sånn at jeg satt alene. De tok godt vare på meg.

Jeg var med på alt og takket ikke nei til noen aktiviteter fordi jeg ville hele tiden være med de og bare vite at jeg var interessert i å være med de og lære de å kjenne. Jeg opplevde ikke at de var tilbakeholdne fordi de skjønte at jeg ville bli kjent med de og de ville bli kjent med meg og. Det har ikke vært så mye kulturforskjell fra der jeg kommer fra.

#### ***Salman, 23 år. Tsjetsjenia:***

Når det gjelder å få norske venner så må du ha litt av de samme interessene. Det kan være at du er medlem i en idrettsklubb eller -forening. Trene sammen med de og treffes utenom idretten også, og gjerne samles hjemme hos noen og snakke om de felles interessene de har. Eller det kan være på skolen.

Jeg har vært hos norske venner og jeg synes at vi har mer til felles enn det er forskjeller, vi driver med det samme og har samme interesser, om det biler, data og spill. Jeg synes vi gjør mye av det samme. Og de har vært hos meg også da. Jeg viser dem det jeg kan og så viser de meg det de kan, med litt ekstra av det norske kanskje.

#### ***Shafiq, Afghanistan:***

Når det gjelder å få venner her i Norge, så er det veldig vanskelig. Når du kommer hit i litt voksen alder, jeg var 12 år når jeg kom til Norge, så er det vanskelig å få venner. Det er ikke sånn som i mitt land for der med en gang du ser noen nye så får du fort kontakt med de og blir god venn med de. I Norge får du god kontakt med de som er utlendinger, som de som bodde med oss på asylmottaket, det var lett å få kontakt med de. Men, med de norske, når du hilste på de en dag, neste dag gikk de bare rett forbi deg uten å hilse. Så det er det jeg ikke liker her med de norske ungdommene, de har ikke samme væremåte som oss. Hvis vi treffer en som er ny, så bare hilser vi på de og viser de rundt og viser de hvordan det er å leve her og de blir kjent med andre av mine venner. Vi blir gode venner, men her i Norge når du hilser en dag så bare glemmer de deg neste dag.

## Filmklipp 4

### Kjærester

#### ***Bahez, 19 år. Kurdistan:***

Når det gjelder kjærester, jeg hadde ikke noen norsk kjæreste, men jeg synes ikke det er noe dumt å få seg kjæreste, det er det samme for meg om det er en norsk eller utenlandsk. Fordi vi bor her i ett land og vi kan ikke tenke at det må være den som mamma eller pappa velger. Jeg kan ikke si til barnet mitt at det ikke kan ha en norsk dame fordi jeg liker å være her og være sammen med de norske. Jeg er sammen med en fra det samme landet som jeg er fra og jeg har det fint med han. Når jeg ble sammen med han så ville ikke pappaen min det, jeg fikk mye problemer med det. Jeg måtte flytte ut fra hjemmet. Folk begynte å snakke om meg, 'hun der er sånn og sånn', og du får rykte på deg. Pappa begynte å høre på dem og jeg fikk veldig mye problemer med det. Så flyttet jeg fra den byen vi bodde i og hit til Skien, så ble det bedre. Jeg ble kjent med andre folk og giftet meg med han jeg elsker, så det gikk veldig fint med meg.

#### ***Salman, 23 år. Tsjetsjenia:***

Når det gjelder jenter så kan jeg, som Tsjetsjener, ikke ha fysisk kontakt i offentlighet. Ifølge lovene er det slik at jeg ikke kan ha en norsk jente som kjæreste. Men, jeg kan være god venn med dem og en god venn kan jeg ta med hjem og presentere for foreldrene mine, men en kjæreste kan jeg ikke ta med hjem. Jeg har ikke kjæreste fordi det er litt strengt.

#### ***Fitore, 20 år. Kosovo:***

Når det gjelder kjæresteforhold så har jeg aldri tenkt på at det må være en fra hjemlandet mitt. Nå har kommet itil Norge og jeg føler meg såpass norsk at det er likegyldig for meg om det er en norsk eller en som kommer fra hjemlandet mitt. Jeg har aldri tenkt på at jeg skulle velge mellom de to folkeslagene, så det har ikke vært noe problem for meg.

Foreldrene mine sa aldri nei til at jeg kunne være med guttevenner, jeg hadde alltid mest guttevenner, men jeg var ikke så interessert i å skaffe meg kjæreste den første tiden. Jeg ville heller få venner. Foreldrene mine har aldri sagt at jeg ikke må gjøre som de norske jentene. De har forstått at sånn er det her og sånn må vi bare lære å leve. Det er jo her vi er og her vi er blitt vant til å leve.

Etter en tid fant jeg meg kjæreste, det var helt greit og det var helt vanlig at jeg tok med meg han hjem.

## Filmklipp 5

### Hvordan håndtere dårlige minner

#### ***Shafiq, 25 år. Afghanistan:***

Når jeg kom til Norge så hadde jeg veldig dårlige minner fra krigen, jeg kom fra Afghanistan og der så vi døde mennesker på gatene og det var krig og elendighet. Når vi kom til Norge fikk vi ikke sove om nettene fordi vi tenkte på de dårlige minnene som vi hadde. Men, heldigvis fantes det psykologer som kunne hjelpe og vi er veldig takknemlig for hjelpen vi fikk. Alle de vonde minnene, du glemmer ikke de, men de legger seg bak i hodet, du har de, men du tenker ikke så mye på de. Da kan du gå videre i livet ditt. Dette fikk vi hjelp til, vi gikk i samtalegrupper og fortalte om de vonde minnene.

Det hjalp mye å få det ut og ikke bare holde det inne fordi da kan du ikke gå videre, du har jo de minnene som du tenker på hele tiden og da ødelegger du livet ditt. Jeg synes man bør snakke om det og få det ut, det hjelper masse. Da kan du få en god fremtid, du kan ikke bare tenke på det vonde, du må utforske det nye og ikke bare det gamle. Så jeg synes at det hjalp veldig mye.

#### ***Fitore, 20 år. Kosovo:***

Når man flykter fra krig så vil det alltid følge med vonde minner uansett hvor du går. For meg så trodde jeg at jeg kom til å glemme etterhvert, men de sitter alltid der. Hvis jeg sitter en kveld og bare tenker, så dukker de alltid opp på en eller annen måte. Ikke alle på en gang, men jeg får et lite innblikk i situasjonene som jeg var oppi og det er ikke ofte at jeg ikke tenker på det. Jeg tenker på: 'Hva hadde skjedd hvis det hadde blitt verre, hvor hadde jeg vært nå? Jeg ser for meg hvordan det hadde blitt hvis jeg ikke hadde fått komme til Norge og fått den hjelpen vi trengte og bare komme oss videre og komme oss vekk derfra.

Det som har hjulpet meg med å leve videre med disse minnene, det er at de har blitt plassert på en plass der de blir sett på som ikke så farlige minner. Så jeg kan faktisk tørre å tenke på det og ta de fram når jeg trenger det og ikke være redd for å tenke på det. De er blitt plassert på en god plass.

Jeg fikk hjelp på mange måter, jeg hadde mye kontakt med mennesker som hjalp meg videre og det var viktig å få snakke ut om det, ikke holde det inne, men fortelle hvordan du har det. Ikke bare gå og tenke på det selv, det hjelper ingenting å bare stenge det inne. Man må ikke være redd for å snakke ut om det og fortelle hva en har opplevd. Folk vil hjelpe deg og være der for deg uansett, det har jeg opplevd.

## Filmklipp 6

## **Ta vare på sin egen kultur/verdier**

### ***Salman, 23 år. Tsjetsjenia:***

Det norske samfunnet er litt annerledes enn i Tsjetsjenia, væremåte og hvordan du skal forholde deg til voksne. Det er slik i Norge også, at du må vise respekt for eldre folk. Men det er noen små forskjeller og. Når du kommer til et nytt land så blir du litt usikker, jeg har vært gjennom det ihvertfall: 'Hva er mitt?', 'Skal jeg holde på det jeg lærte som barn?', 'Må jeg være mest mulig norsk?'. Hvis du ikke tar vare på de verdiene du har blitt lært opp til, synes gjerne noen av vennene dine fra hjemlandet at du er for norsk eller 'jålete'. Men hvis du tenker grundig gjennom det, så tar du til deg det som er mest fornuftig.

### ***Shafiq, 25 år. Afghanistan:***

Når det gjelder å utforske 'det norske' så synes jeg at jeg fikk masse fine opplevelser når jeg kom til Norge, da hadde jeg to kulturer som jeg kunne holde meg til og det synes jeg er veldig bra. Du får se hvordan begge fungerer. Jeg er gammel nok til å huske alt som skjedde i mitt eget land også og det jeg gjorde her i det norske samfunnet var å tenke på hva som er best for meg, 'Hva skal jeg gjøre for at det ikke skal bli noen skam for familien?'. At jeg skulle holde på min families respekt og ære. Jeg tenkte først og fremst på min egen kultur og hva som passet til den. Men jeg tok også det beste fra den norske kulturen og gikk ut i det norske samfunnet og fikk mye ut av det. Først når jeg kom så hadde jeg en usikker fremtid, nå vet jeg hva jeg skal gjøre for nå kan jeg norsk og jeg kan reglene. Nå vet jeg hva jeg skal bli, når jeg kom var jeg usikker på det norske samfunnet, men nå vet jeg hva jeg skal bli og hva som er mitt mål.

## **Samfunnsforhold og verdier**

### ***Sejdefa, 23 år. Montenegro:***

Vi som hadde bodd i mottaket i mange år fikk komme i en samtalegruppe sammen der vi kunne snakke om vår situasjon, om hvor vanskelig vi hadde det og frigjøre tankene våre. Etter at vi hadde gått et år i samtalegruppen ble vi så trygg på oss selv, det ga oss selvtillit og styrke. Situasjonen vår ble bare verre og verre selvom vi fikk den hjelpen, men det hjalp oss veldig mye til å tro på oss selv og tro på at det ikke er vår skyld. Det er andre som kan og må ta ansvar for å ta vare på oss som barn. Så vi startet en liten gruppe som heter Se Oss - Hør Oss (SoHo) som handler om at vi er barn, vi fins og dere skal se oss, dere skal høre oss og ta vare på oss.

Idag er jeg blitt voksen i Norge og holder på å bli ferdig med utdannelsen min. Jeg har to deltidsjobber ved siden av og ellers er jeg veldig engasjert i at det som jeg har opplevd ikke skal skje igjen med andre barn. Det arbeidet vi gjorde i Se Oss - Hør Oss det skal jeg fortsette med. På hvilken måte vet jeg ikke helt, men det er veldig viktig for meg å bruke de erfaringene og de dårlige minnene på noe godt i framtiden.

Det som skjedde i den samtalegruppen var det at vi forsto at det også er andre som forstår oss og ikke bare oss selv. Istedenfor å gråte på soverommet og fortelle hverandre problemer så fikk vi styrke til å invitere en journalist og fortelle det til en journalist. Vi fikk selvtillit til å gjøre sånne ting og tro på oss selv. Vi fikk mange brev fra UDI om at vi ikke hadde tilhørighet her og måtte bli sendt hjem igjen så var det noen som forsto oss og ville ha oss her. Det samfunnet signaliserte til oss var at vi ikke var like mye verdt som andre barn her i Norge. Men det som heldigvis viste seg til slutt var at vi var like mye verdt. Det var positivt at vi oppholdstillatelse, men jeg føler ikke idag at det er den viktigste biten. Det viktigste er det ubevisste, at jeg vet at jeg er et verdifullt menneske. Alle vet at det som skjer i ungdomstiden og i barndommen, det følger deg som menneske resten av livet.

## **Hilsen til foreldrene fra Ahmed Bozgil, adm.dir. - Hero Norge AS**

Det er viktig at foreldrene støtter opp om informasjonsprogrammet fordi informasjonen som ungdommene får er viktig for ungdommenes liv, både på skolen, i nærmiljø og med kameratene sine. Mye av informasjonen vil de høre fra andre, derfor er det viktig at foreldrene støtter opp om informasjonsprogrammet, det er veldig viktig for barna deres.

Foreldrene må sørge for at ungdommene møter, foreldrene må vise engasjement til å følge opp når ungdommene kommer tilbake fra møtene: 'Hva har du lært?' Er det noe vi kan snakke mer om eller diskutere. Men, det viktigste er at foreldrene viser med alvor og seriøsitet informasjonsprogrammets betydning for ungdommer.

Den norske åpenheten kan være vanskelig og uvant for mange foreldre, men likevel er det viktig at de innser at vi bor i et åpent norsk samfunn hvor ungene kan lære seg mye fra andre arenaer, fra kameratene sine på skolen, på internett, tv osv. Derfor er det viktig at foreldrene er åpne og ikke moraliserer, dette er viktig kunnskap som ungdommene kan vokse med.

Foreldrene kan ikke nekte ungdommene i å delta på dette kurset. Ungene har mulighet til å lære om seksualitet gjennom mange kanaler, gjennom venner, skole, internett, tv osv. De har mange muligheter til å lære om dette. Derfor er det viktig at foreldrene ikke moraliserer og at de er åpne og bidrar til at ungdommene får denne informasjonen som har stor betydning for deres liv og helse.

Jeg kom til Norge alene og stiftet familie her i Norge. Nå har jeg 3 ungdommer, som utfordrer meg på både mine holdninger og mine tanker og det som jeg var vant med fra tidligere. Derfor har jeg lært, sammen med ungdommene, at jeg ikke skal moralisere, jeg skal være åpen og lyttende. Det har gitt meg muligheten til å bekjempe mine egne fordommer, min egen usikkerhet i forhold til mange forhold som ungdommene har, i forhold til pubertet, seksualitet, seksualundervisning, homoseksualitet, kvinner, menn og barn. Der har vi klart å vokse og vi har klart å være åpne om dette.

I ettertid ser jeg at dette er viktig kunnskap som ungene mine bør ha. Det har også hatt stor betydning at mine ungdommer har kunnet snakke med sine søskenbarn, som hadde barrierer i forhold til å snakke om disse spørsmålene. Den åpenheten som jeg har til mine unger om slike saker har bidratt til at mine unger har blitt en ressurs for sine miljø, til å diskutere og skape åpenhet om slike spørsmål.

Kjære foreldre! Det er viktig at, uansett hvor dere befinner dere, men spesielt i et så åpent samfunn som det norske, at dere er åpne med ungdommene om alle saker og spørsmål som har stor betydning for deres oppvekst. Det er saker som kan være vanskelige, fremmed eller uvant for dere, men det er viktig at dere ikke glemmer at ungdommene, i et åpent samfunn som det norske, lærer mye om disse sakene og de er nysgjerrige. Det er derfor viktig at dere snakker med dem og at ungdommene har en mulighet til å diskutere med sine foreldre om sånne saker. Hvis dere ikke klarer å støtte dem, så kan det bli et problem for deres barn og unge. Støtt ungdommene til å være nysgjerrige og til å lære om seg selv, om sin kropp og om den utviklingen som de går igjennom som ungdommer i Norge. Derfor er dette tilbudet som dere har fått, et veldig viktig tilbud, som dere ikke må gå glipp av, og som barn og unge ikke må gå glipp av.