



HVORFOR ER VORES BØRN BLEVET SÅ VILDE?

Forekomsten af PTSD og depression er over 90 procent, og gruppesamtaler er den mest udbredte terapiform. Behovet for hjælp er overvældende i det nordlige Uganda, hvor flere end en million flygtninge fra Sydsudan nu bor.

– Med min forstand kan jeg godt forstå, at forældre slår deres børn nu, men det smerter mig. Det er jo forældrenes traumer, som følger sig til de traumer, som børnene har i forvejen, siger Twongo Moses.

Han er leder af Landsby 4 i en flygtningebosættelse i det nordlige Uganda.

– Derhjemme skete det virkelig sjældent, og når det endelig skete, så var naboerne der til at berolige og trøste børnene, mens moren eller faren faldt til ro. Men nu har vi alle sammen forladt vores hjem, og vi har ikke længere den samme hjælp at trække på, siger han.

Twongo Moses er en af de flygtninge fra Sydsudan, som nu bor i Uganda. Hans ydmyge hjem ligger i det, som på mindre end halvandet år er blevet til verdens største flygtningebosættelse, Bidi Bidi. Her bor rundt regnet 272.000 mennesker. I det nordvestligste Uganda er bosættelserne blevet åbnet og udvidet på ugentlig basis siden august 2016, så de nu tilsammen huser over en million officielt registrerede flygtninge.

– Det er en fortvivlet population, vi arbejder med her, siger Dorothy Namara, der er psykolog uddannet i Uganda og England, og som superviserer tre projekter for sydsudanesiske flygtninge.

– Her er en voldsom forekomst af PTSD, som en lang række faktorer bidrager til. Selve den usikkerhed, som krigen skaber, fordrivelsen – mange er simpelthen gået eller løbet hjemmefra i det, de stod og gik i, da soldaterne kom – grusomme oplevelser med skyderier, nedslagning, mishandling og lemlæstelse, tab af familiemedlemmer, og nu den nye situation, som er forvirrende, og som for rigtig mange ikke giver egentlig tryghed, selv om her er fred.

– Konflikten har varet så længe og er blevet så grusom, at de, som flygter nu, har det meget dårligt. 91 procent har PTSD og forekomsten af depression er lige så høj. Men det skal siges, at niveauerne kun er så høje i den første tid. Når folk har slået sig rigtigt ned, har fået et hjem, når børnene er kommet i skole, og især når de voksne har etableret kontakt til deres familiemedlemmer og naboer – deres sociale netværk – så daler både depressions- og PTSD-forekomsterne, siger Dorothy Namara.

GRUPPETERAPI PÅ PLASTIKMÅTTER

Mellem nyopførte huse af grå, ubrændte mursten med stråtag sidder fire kvinder på kulørte, flettede plastikmåtter i det flimrende lys fra eftermiddagssolen, som falder gennem bladene

på et par ranke papayatræer. De er mødt op til deres tredje ud af i alt ti rådgivningssessioner, der baserer sig på kognitiv adfærdsterapi.

– Gruppeterapi er egentlig det eneste fornuftige i denne situation, for der er så mange mennesker, som har brug for støtte, siger Mutebe Ismael med et smil, mens han løfter skuldrene i en halvt konstaterende, halvt undskyldende gestus.

Han er socialrådgiver og ansat af organisationen Transcultural Psychosocial Organisation (TPO) til at forestå gruppemøderne.

De voldelige sammenstød mellem regeringshær og oprørshær i Sydsudan begyndte i 2013 og tog til i styrke i august 2016. Omkring fire millioner mennesker er nu på flugt, lige knap halvdelen er flygtet til nabolandene og især til Uganda.

Internationale observatører har i flere omgange advaret mod, at volden har udviklet sig i grusom retning, og at der formodentlig er tale om utallige tilfælde af krigsforbrydelser. Begge sider af konflikten har fx rettet angreb direkte mod civile, og beretningerne synes uden ende om vilkårlige henrettelser, voldtægt, afbrænding af huse og landsbyer og lig af dræbte soldater og civile i stort tal både i byerne, på landet og i vejkanterne.

”SOM EN BALLON, DER SPRÆNGER”

I et modtagecenter drevet af Dansk Flygtningehjælp er der næsten tomt i de lange telte af hvide presenninger spændt ud på skeletter af rafter. I det udendørs storkøkken rører kokken støt i majsgrøden, som på denne dag ikke fylder meget i gryden, der har plads 1.000 liter og på travle dage bespiser hundreder eller tusinder af nyligt ankomne flygtninge.

Det er nogle dage siden, store grupper af mennesker krydsede grænsen fra Sydsudan. Ikke fordi der er ro, men tværtimod fordi kampene de seneste dage har været voldsomme meget tæt på grænsen, og folk på flugt holder sig på klog afstand.

Socialarbejderen Ketty Djidiru bruger den stille tid til at træne frivillige i spørgeteknik og i at identificere tristed og traumer, som her er et begreb, der blandt lægfolk ikke bliver sparet på. De frivillige er selv flygtet fra Sydsudan, og de fungerer i modtagecentret som samtalepartnere og hjælpere for de professionelle psykologer og rådgivere ved at henvise de mennesker, som de finder har brug for yderligere hjælp end en venlig, fortrolig støttesamtale. Og de er instrueret i ikke at spare på henvisningerne af den simple



grund, at psykologerne og psykiaterne er så tilpas få, at de ikke har nogen chance for selv at identificere mennesker med behov for deres ekspertise.

Ketty Djidiru har arbejdet blandt flygtninge i flere år. Hun bruger tit sine egne oplevelser med konflikt og fordrivelse til at åbne samtaler med.

– Her i Uganda har vi vores egne erfaringer med borgerkrig og grusomheder. Jeg synes, at jeg godt kan relatere til, hvad der sker i Sydsudan. For mig er det ikke så svært at få øje på, om en person har brug for at tale. Generelt er det de mest stille og tilbagetrukne, som har størst behov, siger hun.

– Jeg trykker dem forsigtigt på maven, og lidt efter lidt åbner de sig. Når det først sker, er det ret tit som en ballon, der sprænger: Pludselig kommer det hele ud – frygt, brutale oplevelser, tårer. Det er meget almindeligt. Når det gælder sydsudanesere, så vil jeg nok sige, at traume er normalt, siger Ketty Djidiru.

BANGE FOR SLANGER OG SKORPIONER

I Landsby 4 er cirklen af mennesker nu vokset til at tælle otte kvinder og en mand, som er betydeligt ældre end de andre.

Deltagerne i denne og lignende gruppesessioner i andre dele af flygtningebosættelserne blev identificeret som særligt sårbare, da de kom til Uganda. I denne gruppe er de selv fysisk syge, eller de er enlige mødre til helt små eller syge børn, og dertil har de vist tegn på mere resignation og bedrøvelse end flertallet. Ud over gruppeterapi får de blandt andet også ekstra penge til frisk mad som grøntsager, fisk og æg, der forsyner dem med mere saft og kraft end fx tørret majs

og hirse, som er de mest almindelige – og billige – fødevarer.

Med til gruppemødet er også landsbyens formand, Towongo Moses, og næstformanden.

Organisationen TPO's arbejde blandt flygtninge inddrager altid lokale ledere. Dels fordi de borger for ordentlighed og sikkerhed, og dels fordi den hierarkiske struktur i landsbyerne hjemme i Sydsudan således bliver afspejlet i landflygtigheden, hvilket er en del af arbejdet med at skabe normalitet og genkendelige rammer.

Towongo Moses er som den eneste behørigt placeret i en plastikstol. Han byder velkommen og opfordrer alle til at tale ærligt og uden frygt for at udstille sig selv som hverken svage eller 'brokkere'.

TPO's socialarbejder Mutebe Ismael får ordet og genopfrisker gruppens principper om at lade hinanden tale ud, lytte og dele tanker og erfaringer.

Kvinderne begynder en efter en at fortælle om deres bekymringer. Flere er utilfredse med den hjælp, de får på sundhedsklinikken, og at personalet ikke synes at tage dem alvorligt.

– Panodil hjælper jo ikke på diarré, siger en, og en anden fortæller, at hun har fået kinin mod malaria, ”men det er,



som om jeg ikke rigtig kan blive rask igen.”

– Vi har været her i en måned nu, men ingenting er faldet på plads endnu, siger Joyce Okwan, som kigger ned, mens hun taler; folder kanten på sin orange kjole, glatter den ud, folder den igen.

– Jeg er bekymret for, om vi får madrationer og penge til indkøb. Jeg er begyndt at plukke blade og koge dem. Men jeg er bange for skorpionerne og slangerne, som gemmer sig i

græsset ved træerne. Vi fik at vide, at vi ville få en solcellelampe, men det har vi ikke fået. Jeg synes, det er mærkeligt, og jeg føler mig faktisk ikke i sikkerhed, siger hun.

USIKRE OG UTILFREDSE

Ifølge den superviserende psykolog, Dorothy Namara, er forvirring, usikkerhed og deraf følgende bekymring og utilfredshed udbredt blandt flygtninge med PTSD.

– Det pres, de lever med, gør det svært for dem at overskue en situation og at forstå processer og måske også beskeder. Mange kan umiddelbart fremstå som meget utilfredse og ukonstruktive.

– Hvis tilstanden forbliver ubehandlet, ser vi en del tilfælde af alvorlige mentale problemer. Passivitet og inaktivitet er almindelige reaktioner, og her, hvor der i forvejen er udbredt fattigdom, ser vi også ofte kraftige afhængighedssyndromer. Nogle bliver afhængige af hjælp fra deres partner, fra deres sociale netværk eller fra internationale organisationer. De er ikke i stand til at fortsætte, hvor

de slap – og det vil sige som aktive, arbejdende, forsørgende voksne, siger Dorothy Namara – og tilføjer med et smil, at *mental health is wealth* både i materiel forstand, og hvad angår familiodynamik og andre sociale forhold.

FORANDREDE BØRN

Socialarbejderen Mutebe Ismael minder deltagerne i terapigruppen om de almindelige tegn på psykiske problemer, som de tidligere har talt om. Fx at de selv eller andre voksne er blevet glemsomme eller meget trætte eller nemt bliver vrede. Eller

at deres børn er aggressive og uopdragne og for eksempel kaster med sten eller ødelægger ting.

Jane Adjé, der er mor til tre og ikke ved, om børnenes far er død eller levende, slår ud med hånden:

– Det er rigtig nok, at nogle børn er blevet mere vilde og voldelige. De beklager sig også meget. Over at de ikke har noget ordentligt tøj, for eksempel. Det gjorde de ikke før. Men der er også nogle, der er blevet meget stille. En af mine drenge går lige hjem efter skole og sover hele eftermiddagen. Det er, som om, han er blevet forandret, siger hun.

Flere af de forsamlede nikker. Der er enighed om, at børnene generelt opfører sig mere uopdragent og stædigt.

– Men hvorfor er vores børn blevet så vilde? spørger en af de yngste deltagere, Anges Awate, ud i gruppen.

– Er det på grund af den situation, vi er i nu? Hjemme var der gode folk, som lyttede til børnene – de gamle, især. Kan det være, fordi børnene mangler de gamle? Jeg prøver at være blid over for mine børn og give dem ekstra omsorg. Men de er tit vilde. Jeg håber sådan, at det er på grund af situationen, de er i – og ikke fordi børnene selv er blevet sådan. Det er mit største håb, at det går over, siger hun.

LUKKEDE IKKE ET ØJE

Statistikkerne viser, som psykologen Dorothy Namara understreger, at de alarmerende niveauer for PTSD dykker igen efter nogen tid.

– CBT-modellen har vist sig at have en succesrate tæt på 100. For populationen som et hele ser vi, at PTSD falder til omkring 20 eller endda helt ned til 10 procent, når der er gået et halvt eller et helt år, siger hun.

For nogle går det hurtigere. Den mandlige deltager i gruppesessionen i Landsby 4 fortæller, at han ikke kunne finde ro i den første tid, efter han var kommet til Uganda.

– Jeg lukkede ikke et øje i to måneder. Der var så mange bekymringer og tanker. Nu går det bedre, jeg sover faktisk hele natten, siger han. ●