



UiT Norges arktiske universitet

Flyktningers (psykiske) helse og trivsel knyttet til bosetting og kvalifisering i Introduksjonsprogrammet

Funn og anbefalinger fra forskningsprosjektet
HelseIntro – en studie om helseperspektivet i introduksjonsprogrammet.

Johanna Laue, prosjektleder og førsteamanuensis

Susanne Rolandsen, forsker

Vår Mathisen, førsteamanuensis

Målet med forskningsprosjektet HelseIntro er å bidra med kunnskap om hvordan flyktninger med helseutfordringer kan få bedre utbytte av deltakelse i introduksjonsprogrammet. Selv om fokuset er på Introduksjonsprogrammet, har aspekter rundt trivsel i kommunene knyttet til å bo usentralt, til klima og aktivitetstilbud har vært fremtredende i våre datasett. Funnene som vi presenterer her er basert på intervjuer gjennomført i 2021/2022 med 12 tidligere deltakere i Introduksjonsprogrammet og 12 ungdom i flyktningefamilier med ulik landbakgrunn bosatt i Senja, Harstad eller Sør-Varanger kommune, og med 23 ansatte i kommunale tjenester i de tre kommunene (som for eksempel flyktningetjenesten, voksenopplæring, NAV, og kommunalt helsevesen).

HelseIntro er et samarbeidsprosjekt mellom UiT Norges arktiske universitet, NORCE, Fafo og Senja, Harstad og Sør-Varanger kommuner. Prosjektvarighet er 2021-2026. Prosjektet er finansiert av Norges Forskningsråd (NFR) og UiT Norges arktiske universitet.

Johanna Laue, prosjektleder HelseIntro

Tromsø, 6. juni 2025

Bosetting

Bosetting i usentrale strøk, det vil si utenfor kommunesenteret, synes å påvirke både somatisk og psykisk helse negativt på grunn av begrenset tilgang til helsetjenester og fritidsaktiviteter.

Flyktningene opplever lange reiseveier og tildels mangefull kollektivtransport som både stressende og tidkrevende. Dette kan føre til fravær fra Introduksjonsprogrammet og fra viktige sosiale møteplasser.

Vi anbefaler å nøye vurdere nytten og langsiktige konsekvenser av å bosette flyktninger utenfor kommunesenteret. Dette er særlig viktig ved bosetting familier med barn og ungdom, og for flyktninger med kjente helseutfordringer som har behov for helsehjelp.

Klimatilpassing

Nordnorsk klima med kulde og mørke assosieres med dårligere psykiske og somatiske helse, for eksempel ved at kulden forverrer deres muskel- og skjelettplager. Flyktningene fremhever særlig at å skaffe kunnskap om riktig påkledning i forhold til årstidene er vanskelig og til dels økonomisk belastende, men har stor betydning. For eksempel fordi riktige klær er viktig for å kunne delta på

Vi anbefaler å tilby tilstrekkelig støtte i forbindelse med klimatilpasning. Det bør være et særskilt fokus på tilgang til sosiale møteplasser i vinterperioden. Tilgang til offentlig transport spiller en sentral rolle for at flyktninger skal kunne delta på aktiviteter.

aktiviteter, noe som skaper en tilhørighetsfølelse. Mindre uteaktivitet og utfordrende ferdsel på vinterstid oppleves som barriere for å ha kontakt med andre, og komme i kontakt med nordmenn.

Aktivitetstilbud

Psykisk helse og livskvalitet påvirkes ulikt for menn, kvinner og ungdom blant flyktningene. Særlig kvinner setter stor pris på Introduksjonsprogrammet også som en sosial arena, men de står i et krysspress mellom omsorgsoppgaver hjemme, helseutfordringer, og at de må delta i Introduksjonsprogrammet på heltid. Dette presset synes å påvirke deres helse og livskvalitet negativt.

På den andre siden kan menn oppleve negativ psykisk helse knyttet til tap av status. Dette gjelder særlig de som har vært i fullt arbeid og har tilhørt middelklassen i hjemlandet, kan føle seg fattig og nedprioritert i Norge.

Flyktningeungdom opplever det som vanskelig å etablere vennskap med norsk ungdom på grunn av kulturelle, praktiske og økonomiske årsaker. De savner rusfrie tilbud der de kan «henge» med norsk ungdom, uten at de kommer i konflikt med sine tradisjonelle verdier og sin egen kultur der blant annet alkohol ikke er tillatt. Mange holder seg derfor til andre flyktningeungdommer, noe som kan forsterke isolasjon.

Vi anbefaler å ta hensyn til gruppespesifikke utfordringer ved tiltak for trivsel i kommunene og i gjennomføring av Introduksjonsprogrammet. Aktivitetstilbud for ungdom kan for eksempel gi mulighet til å møtes i en rusfri sammenheng og bygge vennskap på tvers av kulturer. Muligheter for småjobber der ungdom kan tjene penger vil gi dem bedre muligheter for å kunne delta på aktiviteter som koster penger, som å gå på kino og kafé.

Kommunalt samarbeid

Det er krevende for kommunale og statlige etater å tilrettelegge integreringen og introduksjonsprogrammet for deltakere med helseutfordringer. Det kan igjen føre til at de skrives ut av programmet eller at deltakelsen må settes på pause. Konsekvensene kan være redusert motivasjon, dårligere mestringsopplevelse, og økt isolasjon.

Vi anbefaler å ha fokus på den tverrfaglige innsatsen i kommunen for å kunne tilby flyktninger med helseutfordringer tilpassede programaktiviteter og forebygge at de skrives ut av introduksjonsprogrammet. Dialogseminarer gjennomført i prosjektet i Senja, Harstad og Sør-Varanger bekrefter også at de som jobber med flyktninger ønsker tettere samhandling mellom etatene for å kunne hjelpe flyktningene best mulig.

