

MindSpringPlus

Særligt tilrettelagte forløb
for og med flygtninge

[DRC.ngo/Integration](https://drc.ngo/integration)



Hvad er MindSpringPlus?

MindSpringPlus er en videreudvikling af den evidensbase-rede metode MindSpring, som bliver anvendt i gruppeforløb for og med flygtninge. Metoden er udviklet med henblik på at styrke handlekompetencer hos deltagerne gennem ny viden og at bevidstgøre egne reaktioner på krig, flugt og en tilværelse i eksil.

Formålet er at forebygge psykisk og social mistrivsel blandt flygtninge og skabe grundlag for et socialt netværk.

Mange års erfaring med målgruppen

Forløbene bliver faciliteret af professionelle MindSpring-Plus-trænere, som udover at dele sprog og kulturel baggrund med deltagerne, også har mange års erfaring med at arbejde med udsatte flygtningefamilier. Derudover har trænerne fagligt uddannet sig indenfor det specialiserede socialpædagogiske og/eller sundhedsfaglige felt.

Målgruppen

Målgruppen for MindSpringPlus er udsatte flygtningefamilier, som ofte er særligt udfordret i forhold til ubearbejdede traumer, vold, isolation og svækkede forældreevner, og som har brug for professionel hjælp og støtte til at få fodfæste i eget liv og i samfundet.

MindSpringPlus-forløbenes formål er at forebygge, at udfordringerne stigmatiserer familierne. En øget isolationsproces kan fastlåse og forværre deres livssituation.

Plads til indsigt og nye strategier

Gennem øvelser og frie samtaler, bliver der skabt et udviklende rum, hvor ny indsigt og handlestrategier kan tage form. Øget trivsel og styrket selvværd hos deltagerne bidrager til større balance og overskud i relation til både familien og samfundet.

DRC Integration leverer effektive og dokumenterede integrationsløsninger til flygtninge og etniske minoriteter i Danmark. Vi samarbejder med offentlige myndigheder, virksomheder og civilsamfundet om beskæftigelse, børn og familiers trivsel samt videnformidling.

Grundlæggende principper

- Inddragelse af deltageres erfaringer med livet i eksil.
- Peer-to-peer tilgang: ligesindede deler erfaringer.
- Gruppeforløbene foregår på deltageres modersmål.
- En manual følges med faste temaer, som er aktuelle og relevante for deltagerne.
- Specifikke øvelser sikrer, at deltagerne får lejlighed til at reflektere over egen situation og opnå ny indsigt.

Eksempler på temaer

- At opdrage børn i et andet samfund end det, man selv er vokset op i.
- Kulturspecifik kontekst ifht. opdragelse: 'jeg' og 'vi'-kultur.
- Opdragelse- og læringsmetoder: kommunikation med børn og aktiv lytning.
- Bekymringer som forældre: 'tillid og mistillid' samt 'straf og belønning'.
- Identitet (og netværk).
- Kønsroller og -normer.
- Oplevelse og håndtering af stress (evt. relateret til vold og kontrol).
- Normale reaktioner på unormale oplevelser (traume).
- At reagere med følelser (ifht. børns udvikling).

Tryghed, tillid og normalisering

MindSpringPlus-træneren kan via sin kulturelle baggrund og sine personfaglige kompetencer og erfaringer genkende mange af de situationer og udfordringer, som gruppedeltagerne oplever.

De samlede kompetencer giver deltagerne en oplevelse af tryghed, tillid og normalisering af ellers tabubelagte emner. Trænerne og deltagerne bidrager sammen til ny indsigt og bliver opmærksomme på nye handlemåder.

Den narrative metode og den neurosekventielle tilgang bliver inddraget i tilrettelæggelsen af aktiviteterne i forløbet.

DRC DANSK
FLYGTNINGE
HJÆLP

Integration

Kontakt

Caroline Aagaard Madsen
Afdelingsleder
T: 26 77 88 07
M: caroline.madsen@drc.ngo

Marianne Badstue
Børn og familiechef
T: 22 24 87 62
M: marianne.badstue@drc.ngo

DRC.ngo/Integration