



flexid

Stiftelsen Flexid

Mine muligheter med flere kulturer

Beyar Mikail

Hvor mange innvandrere er det i Norge?

Innvandrere



Innvandrere i Norge
2024

931 081 personer

↑ 6,1 % fra året før

Kilde

[Innvandrere og norskfødte med innvandrerforeldre, Statistisk sentralbyrå](#)

Andel av befolkningen

Andel innvandrere
2024

16,8 %

↑ 0,8 prosentpoeng fra året før

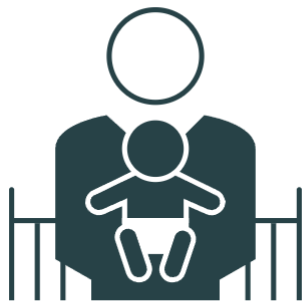
Kilde

[Innvandrere og norskfødte med innvandrerforeldre, Statistisk sentralbyrå](#)

Andel norskfødte med innvandrerforeldre
2024

4,0 %

↑ 0,1 prosentpoeng fra året før



Norskfødte med innvandrerforeldre
2024

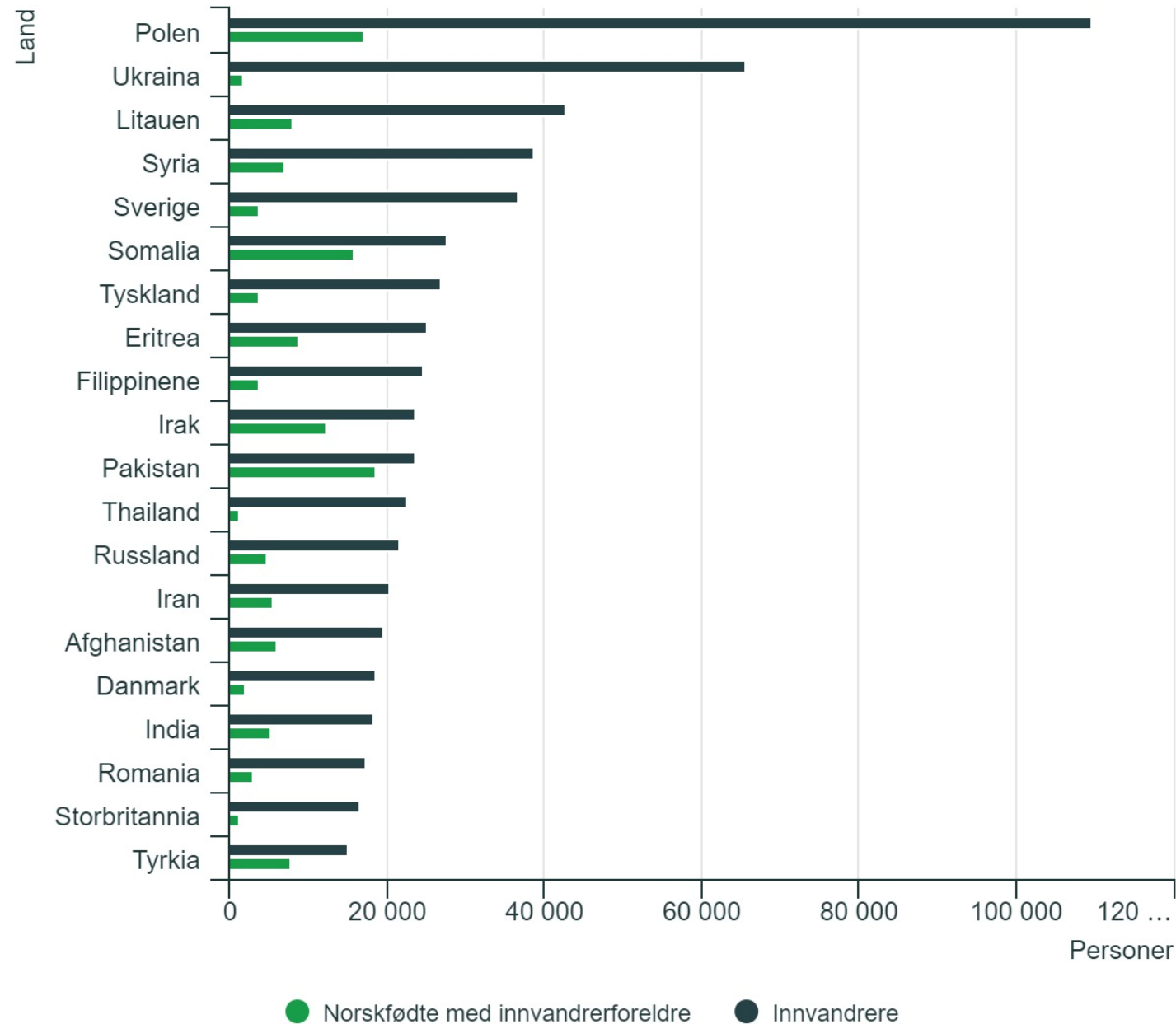
221 459 personer

↑ 3,6 % fra året før

Kilde

[Innvandrere og norskfødte med innvandrerforeldre, Statistisk sentralbyrå](#)

Landbakgrunn for innvandrere og norskfødte med innvandrerforeldre



Kilde: Innvandrere og norskfødte med innvandrerforeldre, Statistisk sentralbyrå

2001

Ildsjeler med mye aktivitet og med mye positiv tilbakemeldinger

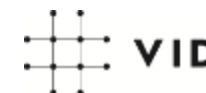
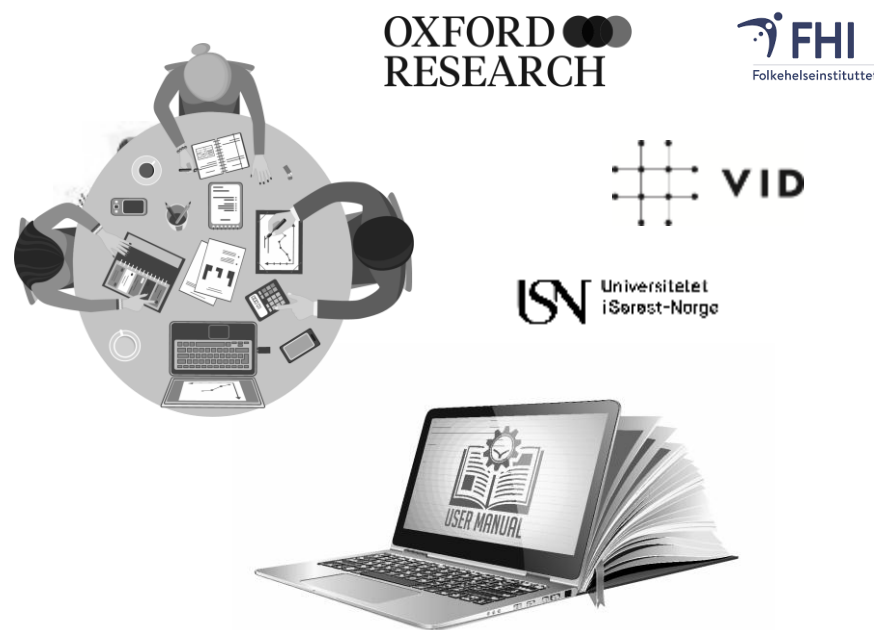


Sparebankstiftelsen
Sparebanken Sør



2018-2022

Oppdatert materiale, faglig forankret, digitaliserte ressurser, evaluert og kvalitetssikret, økt kapasitet...



Nøkkelen til selvverd

IDENTITET
OG TILHØRIGHET



KRYSSKULTURELLE
RESSURSER OG
KOMPETANSE
BROBYGGER



MULIGHETER



UTFORDRINGER
DILEMMAER
VALG

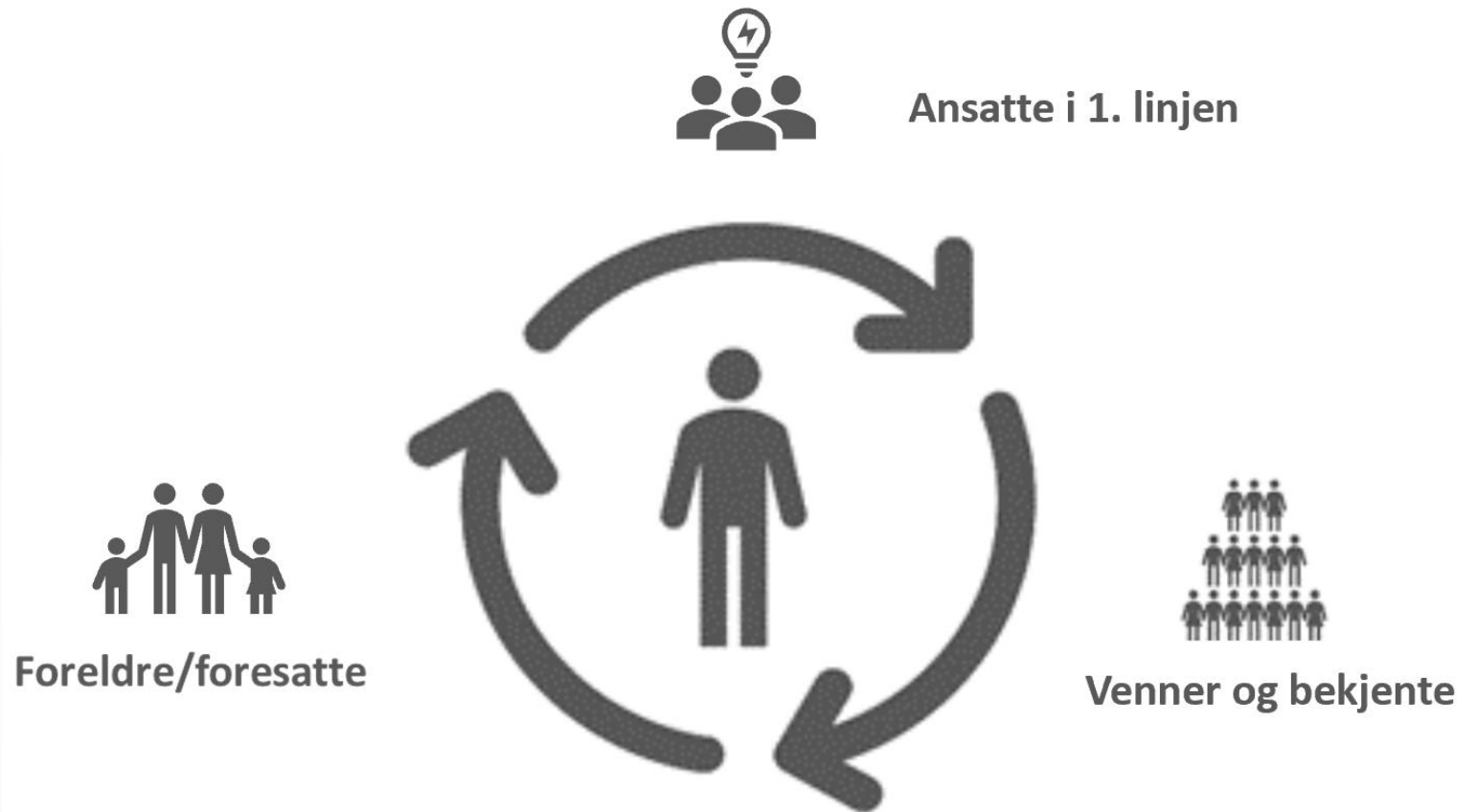


Temaer i Flexid

- Tema 1: Identitet og tilhørighet
- Tema 2: Cross Cultural Kids – CCK
- Tema 3: Brobygger
- Tema 4: Flytteprosessen
- Tema 5: Fordommer og rasisme
- Tema 6: Kjønn –roller og forventninger
- Tema 7: «Norsk nok»
- Tema 8: Typisk!
- Tema 9: Språk og følelser
- Tema 10: Jeg i møte med andre
- Tema 11: Kjønn – frihet og begrensninger
- Tema 12: Dilemmaer , valg og muligheter



Vår rolle er
å gjøre
andre gode
der de er!



«Målet er å omgjøre akademisk kunnskap til praktisk virkelighet i de forebyggende tjenestene»

*Hildegun Sarita Selle,
Stifter av Flexid, psykologspesialist*



“The Travelers / Les Voyageurs”

En av mange bronsestatuer oppført i
Marseille, Frankrike
av **Bruno Catalano**
Det skal forestille emigranter



Bagasjen symboliserer
for eksempel det
tunge/tyngden ved
flytting med mange
ulike tap.

Men også minner,
opplevelser, ønsker,
drømmer for framtiden

Det er bagasjen som binder
figurene sammen og gjør at
de står oppreist..



-
- De som flytter frivillig vet som oftest hvor de skal
 - De som flykter vet ofte ikke hvilket land de til slutt kommer til

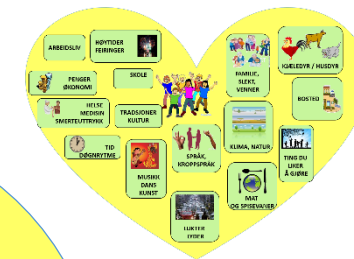
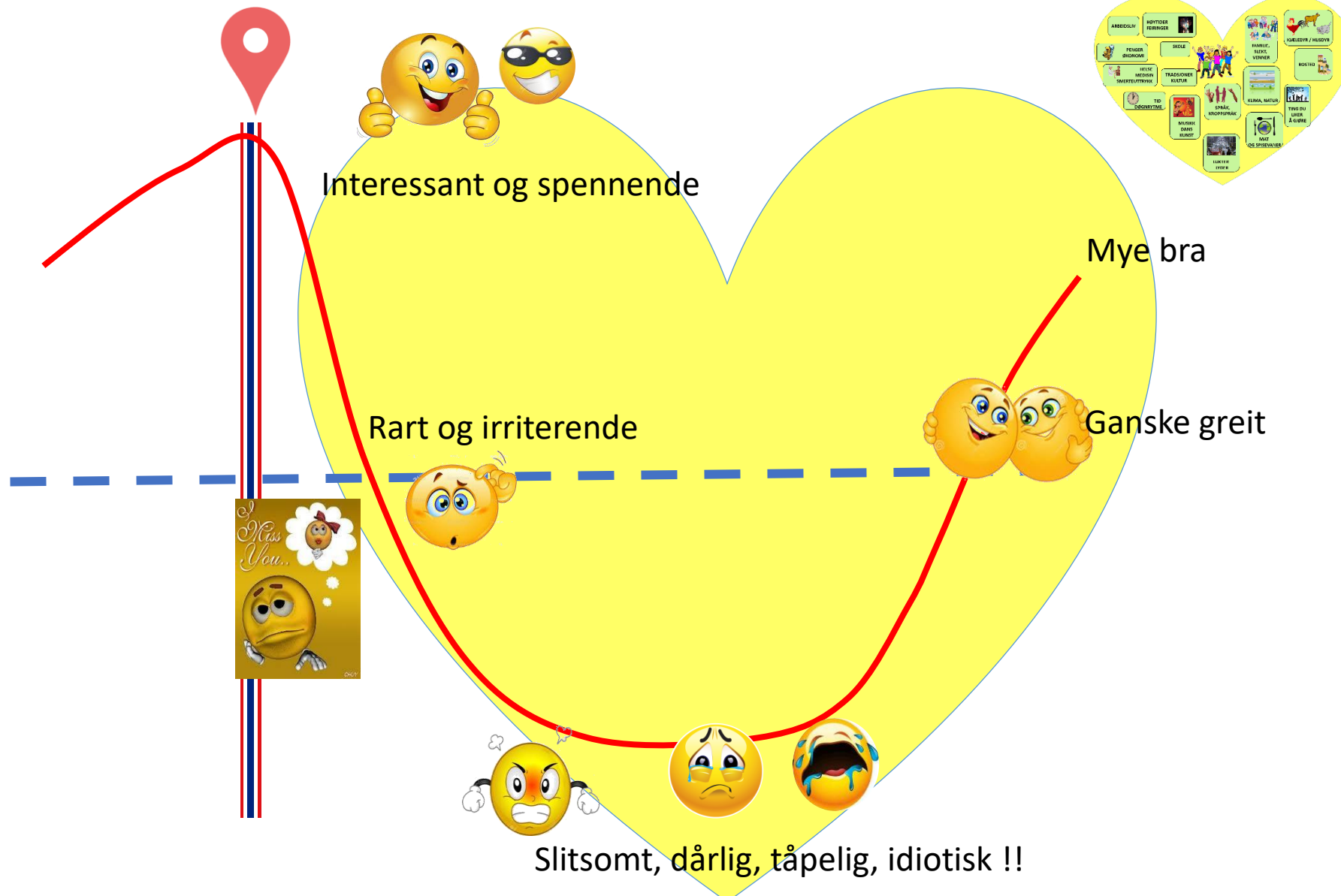
TURISTFASEN

SJOKKFASEN

NYETABLERINGSFASEN



F
Ø
L
E
L
S
E
R



HVOR ER DU NÅ?



TILHØRIGHETSKART

Ting som er viktige for følelsen av tilhørighet

Identitet og tilhørighet

- ✓ Anerkjennelse og bekreftelse
- ✓ Gjenkjenning
- ✓ Roller, status, posisjon
- ✓ Nettverk og relasjoner
- ✓ Stedsidentitet
- ✓ Etnisk/ språklig identitet
- ✓ Religiøs/ livssynsmessig identitet



Migrasjon gir utfordringer for:

- Psykiske helse
- Identitet
- Parforhold og familie
- Foreldrerolle og omsorg



**«Å flytte fra et samfunn til et annet
er noe av det mest krevende
et voksent menneske kan gjøre!»**



Sunil Loona
psykolog



Akkulturasjon

Proessen i tilpasning av ulike kulturer, verdsett og væremåter
- både hos personer og i samfunnet



AKKULTURASJONSSTRESS



Spenningen som oppstår som følge av akkulturasjon

Skjer individuelt både hos majoritet og minoritet,
og i systemer

Akkulturasjonsstress er permanent i et flerkulturelt samfunn

Eksempler på akkulturasjonsstress (kulturtilpasningsstress) i systemer...

- Ikke orke å forholde seg til målgruppen – «de må tilpasse seg!»
- Ikke ville gjøre noe annerledes eller ekstra – «jeg behandler alle likt»
- Ville tilpasse alt – misforstått kultursensitivitet
- Kreve oppførsel som er «normal»... «Her i Norge....»
- Unnskyldte alt norsk
- Synes synd på...stakkarsliggjøring...
- Bli sint på, bli krevende, passiv aggressiv, nedlatende, «oppdragende» i tonen
- Bruke generalisering og stereotypier i forståelsen av enkeltpersoner

«Denne saken handler ikke om kultur!»

Det meste handler om kultur – min eller andres

Vi er alle formet av vår egen sosialisering og står oss selv nærmest

Hvilke briller bruker jeg når jeg ser på andre?

Hvordan tolker jeg det jeg ser?

Hvilke redskaper har jeg til å forstå det som er annerledes?

Tilbudet gjelder til 31.01.23 ved fremvisning av studentbevis og med 12 mnd. binding fra startdato.

INNENRIKS

Strengt uskrevne sosiale regler: – Norge er et annerledesland

Hvorfor oppleves Norge som et av de strengeste landene i verden når det gjelder uskrevne sosiale regler? Det har to professorer forsøkt å finne ut av.

Norge har nesten like strenge sosiale normer som Pakistan, Singapore og Sør-Korea. Det viste en internasjonal studie som ble publisert i tidsskriftet Science for noen år siden.

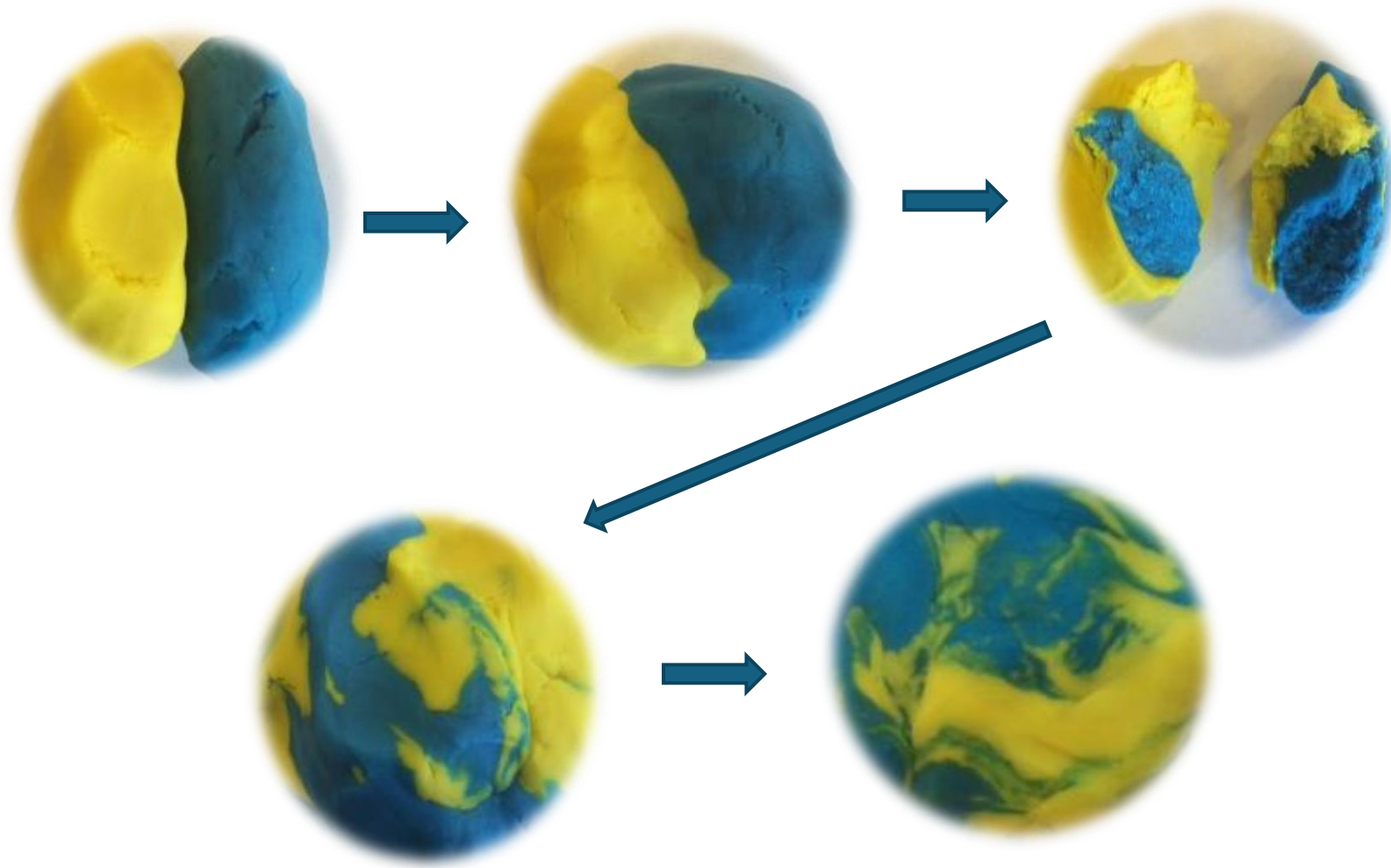
Hva viser
forskning om
risiko

Migrasjon er en risikofaktor

Akkulturasjonsstress er permanent
i et flerkulturelt samfunn

Akkulturasjon må jobbes med!

Love is not enough



CROSS CULTURAL KIDS (CCK)

*«Et krysskulturelt barn/ungdom (CCK)
er en person som har levd i to eller flere kulturelle miljøer i en
viktig del av barne- og ungdomsårene..»*

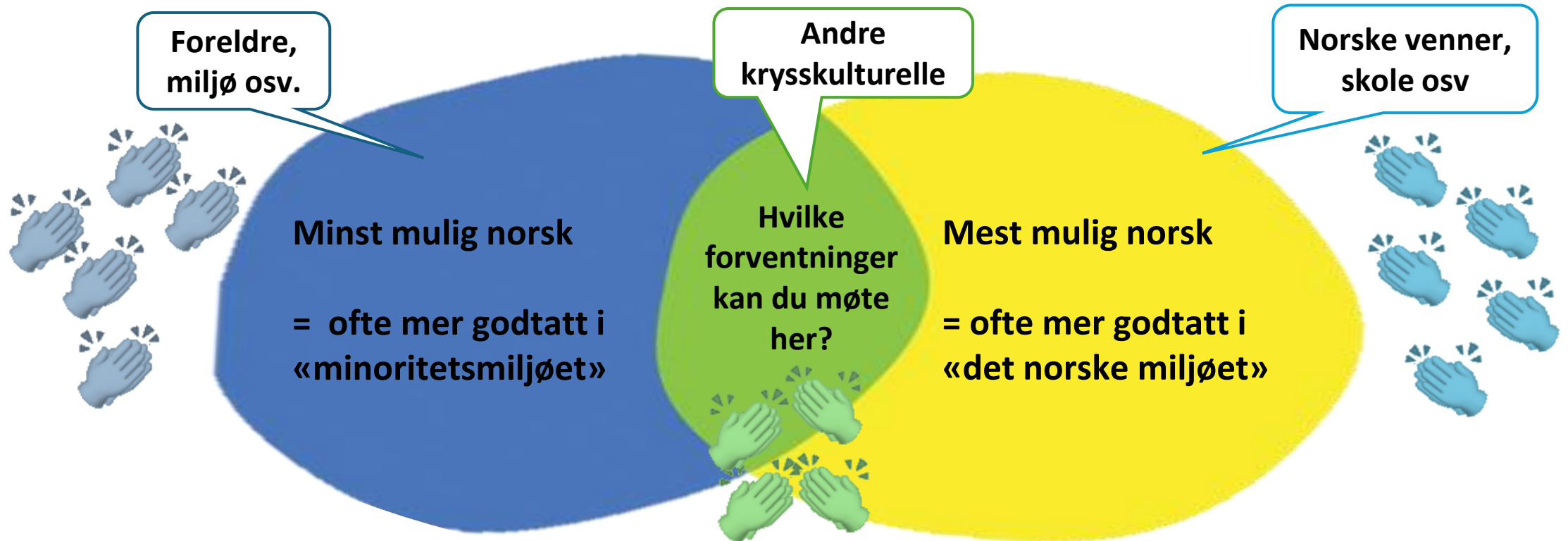
(Ruth van Reken)

Mange CCKere vil også kjenne seg igjen i at:

- De kjenner tilhørighet til begge/alle kulturene uten å ha full tilhørighet (100%) til noen av dem
- De kan kjenne tilhørighet til andre mennesker med lignende bakgrunn



FORSKJELLIGE FORVENTNINGER



En slik oppvekst
gir deg også mye

KUNNSKAP

ERFARING

RESSURSER



Dobbelsosialisering til flere kulturer

RESSURSER (potensielle)

Tilpasningsdyktig (kameleon)
Observasjonsevne
Mindre fordommer
Etnisk blandet vennekrets
Fellesskap og mangfold
Sosiale evner – mye kunnskap
Flerspråklig

•UTFORDRINGER (risiko)

- «Forstrekt» – hvem er jeg?
- Manglende deltagelse
- Flere fordommer
- Annerledeshet
- Rasisme og diskriminering
- Sosiale og kulturelle «hull»
- Mangler flytende språk - begrepshull

**"Jeg føler meg klemt flat
som veggen mellom to rom
- det ene rommet er hjemme
- det andre er vennene mine
ute."**

Jente 16



**«Vi lever liksom to helt
forskjellige liv - ett hjemme
og ett ute»**

Jente 19



Hva skjer når en familie flytter til et annet land?

**«Parents adapt,
children absorb»**

**«Foreldrene tilpasser seg,
barna tar det opp i seg»**

Matt Neigh, Norut-konferansen Hamar 2005





Filmen "Sara" | IMDi

TILHØRIGHET ELLER TILPASNING

"If I get to be myself, I belong
If I have to be like you, I fit in"

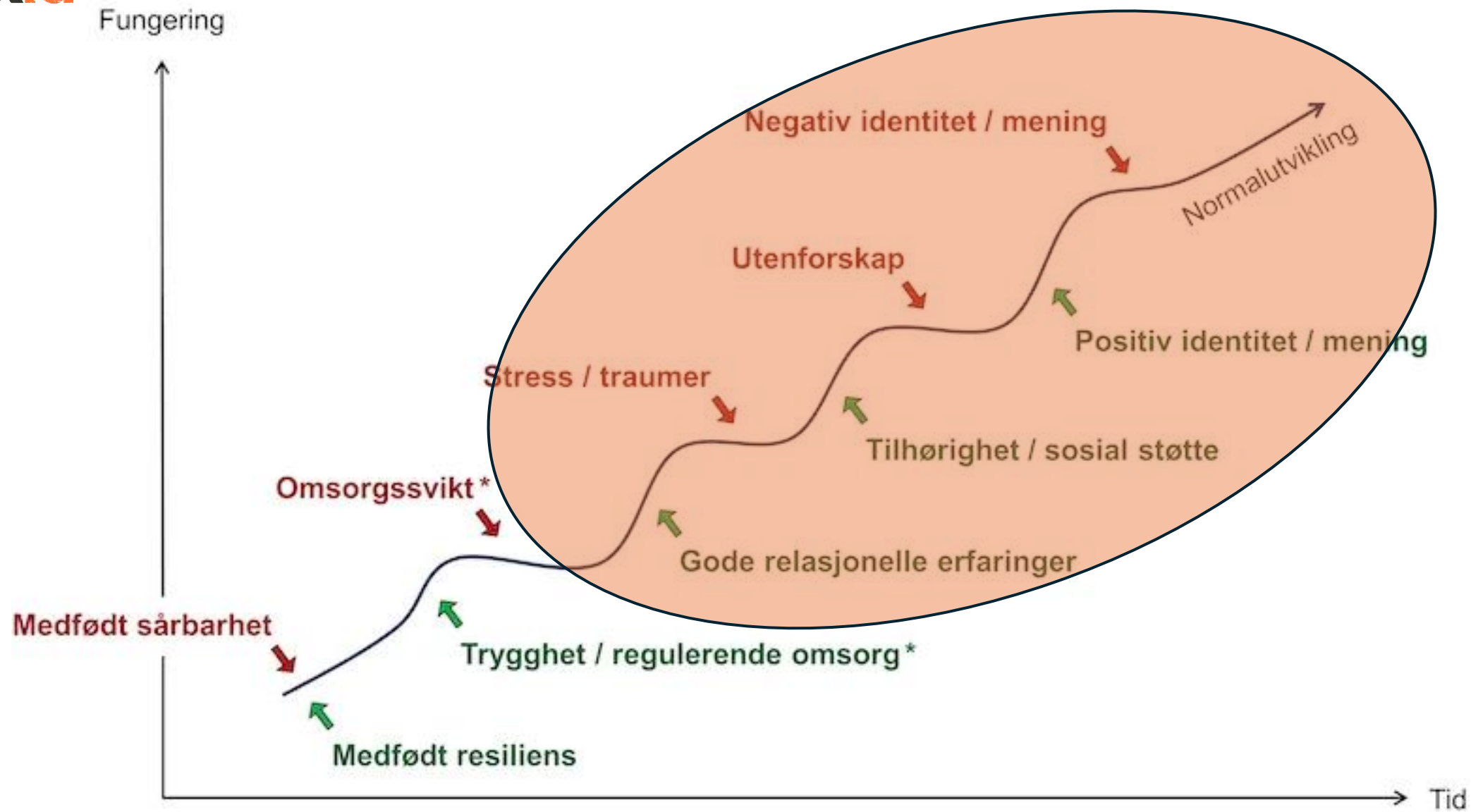
Not every place you fit
is where you belong



"Hvis jeg får være meg selv, hører jeg til
Hvis jeg må bli lik deg, tilpasser jeg meg"

Brené Brown





*Kun eksempler på risiko- og beskyttende faktorer, ikke ment å være dekkende

UTVIKLINGSKURVE: En illustrasjon på normal utvikling. Illustrasjon: Dag Ø. Nordanger.

Resiliensfaktorer

- Tilhørighet
- Forståelse
- Identitet
- Mestring
- Relasjon til minst 1 voksen
- Gode opplevelser/latter



Gode

læringsbetingelser!



ENTEN - ELLER

Noen føler at de må velge –
enten oppvekstlandsidentiteten
eller «hjemlandsidentiteten»



VERKEN – ELLER

Noen føler seg verken
det ene eller det andre



Det beste er å kunne føle seg som «**BÅDE - OG**»

En identitetsbeskrivelse som har rom for alle de ulike verdenene



Takk for oppmerksomheten!

beyar.mikail@flexid.no

Tlf: 94 48 49 46