

Kandidatnummer: 7162

## **BSOBAC - 3 V22**

### **Bacheloroppgave med forskningsmetode**

#### **Ensomhet blant flyktninger**

En litteraturstudie om hvilke faktorer fører til at enslige mindreårige flyktninger  
opplever ensomhet



---

Universitetet  
i Stavanger

**Det samfunnsvitenskapelige fakultet**

**Bachelor i sosialt arbeid**

UIS - Mai 2022

**Kandidatnummer: 7162**

Antall ord:12769

Kandidatnummer: 7162

«Friheten er en vakker ting, men ikke når det skal betales med ensomhet»

Bertrand Russell

# Innholdsfortegnelse

<b>1.0 Innledning</b> .....	<b>4</b>
1.1 Bakgrunn for valg av tema .....	4
1.2 Problemstilling .....	5
1.3 Begrepsavklaring .....	7
1.3.1 Hvem er de enslige mindreårige flyktingene? .....	7
1.3.2 Ensomhet .....	8
1.3.3 Psykisk traume .....	8
1.4 Formål med oppgaven .....	9
<b>2.0 Kunnskapsgrunnlag og teoretisk rammeverk</b> .....	<b>10</b>
2.1 Tilknytningsteori .....	10
2.2 Resiliensteori .....	12
2.3 Nettverksteori .....	13
2.3.1 Sosialt nettverk .....	13
2.4 Traumeperspektivet .....	14
<b>3.0 Metode</b> .....	<b>15</b>
3.1 Valg av metode .....	15
3.2 Litteraturstudie som forskningsmetode .....	16
3.3 Datainnsamling .....	17
3.4 Analyse ved hjelp av en oversiktstabell .....	20
3.5 Presentasjon av forskningsartikler .....	22
3.6 Studiens troverdighet .....	25
<b>4.0 Funn og drøfting</b> .....	<b>27</b>
4.1 Presentasjon av funn .....	27
4.1.1 Separasjon mellom foreldre og barn .....	27
4.1.2. Sosiale relasjoner .....	28
4.1.3 Psykisk helse – ensomhet .....	30
4.2 Drøfting av funn .....	32
4.2.1 Seperasjon sett fra tilknytningsteoriens perspektiv .....	32
4.2.2 Nettverk og dets relevans .....	33
4.2.3 Ensomhet sett fra traumeperspektivet .....	35
4.3 Kritisk vurdering av funn .....	36
<b>5.0 Avslutning</b> .....	<b>38</b>
<b>Referanseliste</b> .....	<b>39</b>

## 1.0 Innledning

### 1.1 Bakgrunn for valg av tema

Det oppstår ofte store konflikter, krig og klimaskapende endringer i verden, noe som forårsaker mange millioner av mennesker på flukt (Mæland, 2016, s. 59). I begynnelsen av 2021 var det 82,4 millioner mennesker på flukt i verden, blant disse var 4,1 millioner asylsøkere (FN-sambandet, 2021). En stor andel av disse er enslige mindreårige, og i 2021 mottok Norge 181 enslige mindreårige flyktninger (Utlendingsdirektoratet, 2022). Enslige mindreårige flyktninger blir betegnet som en sårbar gruppe på grunn av at de er unge mennesker som måtte flykte ifra vanskelige leveforhold som følge av blant annet krig, forfølgelse og andre traumatiske hendelser. De har blitt separert fra sin familie og kommer inn i et nytt samfunn med en annen kultur og tradisjon, samt et fremmed språk (Svendsen et al., 2018, s. 8). Det er mye for dem å lære på kort tid, både det å lære seg et nytt språk og ta opp utdanningen (Lynnebakke & Pastoor, 2020, s. 11).

I februar 2020 ble første smittetilfellet av Covid-19 viruset påvist i Norge, dette har ført til store endringer for både enkeltindivider og samfunnet. 12. mars 2020 iverksatte myndighetene de mest inngripende tiltakene Norge har opplevd i fredstid. Formålet med disse tiltakene var å begrense smittespredningen i Norge (Tjernshaugen et al., 2021). Tiltakene dreiet seg blant annet om sosial distansering, isolering og bruk av hjemmekontor (Vedaa et al., 2021). Samtidig reduserte en rekke virksomheter tilbudet eller stengte ned ettersom nær fysisk kontakt var nærmest uunngåelig (Lauveng & Skjeldal, 2020, s. 2). Enslige mindreårige flyktninger er blant de som er mest sårbare overfor pandemiens virkninger, ettersom de lettere kan rammes av usikkerheten rundt tilgang til helsetjenester og konsekvenser av at saksbehandlingen av asylsøknader utsettes. Nye kriser kan medføre til en reaktivering av tidligere traumer og ikke minst kan nedstengningen av samfunnet og tiltakene som har tredd i kraft føre til at enkelte ikke vil få tilgang til frivillige støttetiltak, noe som kan føre til at de vil befinne seg i en mer sårbar situasjon (Nasjonalt kunnskapssenter, 2020, s. 3-4). Forskning viser til at enslige mindreårige flyktninger har større risiko for psykiske problemer som ensomhet, angst, depresjon og posttraumatisk stresslidelse (PTSD) (Svendsen et al., 2018, s. 76). Selv om de er en spesielt utsatt gruppe med flere risikofaktorer så har de styrker, ressurser og selvstendighet (Svendsen et al., 2018, s. 9).

Mitt engasjement og interesse for dette tema kom ettersom jeg selv har flyktet med min familie som barn. Det å ha kjent på de samme utfordringene som de enslige mindreårige flyktingene møter, som blant annet ensomhet, det å lære et nytt språk, prøve å bli integrert og få seg nye venner. Samtidig det å føle seg adskilt og bli kategorisert som «dere» og «oss» både når det gjelder kultur, språk og utsende noe som svekker følelsen av tilhørighet. Enhver flykting er unik med forskjellige historier og opplevelser. Det er derfor viktig å tenke på hvordan de blir påvirket av dette. Jeg har vært takknemlig for å ha hatt mine foreldre med meg hele tiden gjennom den farefulle reisen noe som gjorde at jeg følte meg tryggere og tatt vare på da de hele tiden har prioritert mitt liv og helse frem for seg selv. Min opplevelse under flykt og etter ankomst til Norge fikk meg til å spekulere om hvordan det har vært for enslige mindreårige flyktingene og hvordan ble deres psykiske helse, utvikling og integrasjon påvirket uten familien ved sin side.

## 1.2 Problemstilling

Den norske dokumentaren *Flukt*, og krigen som har oppstått mellom Russland og Ukraina har gjort dette temaet dagsaktuelt. Konflikten mellom Russland og Ukraina har ført til at halvparten av barna i Ukraina er drevet på flukt (Rønning & Darrud, 2022). Enslige mindreårige flyktinger er en sårbar gruppe ettersom de har opplevd mange utfordringer som kan prege deres psykiske helse. Noe som fører til at de blant annet føler seg utenforstående og alene. Flere publikasjoner tar opp temaet ensomhet knyttet til enslige mindreårige, men det er en mangel på en mer helhetlig gjennomgang hvor de enslige mindreårige får selv komme til ordet, og fortelle om sine egne synspunkt og erfaringer (Svendsen et al., 2018, s. 79-81). Det er viktig å ta enslige mindreårige flyktingers synspunkter i betraktning ettersom de har bedre kjennskap til egen situasjon. Min oppgave vil bidra med å sette søkelys på dette kunnskapshullet, og dermed belyse brukerperspektivet som fremstår som fragmentert og mangelfull. Samtidig har jeg valgt å sette fokus på hovedsakelig mannlige enslige mindreårige flyktinger, men kvinner er ikke ekskludert. Dette er på grunn av at det er i stor grad menn som søker asyl (beskyttelse). Problemstillingen min blir derfor:

Hvilke faktorer fører til at enslige mindreårige flyktinger opplever ensomhet?

Ettersom ensomhet ikke alltid er synlig og ofte tabubelagt, er det viktig at profesjonelle hjelpere er åpne for at ensomhet kan være en årsak til problemene som hjelperne møter i sosialsektoren (Halvorsen, 2005, s. 14). Sosionomer kommer enten direkte eller indirekte i kontakt med enslige mindreårige flyktninger. De kan være ansatt i flyktingtjenesten, bofellesskap, Nav, barneverntjenesten eller andre tjenesteenheter som har faglig grunnlag for å kunne arbeide med denne gruppen (FO, 2019). Ettersom det har kommet mange flere enslige mindreårige flyktninger de siste årene enn det har tidligere, er det rett å tenke at vi trenger mer kunnskap om denne gruppen.

I fellesorganisasjonen yrkesetiske grunnlagsdokumentet (FO, 2019) for barnevernspedagoger, sosionomer, vernepleiere og velferdsvitere påpekes det at sosionomer har et særskilt ansvar for å bistå de som ikke selv kan ivareta egne interesser og behov, og ha solidaritet med de utsatte gruppene. Samtidig skal sosionomene bekjempe forskjellsbehandling av religion, kultur, språk og andre vesentlige personforhold (FO, 2019, s. 3). Det er mange enslige mindreårige flyktninger som har opplevd overgrep, vold, krig og andre traumatiske hendelser. Tap og atskillelse av omsorgspersoner er ofte noe som kommer i tillegg til dette (Oppedal et al., 2009, s. 11). En kan anse enslige mindreårige som en sårbar og utsatt gruppe, og på grunn av dette blir de en målgruppe for sosionomer. Derfor er det betydningsfullt å ha kunnskap om enslige mindreårige flytninger, slik at en kan ivareta deres behov, livsvansker og sammensatte utfordringer.

## 1.3 Begrepsavklaring

### 1.3.1 Hvem er de enslige mindreårige flyktingene?

Det å være en flykting er en fellesbetegnelse for personer som har flyktet fra sitt opprinnelsesland, og som frykter forfølgelse på grunn av sine politiske oppfatninger, nasjonalitet, rase, religion eller assosiasjon til en spesifikk sosial gruppe (FN- sambandet, 2021). En flykting som ankommer Norge når vedkommende er under 18 år blir definert som enslige mindreårig flykting (EMF). Dette er barn og unge som har kommet til Norge uten foreldre eller noen med foreldreansvar (Eide, 2020, s. 30). De enslige mindreårige som ankommer Norge, er en heterogen gruppe. De kommer fra forskjellige kulturer, land, folkegrupper, religioner og snakker forskjellige språk. De er fra ulike regioner i eget land, enten fra tettsteder eller store byer. Videre har de ulik økonomisk og sosial bakgrunn, de har ulik kompetanse, kunnskap og skolegang. Noen av ungdommene har gode kvalifikasjoner mens andre må lære seg grunnleggende ferdigheter som lesing og skriving. De er både gutter og jenter i forskjellig alder. De enslige mindreårige fra samme land kan tilhøre ulike folkegrupper, i noen tilfeller fra begge sider av konflikten i hjemlandet. De har ulike behov, blant annet behov for psykososial oppfølging med fokus på traumatiserende opplevelser både før og under flukten. Forskjellene og likhetene fremstiller behovet de enslige mindreårige har for individuelle tilrettelegging og oppfølging (Svendsen et al., 2018, s. 8).

Enslige mindreårige flyktingers alder er avgjørende for asylsøknaden, mottaket og bosettingen. For både myndigheter og omsorgspersoner på innvandrerfelt har barnets alder en stor betydning. For alle de mindreårige er alderen en avgjørende faktor for hvilke rettigheter de har i forhold til oppholdsstatus, oppfølgingen fra barnevernet og rettigheter når det gjelder skolegang. For omsorgsapparatet vil det å fastslå alder være viktig for å gi riktig omsorg og utviklingsstøtte etter behovet til hver enkelte, og for å fastslå om utlendingsmyndighetene eller barnevernet har ansvaret for omsorg i mottaksfasen (Eide, 2020, s. 42). Statlig barnevern har ansvaret for at alle enslige mindreårige under 15 år får tilbud om opphold på omsorgssenter. Derimot har utlendingsdirektoratet et ansvar for å gi de enslige mindreårige over 15 år tilbud om plass i et mottak (Barne- og familiedepartementet, 2021).

### 1.3.2 Ensomhet

Ifølge Nilsson (2004) kan en forstå begrepet ensomhet på ulike måter. På en side vil den bli beskrevet som en sykdom som kan behandles og på den andre siden vil ensomhet bli sett på som en del av mennesket (s. 38). Ensomhet blir i dagligtalen omtalt i forbindelse med mislykkethet, alderdom eller kritiske hendelser som tap. I medisinsk og psykologisk forskning blir ensomhet omtalt som motstykket til fellesskapet, trivsel og god helse. Opplevelsen av ensomhet er subjektiv og kan som regel ikke ses (Halvorsen, 2005, s. 15). På grunn av dette er ensomhet ikke identisk med det å være isolert og alene. Ensomhet kan oppleves både av utadvendte og av mer tilbaketrekkende mennesker. En annen måte å beskrive ensomhet på er; emosjonell ensomhet hvor det er mangel på nær personer og sosial ensomhet hvor det er mangel på sosialt nettverk. Videre har ensomhet flere følelsesmessige uttrykk som kjedsomhet, smerte, savn, sinne og tomhet. Disse kan virke både inhiberende og motiverende i forhold til atferd (Peplau & Perlman, 1982, s. 4).

### 1.3.3 Psykisk traume

Begrepet psykisk traume kan karakteriseres som en ukontrollerbar hendelse som utgjør en emosjonell belastning for dem som rammes. Skadevirkningene kan være alvorlige, som vil føre til redusert livskvalitet og alvorlig helseproblemer (Helgesen, 2017, s. 220). Psykisk traume har to hovedtyper, type 1 og type 2. Type 1- traume innebærer enkeltstående hendelser som er svært belastende som for eksempel naturkatastrofer eller voldtekt, dette kan føre til helseskader på lang sikt. Type 2- traumer handler om påvirkninger som foregår jevnlig, som for eksempel gjentatt mishandling eller seksuelle overgrep og innebærer høyere risiko for svekket psykisk helse (Helgesen, 2017, s. 224).



## 1.4 Formål med oppgaven

Formålet med denne bacheloroppgaven er å få frem hvilke faktorer som fører til at enslige mindreårige flyktninger opplever ensomhet. Før å få dette innsynet er det nødvendig å ha kunnskap om tilknytningsteorien for å kunne forstå effekten av separasjon mellom foreldre og barn. Deretter ser vi på resiliensteorien for å se hvordan de enslige mindreårige har klart seg til tross for risikofaktorer, videre skal vi se på nettverksteorien for å fremheve viktigheten av nettverk for de enslige mindreårige flyktingene. Til slutt skal vi se på hvordan tidligere traumer preger de enslige mindreårige. Med litteraturstudie som metode og utvalgte teorier vil jeg fremheve teoretisk kunnskap rundt dette temaet.

## 2.0 Kunnskapsgrunnlag og teoretisk rammeverk

I dette kapittelet har jeg valgt å anvende teorier som er sentrale for å få større forståelse av oppgaven, og som vil bidra til å belyse oppgavens problemstilling. Teoriene jeg har valgt å ta i bruk i denne oppgaven er tilknytningsteorien, resiliensteorien, nettverksteorien og traumeperspektivet; disse teoriene er ment å supplere hverandre. Tilknytningsteorien er veldig relevant for min oppgave, som følge av at enslige mindreårige flyktninger har kommet til Norge uten noen med foreldreansvar, og viktigheten av god tilknytning mellom barn og foreldre. Samtidig vil det bidra til at en vil se barnet bedre. Resiliensteorien står sentralt ettersom en kan bruke kunnskap om dette til å gi effektiv hjelp til de som trenger det, og særlig de som ikke utvikler resiliens. Det er viktig å forstå nettverksteorien, fordi det har stor betydning for tilpassningsprosessen og for å redusere følelsen av ensomhet. Til slutt har jeg valgt å presentere traumeperspektivet som er viktig å ha kunnskap om for å kunne forstå de enslige mindreåriges psykiske helse.

### 2.1 Tilknytningsteori

Tilknytning innebærer en affektiv forbindelse som et individ danner til en annen (Brandtzæg et al., 2011, s. 20). Kunnskap om dette feltet vil bidra til at en ser barnet bedre (Killén, 2013, s. 51). Et viktig grunnlag for tilknytningsteorien er at barn vil lære om sine følelser gjennom gjensidig samhandling med omsorgspersoner, samtidig en nær relasjon til minst én pålitelig og responderende voksen. Dette er viktig for at barnet skal ha god utvikling, og de emosjonelle utviklingsprosessene imellom tilknytningspersonen og barnet vil føre til å forstå, gjenkjenne, lære og uttrykke egne følelser (Daniel et al., 2004, s. 18-20). Det dreier seg om å være tilgjengelig for barnet og danne god relasjon som kan føre til bedre trivsel og utvikling. «Hvis et barn er trygt på at tilknytningspersonen er tilgjengelig når det er nødvendig, har de tilegnet seg en viktig stressregulerende emosjon» (Brandtzæg et al., 2011, s. 19).

John Bowlby regnes som grunnleggeren av tilknytningsteorien på grunn av studiene han foretok angående tilknytning mellom foreldre og barn. Bowlby fokuserte på barnets relasjoner til omsorgsgiverne og foretok observasjoner av barnets reaksjon i forbindelse med separasjon fra foreldre (Smith, 2002, s. 11-12). Fra 1969-1982 arbeidet Bowlby med en utbredt teori angående tilknytning, arbeidet Bowlby foretok skapte fundamentet for moderne teori angående tilknytning mellom barn og foreldre (Brandtzæg et al., 2011, s. 21-24).

Tilknytningsteori gir en forklaring på hvorfor relasjonen mellom barn og omsorgsgivere er fundamentalt i utviklingen til et menneske. Bowlby (1988) mente at barn har et biologisk behov for å etablere tilknytning med omsorgsgivere. Dette er noe barnet gjør via tilknytningsatferd for å søke beskyttelse fra omsorgsgiver. Mennesker er på grunn av dette innrettet til overlevelse. Atferden som sikrer individets overlevelse har en selektiv evolusjonsmessig funksjon og blir dermed overført gjennom generasjoner (Brandtzæg et al., 2011, s. 21-22).

Mary Ainsworth var den første som tok tak i de teoretiske spørsmålene angående hva som bestemmer utrygg og trygg tilknytning hos normalutviklede barn. Gjennom studier ble Ainsworth overbevist om at tilstedeværelsen av en responsiv og trygg omsorgsperson var avgjørende for utviklingen av en trygg tilknytning (Brandtzæg et al., 2011, s. 48). Barn med oppvekst i familier hvor omsorgsutøvelsen er tilstrekkelig i den forstand at omsorgspersonene er responsive, kjærlige, og aksepterende, utvikler vanligvis en trygg form for tilknytning. Omsorgspersonene er ikke bare opptatt av barnets fysiske behov, men også deres mentale behov. Dette gjør at forholdet mellom barn og omsorgsperson er preget av samarbeid og koordinering. Omsorgspersoner som klarer å avpasse omsorgen bistår barnet til å føle seg forstått (Brandtzæg et al., 2011, s. 27). Barn med trygg tilknytning til omsorgspersonen kan bli engstelig når vedkommende ikke vet hvor omsorgspersonen befinner seg, men i det øyeblikket omsorgspersonen er tilbake vil de få en følelse av kontroll og sikkerhet. Slik er det ikke for barn med utrygg tilknytning. Det finnes to grunntyper av utrygg tilknytning, disse er utrygg/unnvikende og utrygg/ambivalent. Utrygge barn får som regel en følelse av engstelighet hvis de ikke vet hvor omsorgspersonen befinner seg, samtidig er de usikre på hvordan omsorgspersonen vil reagere når de kommer tilbake. Utrygge barn mangler noen ganger tillit til omsorgspersonens evne til å sørge for psykologisk eller fysisk sikkerhet når barnet trenger det (Brandtzæg et al., 2011, s. 28).

## 2.2 Resiliensteori

Begrepet resiliens innebærer «god fungering tross risiko» (Borge, 2018, s. 18). Resiliens handler om individets motstandskraft mot utvikling av psykiske problemer. Det fremkommer hos barn som viser vellykket og effektiv tilpasning, til tross for å ha opplevd traumatiske hendelser (Borge, 2018, s. 17). En kan si at resiliensteorien er en styrkebasert måte å forstå utviklingen hos barnet på. Tidligere ble begreper som usårbare, uovervinnelige, motstandsdyktige eller løvetannbarn benyttet overfor slik personer. Begrepene var ikke tilstrekkelig, ettersom disse begrepene ville få en til å tenke at slike barn ville tolerere alle mulige utfordringer, dermed benyttes i dag begrepet resiliens om denne gruppen (Kvello, 2015, s. 241-242). Resiliens og resilient har ulike betydninger, resilient uthever det som er «i barnet» og kan betraktes som et personlighetstrekk. Det er viktig å bemerke seg at et barn kan være resiliente overfor enkelte utfordringer i miljøet og ikke overfor andre. På den andre siden er resiliens noe mer, resiliens kobler egenskapene hos et barn til egenskapene i miljøet (Borge, 2018, s. 18). Teorien framhever beskyttelsesfaktorer i individet, miljø, kultur og familie. Resiliensteorien bygger på andre relevante teorier som for eksempel tilknytningsteorien (Borge, 2018, s. 39). I resiliensteorien står begrepene «risiko» og «beskyttelse» sentralt (Helgesen, 2017, s. 152).

Risikofaktorer innebærer alt som øker risikoen for sykdom eller skade hos individet som blir utsatt for det. Det som hindrer et barn i å tilfredsstille sitt grunnleggende behov, innebærer en risiko. Eksempelvis kan det være faktorer som svekker barnets trygghet og tillitt til andre mennesker. Det er viktig å understreke at alle risikofaktorer er ikke alvorlige. Risikofaktoren kan variere i intensitet, oppstå alene eller sammen en annen risikofaktor og kan være akutt eller kronisk. Det får fram at resiliensbegrepet er ikke ensartet (Helgesen, 2017, s. 152).

Beskyttelsesfaktorer betegner faktorer som minsker effekten av risiko. Forskning poengterer at barn kan ha egenskaper som fungerer beskyttende. Barnet kan for eksempel ha evne til å tolke problematiske situasjoner i en mer positiv retning eller at barnet har en utadvendt og åpen væremåte. Visse egenskaper har en sammenheng med at barnet i liten grad er predisponert for sårbarhet. I tillegg vil støtte av venner og slektninger gi beskyttelse i sosiale omgivelser. Det vises en klar sammenheng mellom de gunstige egenskapene til barn og beskyttelsen de oppnår i det sosiale plan (Helgesen, 2017, s. 152-153).

## 2.3 Nettverksteori

«Sosialt nettverk er et faguttrykk for kontakt og samhandling mellom mennesker» (Fyrand, 1994, s. 9). Nettverksteorien fokuserer på relasjonene mennesker har seg imellom, ikke egenskaper ved enkeltindivider. Enhver relasjon utgjør et samlet nettverk, noe som blir betraktet som strukturell kontekst for å forstå enkelt individer og relasjoner. De siste tiårene har det sosiale nettverket utviklet seg, i begynnelsen av 1960-tallet ble studiene som ble foretatt angående sosiale nettverk begrenset på relasjoner på mikronivå, som lokalsamfunnet og familie. I senere tid har det utviklet seg til en ser på det større nettverksmønsteret altså på makronivå ettersom dette vil gi en større teoretisk innsikt, slik av vi kan se på forskjellen mellom sterke og svake bånd mellom individer og betydningen av dette. Sterke bånd mellom individer kan en som regel se i avgrensede grupper, hvor alle i gruppen har en sterk tilknytning til hverandre. Svake bånd derimot representerer forbindelseslinjer mellom enkeltindivider og kan skape muligheter (Korsnes, 2008, s. 210).

### 2.3.1 Sosialt nettverk

Sosiale nettverk er en av måtene vi dekker det sosiale behovet vårt for kjærlighet og tilhørighet, det dekker også behovet vi har for trygghet i forhold til Maslows behovspyramide (Haugan, 2021). Som mennesker har vi et behov for å tilhøre, og i hverdagen tilhører vi nettverk, og har roller i forskjellige sammenheng. Eksempel på slike roller er foreldre eller skole som en tilhører eller skaper en tilhørighet til (Berg & Lauritsen, 2009, s. 196).

Mennesker som har opplevd flykt eller har flyttet fra sitt opprinnelige hjemland, opplever ofte at mye av det opprinnelige nettverket forsvinner eller blir redusert. Fravær av det sosiale nettverket, kan påvirke både hverdagen og fremtidshåpene en person har (Berg & Lauritsen, 2009, s. 196). Flyktninger som ankommer Norge, oppfatter ofte at det er vanskelig å få kontakt og bli kjent med nordmenn. Dette kan skyldes delvis på språkbarrieren, men det også omfavner forskjeller når det gjelder, livsstil, verdigrunnlag og væremåte. Nordmenn oppleves generelt ikke nysgjerrig i møte med nye mennesker. Kulturforskjeller kan gjøre det vanskelig å møtes, negativ dekning i media om bestemte folkegruppe kan bidra i en økning av avstanden mellom nordmenn og migranter (Berg & Lauritsen, 2009, s. 189).

For at en skal mestre det å flytte til et nytt land på best mulig måte, trenger en sosial og praktisk støtte i tillegg til ressurser. En viktig formidler av sosial støtte kan være venner, disse vennene kan på flere måter ta over flere av de viktige familiefunksjonene. Vennskap eller kontakt imellom nordmenn og innvandrere er viktig for tilpasningsprosessen og for å redusere sosial fremmedgjøring og ensomhet. Det kan være avgjørende å ha venner fra eget land og kultur for å forebygge mot isolasjon og ivareta sin egen identitet (Dalgard & Døhlie, 1995, s. 90-91). Individuer søker etter andre mennesker som er lik som seg selv, dette gjør de fordi de får en positiv bekreftelse på sin identitet (Bø & Schiefloe, 2007, s. 83-84). Dette begrenser flyktningene ofte til individer med lik bakgrunn og erfaring, som fører til en gjensidig annerkjennelse. Det gir en tilhørighet og trygghet, men fører til at en er lengre unna andre nettverk (Fyrand, 1994, s. 100).

## 2.4 Traumeperspektivet

Enslige mindreårige flyktninger har opplevd brudd på relasjoner til familiemedlemmer og venner, i tillegg til å ha mistet sine omsorgspersoner. Flere enslige mindreårige flyktninger har blitt utsatt for krigsrelaterte og traumatiske hendelser hvor livet deres har vært i fare, eller de har måtte frykte for andres liv. Traumeperspektivet vil bidra til å forstå de enslige mindreårige flyktnings psykiske helse (Figur nr. 1). Forskning som er blitt gjort angående dette, har undersøkt sammenhengen mellom mengde og type traume-eksponering på en side, og psykiske plager som depresjon, ensomhet og posttraumatiske stress lidelser på den andre siden. Forskning har vist at enslige mindreårige flyktninger er i større grad utsatt for traumatiske hendelser enn flyktninger som reiser med sine omsorgspersoner. Samtidig viser det seg at traumer som de enslige mindreårige har opplevd før de ankom destinasjonen, delvis avklarer variasjonen i deres psykiske plager (Oppedal, 2013, s. 6-7).

Figur nr.1: Illustrasjon av traumeperspektivet (Oppedal, 2013)



## 3.0 Metode

### 3.1 Valg av metode

Metoden en velger å ta i bruk i en oppgave er verktøyet vi kan benytte oss av i møte med det vi ønsker å undersøke (Dalland, 2020, s. 54). Ifølge Dalland (2020) handler metoden om fremgangsmåten for å samle eller etterprøve kunnskap. Det finnes ulike metoder som kan brukes i framgangsmåten. Bakgrunnen for valg av metode baseres på at en mener at den spesifikke metoden vil gi best mulig data og belyse den problemstillingen oppgaven tar for seg på en bedre måte (s. 53). Metoden hjelper oss med innsamling av data, altså den nødvendige informasjonen om det en vil undersøke (Dalland, 2020, s. 54).

Dalland (2020) hevder at en måte å beskrive metode på er som å følge en vei mot et mål. Forskeren som har tatt i bruk en metode skal kunne beskrive veien en har gått og redegjør for valgene som er blitt tatt gjennom prosessen mot målet. Metoden en har valgt klarer ikke alltid å fange opp alt en ønsker å undersøke, dermed er det viktig å gjøre rede for svakheter med metoden eller om noe spesielt kan ha innvirkning på resultatet (s. 56).

En annen måte å se metodevalget på er at det blir styrt av problemstillingen. Det er ulike faktorer som kan påvirke valg av metode og hvorfor en velger den spesifikke metoden, én av disse kan være tiden en har disponibel, hvilken metode forskeren er best på og ressurser en har tilgjengelig. Det aller viktigste er å ha overveid og gjennomtenkt hvilken metode som vil gi best mulig data som belyser ens problemstilling på best mulig måte (Dalland, 2020, s. 193).

Det finnes ulike metoder å ta i bruk i en oppgave. Vi skiller som regel mellom kvantitativ, kvalitativ og litteraturstudie som metode. Kvantitativ metode vil gi oss data i form av målbare enheter, slik som prosent og tall om temaet vi undersøker. Når en tar i bruk kvalitativ metode så vil man fange opp opplevelser og meninger som ikke kan måles eller tallfestes (Dalland, 2020, s. 54). En litteraturstudie derimot vil gå i dybden av fagkunnskap og forskning som allerede eksisterer, dette kommer vi nærmere inn på i del 3.2 nedenfor (Dalland, 2020, s. 199).

## 3.2 Litteraturstudie som forskningsmetode

I denne bacheloroppgaven er det litteraturstudie som blir anvendt som forskningsmetode. En litteraturstudie dreier seg om å utføre en systematisk gjennomgang av forskningen som allerede eksisterer innenfor et fagfelt eller et tema som en ønsker å undersøke (Persson, 2021, s. 13). I en litteraturstudie vil ens data bestå av dokumenter og andre tekster, altså det er litteraturen som skal analyseres (Persson, 2021, s. 21). Formålet med litteraturstudie er å danne grunnlaget slik at en kan uttale seg om et bestemt tema (Persson, 2021, s. 14). Det krever å være systematisk gjennom hele prosessen av en litteraturstudie, det innebærer at alle de ulike delene i oppgaven skal bli gjennomført strukturert og systematisk. Persson (2021) fremstiller litteraturstudie i en modell kalt 6S-modellen, ettersom den er inndelt i seks deler der navnet på de ulike delene begynner på bokstaven S. De forskjellige delene blir kalt å spørre, søke, sortere, syntetisere, skrive og systematisere. De ulike delene i modellen har tett sammenheng og er like viktige. En må først finne et tema som en er interessert i, før en skal kunne søke etter det. Videre må en komme fram til noen funn, slik at en kan sortere og syntetisere funnene. De forskjellige delene må være til stede for at en skal kunne sette i gang skriveprosessen (s. 17). Ved grundig søking og analyse av den utvalgte litteraturen, vil en få ny innsikt og bedre forståelse som ellers ikke er mulig dersom en ikke analyserer de utvalgte artiklene og sette dem mot hverandre. Hvis en ser på de ulike delene av litteraturen som biter av et puslespill, så vil litteraturstudien være som å sette puslespillet sammen for å danne helheten (Aveyard, 2019, s. 2).

I denne oppgaven har jeg valgt kvalitativ litteraturstudie som metode, med tanke på at det vil belyse min problemstilling på best mulig måte og gi dypere innblikk. Kvalitativ litteraturstudie er den metoden som enge seg best til min problemstilling, ettersom jeg vil fremheve de enslige mindreåriges perspektiv på faktorer som fører til ensomhet. For å kunne ta i bruk kvantitativ metode må problemstillingen vinkles i en annen retning, for eksempel ved å se på utviklingen og omfanget av dette fenomenet. Denne oppgaven dreier seg om enslige mindreårige flyktninger, dermed vil det være uaktuelt med intervju av denne gruppen ettersom de blir beregnet som barn eller brukere. Derfor har jeg heller ikke lov å intervju de som inngår i denne gruppen, og det vil ikke være forsvarlig av meg som student å bruke kvalitativ forskningsmetode.



Årsaken til at jeg har valgt kvalitativ litteraturstudie som metode er for å få dypere innblikk og god oversikt i allerede eksisterende forskningsrapporter som er gjort angående min problemstilling, en positiv side med kvalitativ litteraturstudie er at det er mer informasjonstilgang. Det å forske på dette feltet som omhandler enslige mindreårige flyktninger og ensomhet er viktig for å kunne forstå dem bedre og bidra til at de blir mer integrert i samfunnet. Samtidig vil økt kunnskap om faktorer som fører til økt ensomhet hos enslige mindreårige flyktninger føre til at en kan sette bedre tiltak for å motvirke dette. Med andre ord vil det være nyttig for hjelpesystemer og beslutningsstrategier. Vi lever i et flerkulturelt samfunn og det oppstår stadig nye hendelser rundt om i verden som forårsaker at mennesker flykter, dermed er det viktig å belyse et felt som dette mer.

### 3.3 Datainnsamling

Innsamling av datamaterialet ble gjennomført fra 21. februar 2022 til 07. mars 2022 i databasen «Oria». Litteratursøket dreiet seg om å finne vitenskapelige artikler fra fagfelleverderte tidsskrift på både engelsk og norsk. Jeg valgte også å søke etter forskningsartikler på engelsk ettersom det var lite relevant forskning basert på mitt tema på norsk. Samtidig for å utvide søket og se hvilke andre aktuelle forskningsartikler jeg finner, før jeg utelukker det som ikke er relevant nok. I søkeprosessen frem til de fire utvalgte artiklene som jeg har valgt å ta i bruk i denne oppgaven, har jeg valgt å søke i norsk fagbibliotek slik at jeg får større tilgang til artikler. Videre valgte jeg funksjonen «avansert søk» fremfor «enkelt søk»; det gjorde at jeg kunne allerede her avgrense mine søkeord og det tidsrommet jeg ønsket å finne resultater fra.

For å avgrense søke mitt, slik at jeg får mest mulig aktuelle artikler frem, brukte jeg inklusjons- og eksklusjonskriterier. Inklusjons- og eksklusjonskriterier bidrar med å avgrense søket, altså det vil begrense antall artikler en vil få ved søket. Inklusjonskriterier kan for eksempel være språk og aldersgruppe. Eksempler på eksklusjonskriterier kan være tidsrom og publikasjonstype (Støren, 2013, s. 37-38). Inklusjons- og eksklusjonskriteriet vil være et hjelpemiddel til å utarbeide en strategi for litteratursøket, dermed vil søket bli mer relatert til det en virkelig ønsker å undersøke (Aveyard, 2019, s.77). Jeg valgte å søke etter forskningsartikler med kvalitativ tilnærming for å gå i dybden av temaet mitt og vektlegge betydningen av det, ettersom jeg var opptatt av hvordan de enslige mindreårige flyktningene selv beskriver opplevelsen av ensomhet. Prosessen av datainnsamling er illustrert nedenfor i tabell 1. Jeg kunne utelukke

mange av artiklene ved å lese overskriften eller sammendraget. Jeg har også benyttet meg av snøballmetoden for å finne relevant empiri, snøballmetoden kan benyttes for å finne til andre relevante kilder, for eksempel ved å se på referansen til en artikkel og dermed finne en annen relevant kilde. Snøballmetoden kan sees på som en snøball som i starten er liten, men gradvis blir større ettersom den ruller (Thagaard, 2009, s. 56).

Tabell 1: Datainnsamling illustrert

Database	Søkeord	Avgrensninger	Treff	Lagret
Oria	«Enslig mindreårig flyktning OG ensomhet»	Fagfellevurderte artikler Fra 2017- 2021	5	1
Oria	«Enslig mindreårig flyktning OG psykisk helse»	Fagfellevurderte artikler Fra 2017- 2021	10	0
Oria	«Unaccompanied minor AND loneliness»	Fagfellevurderte artikler Fra 2017- 2021	211	3

Datainnsamlingen resulterte i fire relevante artikler, nedenfor står de følgende artiklene fra dette søket som jeg har valgt å anvende i denne oppgaven.

1. Herz, M., & Lalander, P. (2017). Being alone or becoming lonely? The complexity of portraying ‘unaccompanied children’ as being alone in Sweden. *Journal of youth studies*, 20(8), 1062-1076. <https://doi.org/10.1080/13676261.2017.1306037>.
2. Waddoups, A. B., Yoshikawa, H., & Strouf, K. (2019). Developmental effects of parent – child separation. *Annual review of developmental psychology*, 1, 387- 410. <https://www.annualreviews.org/doi/10.1146/annurev-devpsych-121318-085142>.
3. Rode, H. P., & Skrolsvik, Ø. (2021). Ny borgere i et nedstengt Norge. *Tidsskrift for psykisk helsearbeid*, 18(2), 199- 202. <https://doi.org/10.18261/issn.1504-3010-2021-02-09>.
4. Jarlby, F., Goosen, S., Derluyn, I., Vitus, K., & Jervelund, S. S. (2018). What can we learn from unaccompanied refugee a adolescents’ perspectives on mental health care in exile? *European journal of pediatrics*, 177(12), 1767-1774. <https://doi.org/10.1007/s00431-018-3249-0>.

Den første artikkelen har jeg valgt ettersom den går i dybden om forskjellige perspektiv rundt ensomhet som er hovedtemaet i denne bacheloroppgaven. Den andre artikkelen har jeg valgt for å få bedre innblikk i effekten av separasjon mellom foreldre og barn, ettersom enslige mindreårige flyktninger er barn som flykter uten foreldre eller noen med foreldreansvar. Grunnen til at jeg har valgt å ha med den tredje artikkelen er for å se hvilke effekter vil det som foregår i samfunnet ha for de enslige mindreåriges situasjon. Covid- 19 pandemien har påvirket både individer og samfunnet, tanken var å se på om pandemien kan være en av årsakene som har fremmet eller forsterket opplevelsen av ensomhet hos enslige mindreårige flyktninger. Den siste artikkelen viser til flere av de samme faktorene som fører til økt ensomhet som tidligere valgte artikler, men valget er basert på at artikkelen omhandler den psykiske helsen generelt og hva de enslige mindreårige flyktingene selv mente vil forbedre deres psykiske helse.

Det har alltid vært en overrepresentasjon av gutter enn jenter som enslige mindreårige flyktninger. I utgangen av 2021 var det 208 gutter i alderen 11-17 som søkte asyl i Norge, i motsetning til gutter så var det kun 49 jenter innen samme aldersgruppe (Utlendingsdirektoratet, 2022). De fleste enslige mindreårige flyktingene som er gutter kommer fra Afghanistan, kjønnsfordelingen er jevnere når det gjelder enslige mindreårige flyktninger fra afrikanske land som Etiopia og Somalia (Kirkeberg & Lunde, 2021). Denne bacheloroppgaven belyser i stor grad unge mannlige flyktingers perspektiv i henhold til temaet ensomhet, men ikke eksklusivt som følge av at i artikkel 1 av Herz og Lalander (2017) er to av deltakerne unge jenter og artikkel 2 av Waddoups et al., (2019) er deltakerne av begge kjønn<sup>1</sup>.

---

<sup>1</sup> Jeg har vært i personlig kontakt med artikkelforfatteren, vedkommende nevnte at artikkelen inkluderer både unge jenter og menn.

### 3.4 Analyse ved hjelp av en oversiktstabell

Jeg valgte å fremstille artiklene i en oversiktstabell for å sette dem opp mot hverandre. Aveyard (2019) skriver at en oversiktstabell er en god måte å sortere funnene på, samtidig hjelper den å oppsummere alt i et dokument. Det gjør at en kan få oversikt over likhetene og forskjellelene mellom dem. I oversiktstabellen vil jeg ta med sentrale temaer som skiller seg ut eller gjentar seg i de fire valgte artiklene. Det vil hjelpe med å se kontraster og likheter mellom de forskjellige artiklene som har litt ulike utgangspunkter for metodebruk om samme tema (s. 137).

For å kunne trekke frem de ulike sentrale temaene i de forskjellige artiklene, utførte jeg en tematisk analyse før jeg la det inn i oversiktstabellen under (tabell 2). En tematisk analyse innebærer å identifisere ulike temaer som står sentralt i artiklene. Dette gjorde jeg ved å lese konklusjonsdelen til artiklene flere ganger for å finne hovedpunktene. Etersom hver enkelt forskningsartikkel kan inneholde flere temaer som en kan kombinere med andre artikler. Jeg noterte underveis temaer som gikk igjen i artiklene og mulige likheter, deretter dannet jeg tre hovedtema som presenteres i del 4.1 presentasjon av funn. Temaene er valgt med bakgrunn i at de skal gjenspeile problemstillingen på best mulig måte. (Aveyard, 2019, s. 141- 142). Ved å analysere de forskjellige artiklene individuelt først, for så sammenligne de med hverandre etterpå gjør at en får et mer helhetlig bilde og får større forståelse rundt problemstillingens tema, i motsetning til det en ville gjort kun ved å analysere forskningsartiklene separat (Aveyard, 2019, s. 138). Ved å gå grundig gjennom artiklene flere ganger og lage en oversiktstabell, vil jeg få et bedre innblikk i artiklene jeg har valgt, se hvilke metoder som er tatt i bruk for å komme til resultatet og i tillegg se hvilke temaer som går igjen i de forskjellige artiklene.

Tabell 2:

Navn og år	Tittel	Formål	Metode	Respondenter	Alder / kjønn	Sentrale temaer	Kritisk vurdering
Herz & Lalander, 2017	Being alone or becoming lonely? The complexity of portraying 'unaccompanied children' as being alone in Sweden	Å analysere hvordan de enslige mindreårige beskriver hverdagen og temaer som omhandler ensomhet	Kvalitativ metode i form av intervju og observasjon	23 Enslig mindreårig flyktning	Menn 15-25 (kun 2 jenter)	Seperasjon fra omsorgspersoner, traumer, ensomhet, stress og stereotype	Skaper tillitt til informantene, med å følge dem i en tidsramme på et år  Informantene har ofte bestemt selv hva de skulle snakke om
Waddoups, Yoshikawa & Strouf, 2019	Developmental effects of parent - child separation	Å forske på utviklingseffekten av separasjon mellom foreldre og barn	Litteraturstudie	-	Begge kjønn  Alder er ikke nevnt	Effekten av separasjon mellom foreldre og barn, psykisk helse	Artikkelen bygger på andre forskning, noe som vi kan også se i artikkel 1 og 4
Rode & Skrolsvik, 2021	Nye borgere i et nedstengt Norge	Å finne ut hvordan pandemien har påvirket livet til de enslige mindreårige flyktningene i et botiltak	Kvalitativ metode i form av intervju	14 enslig mindreårig flyktning	Ungemenn  Alder er ikke nevnt	Effekten av covid - 19 pandemien, psykiske helse, digital kompetanse, Sosialt nettverk og ensomhet	Informantene fikk tilgang til spørsmålene i forkant
Jarlby, Goosen, Derluyn, Vitus & Jervelund, 2018	What can we learn from unaccompanied refugee adolescents' perspectives on mental health care in exile?	Å utforske de enslige mindreåriges perspektiv på helbredelsen og den psykiske helsehjelpen som de tilbys	Studien er basert på en triangulering av deltakerobservasjon, individuelle intervjuer og gruppeintervju	6 enslig mindreårig flyktning	Menn alder - 17-18	Sosialt nettverk, ensomhet, tillitt og tidligere traumer	Få deltakere  Informantene har ulike kulturelle bakgrunn noe som en ser igjen i tidligere valgte artikler

### 3.5 Presentasjon av forskningsartikler

For å presentere de fire utvalgte forskningsartiklene, har jeg valgt å skrive et kort sammendrag av de fire valgte artiklene der jeg trekker frem de ulike temaene som er relevant for denne bacheloroppgaven.

Artikkel 1: Herz, M., & Lalander, P. (2017). Being alone or becoming lonely? The complexity of portraying ‘unaccompanied children’ as being alone in Sweden. *Journal of youth studies*, 20(8), 1062-1076. <https://doi.org/10.1080/13676261.2017.1306037>.

Denne artikkelen handler om å utforske sårbarheten blant enslige mindreårige i henhold til utvikling av psykologiske problemer som kan gå utover personens helse. Forskning viser ofte til at separasjon fra foreldre er en av de fremste grunnene til at enslige mindreårige opplever ensomhet. Artikkelen tar for seg hvordan enslige mindreårige selv opplever hverdagslivet og dermed gir dem en mulighet til å uttrykke sine egne synspunkter for å spore den ofte situasjonsbetingede, komplekse og dynamiske naturen til sosialt og følelsesmessig liv. For å oppnå dette fulgte forfatterne 23 enslige mindreårige over en periode gjennom etnografiske og kvalitative intervjuer. Resultatet de fant var at disse ungene menneskene opplevde ensomhet da følte at de mistet kontroll ved å håndtere det daglige liv, da de opplevde at de manglet noen som kunne sympatisere med dem. Videre konkluderer artikkelen med at produksjonen av ensomme barn kommer til dels fra diverse hinder som oppstår i henhold til de forholdene noen av disse menneskene har. For eksempel så er det begrensinger til hvilken grad en ansatt ved en institusjon kan fordype deres forhold til personen. Eller ved begrenset internettilgang, eller visitt kan det være vanskelig å opprettholde forhold da det er mangel ved kommunikasjon. Det ble også funnet at merknaden som «enslig» og ensom sammen med det å bli behandlet som en «enslig» er med på å forsterke følelsen av ensomhet.

Artikkel 2: Waddoups, A. B., Yoshikawa, H., & Strouf, K. (2019). Developmental effects of parent – child separation. *Annual review of developmental psychology, 1*, 387-410. <https://www.annualreviews.org/doi/10.1146/annurev-devpsych-121318-085142>.

Denne artikkelen tar for seg effekten av separasjon mellom foreldre og barn på barn og ungdom, der den fordyper seg i de vanligste grunnene til slik separasjon rundt om i verden. Dette gjøres ved å ta for seg forskning fra flere litterære kilder. Resultatene i disse har vist seg å være kontinuerlig negativ for barnet. De fleste litterære verkene har satt søkelys på den negative virkningen på barnets mentale helse og velvære, men det finnes også bevis som tyder på nedgang i læring, kognisjon og hjerneaktivitet assosiert med visse type separasjon (innen disse type studier er det alltid fare for at det finnes en konfunderende variabel). Artikkelen peker også på de vanligste grunnene til separasjon mellom foreldre og barn. Her trekkes det frem tidlig institusjonalisering, krig, forfølgelse og konflikt, separasjon under asyl, trafikkering, verneplikt i væpnede konflikter og etterlatelse av barnet på grunn av for eksempel forflyttelse av foreldre. Hvor det finnes både frivillige og ufrivillige grunner til separasjonen. Senere tas det også opp diverse måter å kunne minske de negative effektene av separasjon mellom foreldre og barn. Her nevnes blant annet fosterhjem og integrering i skole. Til slutt konkluderes det med at separasjon mellom foreldre og barn kommer i flere forskjellige former av mange forskjellige grunner, og at fenomenet generelt setter barn i fare for en rekke tilknyttede skader som kan stamme fra blant annet omsorgssvikt da institusjonalisering ofte er en dårlig erstatning for primære omsorgsgivere eller foreldre.

Artikkel 3: Rode, H. P., & Skrolsvik, Ø. (2021). Ny borgere i et nedstengt Norge. *Tidsskrift for psykisk helsearbeid, 18*(2), 199- 202. <https://doi.org/10.18261/issn.1504-3010-2021-02-09>.

Denne artikkelen tar for seg hvordan covid- 19 og restriksjonene som fulgte har påvirket enslige mindreårige flyktninger i Norge. Artikkelen er skrevet av en rekke ansatte som jobber i og tar for seg et botiltak der det bor 14 unge enslige flyktninger. De sier at hjørnesteinen til mange av disse unge er å ha jevnlig kontakt med voksne som fungerer som en konstant trygghet. Dette er noe som har falt bort som følge av restriksjonene i henhold til covid-19. Dette medfører dermed at oppfølgingen disse ungdommene får ikke nødvendigvis oppfyller deres behov, ettersom oppfølging av de ansatte har stor betydning for enslige mindreårige flyktninger. I tillegg har de mindre nettverk av voksne enn norske

ungdommer. Restriksjonene medfører også at det blir minsket med menneskelig kontakt da det meste foregår nå over nett. Her trekkes det fram en del problemer som det byr på. Rode & Skrolsvik beskriver det som følgende punkter:

1. Manglende forståelse av alvorligheten av pandemien
2. Skolearbeid har blitt nedprioritert og flere har sluttet
3. Flere har satt seg i gjeld
4. Og viktigst: Det har gått nedover med den psykiske helsen (s. 200-201)

Videre trekkes det inn de mindreåriges opplevelser i egne ord, og det kommer fram at de største utfordringene for disse barna er ensomheten og det å få bistand til å utføre praktiske gjøremål. Artikkelen konkluderes med en rekke erfaringer forfatterne har gjort seg i henhold til arbeid med enslige mindreårige flyktninger under restriksjonstiden.

Artikkel 4: Jarlby, F., Goosen, S., Derluyn, I., Vitus, K., & Jervelund, S. S. (2018). What can we learn from unaccompanied refugee adolescents' perspectives on mental health care in exile? *European journal of pediatrics*, 177(12), 1767-1774. <https://doi.org/10.1007/s00431-018-3249-0>.

Målet med denne artikkelen var å utforske ungdommelige enslige flyktningers perspektiv på helbredelse og hjelp angående psykisk helse de blir tilbudt da de bosettes. Unge enslige flyktninger har ofte dårlig psykisk helse, men man vet fortsatt lite om deres egne perspektiver på hvordan dette kan lindres og eventuelt Helbredes. Artikkelen tar for seg en studie hvor det intervjues eksperter, sosialarbeidere og unge, mannlige enslige flyktninger. Resultatet viser til at unge flyktninger ofte assosierer tradisjonell terapi med å diskutere negative og stigmatiserende aspekter av deres fortid, som bærer risiko for gjen-traumatisering. Derimot ble det foreslått alternative aktiviteter som kunne gjennomføres hvor de ikke ble møtt med stereotyper. Til slutt nevnes det at de unge flyktingene forstod god mental helse som det å kunne fungere som en del av et samfunn. Der deres syn reflekterer en behandling av mental helse som baserer seg mer på betydningsfulle aktiviteter i hverdagen og sosial støtte, da spesialisert behandling ofte kunne oppfattes som formelt eller stigmatiserende. Altså for å møte enslige mindreårige flyktningers behov i henhold til mental helse er det viktig at man er klar over de forskjellige oppfatningene av mental helse



og dermed tilby skreddersydde og uformelle helsefremmende initiativer integrert i personens hverdag.

### 3.6 Studiens troverdighet

I denne bacheloroppgaven hvor det blir foretatt en undersøkelse må en stadig ta valg. Hvor holdbar eller gyldig resultatene er avhenger av hvor godt en gjør rede for valgene gjennom hele prosessen, og hvilken betydning valgene har for resultatet (Dalland, 2020, s. 57).

Kildekritikk betyr at en klarer å vurdere og karakterisere litteraturen en finner (Dalland, 2020, s. 152). Dalland (2020) påstår at det er to ulike sider ved kildekritikk. På den ene siden er det litteratursøking, altså å finne litteratur som belyser ens problemstilling. På den andre siden skal en gjøre rede for den aktuelle litteraturen som en har benyttet seg av i oppgaven. Pålitelighet og reliabilitet er to begreper som brukes om hverandre, og er viktig for kvaliteten i forskningen. Det dreier seg om hvorvidt en kan stole på det arbeidet en presenterer (Dalland, 2020, s. 58). Begrepet validitet omhandler gyldigheten i arbeidet. Det vil si gyldigheten av tolkningene som undersøkelsen resulterer til (Thagaard, 2009, s. 190). Fagligheten og troverdigheten i oppgaven er avhengig av at forskeren begrunner godt for hvorfor en har valgt den spesifikke litteraturen. Samtidig må en sjekke om litteraturen er troverdig (s. 143).

Ved å dokumentere fremgangsprosessen av studien og begrunnelsen av valgene gjennom hele forskningsprosessen har jeg styrket studiens validitet. Samtidig har jeg sammenlignet og begrunnet mine funn. For å best mulig belyse min problemstilling har jeg tatt i bruk et bredt utvalg av litteratur hvor det er enighet i stor grad hos de forskjellige forfatterne. Dette tyder på at kildeutvalget er pålitelige og gyldige. Artikkene som er inkludert i bacheloroppgaven er fra fagfelleverdret tidsskrifter, som viser at artikkene er vurdert med strenge vitenskapelige retningslinjer som vil si at artikkene er pålitelige (Dalland, 2020, s. 155). Artikkene er innenfor en tidsramme på fem år fra dags dato som vil si at forskningen er oppdatert, dette underbygger forskningens holdbarhet og gyldighet (Dalland, 2020, s. 145). I noen tilfeller har jeg benyttet meg av litteratur basert på sekundærkilde istedenfor primærkilde ettersom primærkilde ikke var tilgjengelig. Dette betyr at teksten er blitt presentert av en annen forfatter enn den opprinnelige. Den opprinnelige synsvinkelen i teksten kan ha endret seg ut fra primærkilden fordi den nye teksten består av en subjektiv fortolkning og oversettelse av primærkilden. Dette vil muligens ha betydning for oppgavens pålitelighet (Dalland, 2020, s. 156). Som nevnt tidligere har jeg

benyttet meg av snøballmetoden, en ulempe med metoden er at denne strategien kan videreføre til en forhåndsbestemt retning hvor forskningen tar for seg mye av det samme (Thagaard, 2009, s. 56).

Denne bacheloroppgaven er basert på grundig arbeid med å finne fagfelleverderte artikler. Bruk av inklusjons- og eksklusjonskriterier har hjulpet meg med å finne relevant litteratur som belyser min problemstilling på best mulig måte. Denne oppgaven bygges hovedsakelig på 4 fagfelleverderte artikler som tar for seg temaet fra ulike perspektiver. I henhold til valg av artikler, har jeg vært oppmerksom på å være kildekritisk og finne relativ ny forskning ettersom flyktnings situasjonen er i stadig endring, og for å se på situasjonen utfra dagens perspektiv. Det har også vært viktig at de fire utvalgte artiklene er relevant i forhold til min problemstilling. Gjennom hele mitt arbeid har jeg prøvd å være bevisst over egne meninger om temaet, for at min personlig mening ikke påvirker oppgaven.

## 4.0 Funn og drøfting

I denne delen av oppgaven skal jeg drøfte oppgavens problemstilling med utgangspunktet i funnet fra datainnsamling og teoriene som er presentert overfor. Ved hjelp av tematisk analyse fremstilt i oversiktstabellen (tabell 2) har jeg sett på forskjellene og likhetene mellom artiklene og dermed kategorisert viktige temaer som artiklene tar for seg i henhold til problemstillingen. Enslige mindreårige flyktninger som søker tilflukt til et annet land står overfor en rekke utfordringer. De fire utvalgte artiklene påpeker at enslige mindreårige flyktninger opplever separasjon av foreldrene, redusert eller fravær av det sosiale nettverket og traumatiske hendelser før og under flukten som hovedfaktorer som fører til ensomhet (Herz & Lalander, 2017; Jarlby et al., 2018; Rode & Skrolsvik, 2021; Waddoups et al., 2019). I tillegg til dette så opplever de eksilrelaterte stress knyttet til de ulike kravene i det ukjente samfunnet og usikkerheten knyttet til asylprosessen (Herz & Lalander, 2017, s. 1063). Nedenfor skal vi se nærmere på funnene artiklene viser til delt inn i ulike temaer.

### 4.1 Presentasjon av funn

#### 4.1.1 Separasjon mellom foreldre og barn

I artikkel 1 av Herz og Lalander (2017) presiseres at separasjon mellom barn og primære omsorgspersoner i en ung alder er en av hovedårsakene til at enslige mindreårige flyktninger opplever ensomhet (s. 1062). Videre viser artikkel 2 av Waddoups et al., (2019) en dypere forståelse av effekten av separasjon mellom foreldre og barn i en forlenget periode. Artikkelen viser til at separasjon kan oppstå av ulike grunner, som for eksempel tidlig institusjonalisering, krig, tap, konflikter og forfølgelse (s. 387). Begge artiklene viser til at dersom fenomenet er langvarig er det mer alvorlig og vil ha negativ virkning på barnets psykiske helse og dets sosiale og emosjonelle utvikling (Herz & Lalander, 2017, s. 1063; Waddoups et al., 2019, s. 387). I tillegg vil det føre til en rekke tilknyttede skader som kan forekomme av blant annet omsorgssvikt ettersom institusjonalisering er i de aller fleste tilfeller en dårlig erstatning for primære omsorgspersoner (Waddoups et al., 2019, s. 404). Institusjoner benyttes i over hele verden for foreldreløse og forlatte barn. Artikkel 4 av Waddoups et al., (2019) viser at omsorgskvaliteten kan variere imellom institusjoner, for eksempel noen institusjoner dekker

behovet for det fysiske og ernæringsmessige, men fratrar behovet for relasjon og stimulering. Flere institusjoner har en høyere fordeling av barn til omsorgsgivere og mindre muligheter for engasjement i forhold til omsorgspersoner som fører til dårligere sosial og emosjonell utvikling. Små gruppeboliger anses som et bedre alternativ som dekker relasjons- og stimuleringsbehovet, men kostnadene knyttet til den type omsorg fører til at det blir sjeldent benyttet. Forskingen viser videre at plassering i fosterhjem derimot kan dempe mulige negative effekter av dårlig institusjonsomsorg (s. 390-392).

Enslige mindreårige flyktninger opplever mange utfordringer som for eksempel katastrofer, forfølgelse og krig som påvirke dem negativt, noe som også er godt dokumentert (Waddoups et al., 2019, s. 389). Waddoups et al., (2019) hevder at primære omsorgspersoners tilstedeværelse i slike situasjoner vil dempe effekten av dette på barnet, ettersom de vil gi følelsesmessig trygghet og fysisk beskyttelse til barnet. Adskillelse mellom barn og foreldre i slike sammenhenger vil fjerne en verdifull kilde til å hindre motgang og derimot forsterker traumene og stresset barnet opplever, noe som vil ha negativ virkning for barnets psykologiske og utviklingsmessig trygghet. Artikkelen viser at utviklingsstudiet som forklarer mekanismer for negative effekter av barn og foreldreseparasjonen dukket opp før, under og etter 2. verdenskrig. Utviklingsstudiet viser til at separasjon i de fleste tilfeller er mer traumatiserende for barnet enn at barnet blir eksponert for stressfaktorer knyttet til hyppige luftangrep og krig (Waddoups et al., 2019, s. 389-390).

#### 4.1.2. Sosiale relasjoner

Betydningen av sosiale nettverk er avgjørende for enslige mindreårige flyktninger (Herz & Lalander, 2017, s. 1063; Jarlby et al., 2018, s. 1768; Rode & Skrolsvik, 2021, s. 199). I artikkel 1 av Herz og Lalander (2017) kommer det fram at sosiale dimensjoner har stor betydning for at enslige mindreårige flyktninger skal kunne oppnå harmonisk og stabilt liv (s. 1063). Videre nevner Herz og Lalander (2017) at de vanligste årsakene til at unge enslige opplever isolasjon eller ensomhet, kan skyldes tap av familie, et hjem eller et vennskap (s. 1064). En annen betraktning av ensomhetsfølelsen kan oppstå i forhold til det sosiale systemet en befinner seg i og muligheten en har til å kunne påvirke situasjonen, altså handlefriheten. Dersom systemet behandle en som mindre menneskelig og som et objekt, kan en føle å bli fremmedgjort (Herz & Lalander, 2017, s. 1065). Herz og Lalander (2017) påpeker at ensomhet kan oppstå og

forsterkes ved kommunikasjonsvansker, «manifestert som mangel på kontroll og fravær av annerkjennelse i andre menneskers øyne». Dette fremmer følelsen av å ikke være en del av fellesskapet og dermed begrenser individets handlefrihet (s. 1065-1067).

I artikkelen 1 av Herz og Lalander (2017) kommer det fram at det å kalle enkelt individer «separerte» eller «ensomme» kan prege deres følelsesmessige status og identitet (s. 1065), samtidig kan det fremme følelsen av ensomhet og hvordan en ser på seg selv som person. Altså «ensomhet ser ut til å være nært knyttet til deltakernes forståelse av seg selv som å ha blitt kategorisert som enslige barn». Et viktig poeng som kommer fram i artikkelen er at opplevelsen av ensomhet hos enslige mindreårige flyktninger reduseres dersom tilværelsen normaliseres, ved at de kan være «normale ungdommer» og ikke konstant bli plassert i kategorien enslige mindreårig. Utvikling av vennskap med jevnaldrende vil bidra til at tilværelsen blir normalisert og det vil redusere utenforskap og ensomhet (s. 1067).

Betydningen av sosialt nettverk for enslige mindreårige flyktninger under Covid-19 pandemien kommer tydelig fram i artikkel 3 av Rode & Skrolsvik (2021). Forskningen viser til at oppfølging i hverdagen og tilgang på voksenkontakt har vært avgjørende for ungdommenes trygghet og trivsel, ettersom de har mindre nettverk av støttende mennesker rundt seg i forhold til norske ungdommer, noe som kan føre til at de er ekstra sårbare i en periode preget av alenetid. Covid -19 restriksjonene påvirket også arbeidet med de enslige mindreårige flyktingene i botiltaket. I utgangspunktet hadde de tilgang til voksenkontakt syv dager i uken både dag og kveld, men det var før landet stengte ned som følge av Covid -19. Ansikt – til ansikt kontaktet ungdommene opplevde som var mest vanlig, ble nesten borte. Kontakten ble dermed begrenset hovedsakelig til digitale plattformer som telefon eller i sjeldent tilfelle fysiske møter (s. 199-200). Rode & Skrolsvik (2021) hevder at pandemien har vist at den digitale kompetansen hos enslige mindreårige flyktninger er mangelfull, og det gjør det vanskelig å benytte seg av blant annet av opplæring på nett. Videre kommer det fram at ungdommene som strevde med skole, ga opp ettersom det sosiale nettverket var motivasjonen for at de møtte opp (s. 200).

Rode & Skrolsvik (2021) i artikkel 3 presiserer at de enslige mindreårige flyktningene i botiltaket var frustrert og bekymret for fremtiden på grunn av Covid – 19 pandemien. Forskningen viser at rusbruken økte, og flere ungdommer nevnte at de har tatt i bruk cannabis for å unngå tanker og bekymringer. Artikkelen påpeker at Covid- 19 situasjonen førte til tap av mange naturlige kontaktpunkter hvor en kunne fange opp informasjon fra, ansatte på tiltaket brukte disse kontaktpunktene for å observere ungdommene og fanget opp temaer som ikke ble kommunisert direkte. Pandemien har ført til at enkelte ungdommer har blitt tvunget ut i den voksne verden og måtte klare seg på egenhånd, mens andre har ikke vært klare eller modne til å ta et så stort steg. Et viktig poeng som kommer fram i artikkelen er at de ressurssterke vil klare seg bedre både i jobb, skole og sosialt. De som opplever språkvansker og andre utfordringer derimot vil klare seg dårligere, og som uttrykker at livssituasjonen hadde vært bedre dersom botiltaket hadde normalt drift. Artikkelen påpeker at en utfordring ved ensomhet er knyttet til det å få hjelp til praktiske gjøremål (s. 201-202).

#### 4.1.3 Psykisk helse – ensomhet

Jarlby et al., (2018) hevder at det er høyere risiko av psykiske helseproblemer hos enslige mindreårige flyktninger, ettersom de har migrert uten foreldrene eller andre med foreldreansvars. Videre presiseres at psykiske helseproblemene enslige mindreårige flyktninger opplever er forbundet med stressfaktorer i de forskjellige stadiene av flukten og gjenbosettingen. Før og under den farefulle reisen kan de ha opplevd traumatiske opplevelser som tap av familie eller krig, og ved bosetting er det mulig at de har opplevd diskriminering eller andre utfordringer angående asylprosessen (s. 1768). Artikkel 1 av Herz og Lalander og artikkel 3 av Rode & Skrolsvik (2021) tar utgangspunkt i enslige mindreårige flyktningsperspektiv, og det kommer fram at slike faktorer fører til opplevelse av ensomhet. Samtidig understrekes i artikkel 1 at ensomhet anses som en risikofaktor som øker risikoen for blant annet selvmord, selvskading og depresjon (Herz og Lalander, 2017, s. 1064).

I artikkel 4 av Jarlby et al., (2018) beskriver enslige mindreårige flyktninger deres forståelse av god og dårlig psykisk helse, de assosierer god psykisk helse med å tilhøre et sosialt nettverk og dårlig psykisk helse som sammensatte problemer som for eksempel ensomhet og krig (s. 1769-1770). Dette kan ses i sammenheng med artikkel 1 av Herz og Lalander (2017) og artikkel 3 av Rode & Skrolsvik (2021) hvor de enslige mindreårige mener at mangel av sosialt nettverk og sammensatte problemer har ført til opplevelsen av ensomhet. Ifølge Jarlby et al., (2018) kommer det fram at det å oppleve traumatiske hendelser som separasjon av familie, mangel på sosial støtte og stressende livsopplevelser gjør at de enslige har større vansker med å komme seg tilbake til den normale tilværelsen (s. 1768). Med utgangspunktet i enslige mindreåriges perspektiv viser det seg at enslige mindreårige flyktninger relaterte bruk av samtaleterapi med å snakke om det negative og stigmatiserende ved fortiden, noe som kan øke risiko for re-traumatisering (s. 1767). Studien fremhever dette og viser at samtaleterapi kan ha ulike utfall, avhengig av stressnivået den enkelte opplever. Dersom en allerede har høyt stressnivå vil det å snakke om traumatiske opplevelser assosieres med forverring av stress. Dersom en har lavt stressnivå, vil det å snakke om traumatiske opplevelsene hjelpe til å redusere problemene (s. 1771-1772).

Psykisk helse har vært et sentralt tema under Covid-19 pandemien, Rode & Skrolsvik (2021) viser i artikkel 3 at pandemien har hatt negative virkninger på den psykiske helsen hos enslige mindreårige flyktninger (s. 201). Ettersom de er en av de mest sårbare gruppene overfor pandemiens virkninger, har oppfølging av psykisk helse vært avgjørende for at de enslige mindreårige skal kunne etablere et grunnlag for et selvstendig liv i Norge (s. 199-200). Videre kommer det fram i artikkelen at når apparatet for psykisk helsevern delvis ble stengt som følge av Covid-19 så var det kun de mest åpenbart syke og sårbare som fikk mulighet til psykisk helsehjelp. Dette bidro til nedstigning av den psykiske helsen hos enslige mindreårige flyktninger på grunn av at de manglet forståelse for det samfunnet de lever i nå, og enda ikke har dannet seg et trygt nettverk i en tid preget av isolasjon (s. 199-201).

## 4.2 Drøfting av funn

Denne delen av oppgaven skal ta utgangspunkt i hovedfunnene som kommer fram i forskningsartiklene, og dermed drøfte studiens problemstilling opp mot de utvalgte teoriene. Problemstillingen er:

Hvilke faktorer fører til at enslige mindreårige flyktninger opplever ensomhet?

Funnene som ble presentert innenfor de ulike temaene overfor, skal drøftes her mot de utvalgte teoriene. Både teoriene og funnene innenfor de tre kategoriene supplerer hverandre og har tett sammenheng. Tilknytningsteori, Resiliensteori, nettverksteori og traumeperspektivet står sentral for forståelsen av enslige mindreårige flyktninger. De befinner seg i en alder hvor de er i stadig utvikling og at de har migrert på grunn av krig, forfølgelse og traumatiske hendelser som har ført til brudd av deres primære og sekundære nettverk. Samtidig er det mange barn som migrerer på grunn av omsorgspersoners og voksnes handlinger eller beslutninger (Eide, 2020, s. 165).

### 4.2.1 Seperasjon sett fra tilknytningsteoriens perspektiv

Med å se på tilknytningsteorien i henhold til funn av seperasjon mellom foreldre og barn, vil en forstå viktigheten av tilknytningsteorien og danne en helhetlig forståelse rundt denne faktoren som fører til ensomhet hos enslige mindreårige flyktninger. Funnet viser at seperasjon mellom barn og primære omsorgspersoner anses som en av hovedfaktorer som fører til ensomhet (dersom det er langvarig), og at denne faktoren fører til økt risiko av psykososiale problemer senere for barnet (Herz & Lalander, 2017; Waddoups et al., 2019). Tilknytningsteorien understreker dette og viser at trygg tilknytning til mist én omsorgsperson beskytter og endrer effekten av traumatiske hendelser. En traumatisk hendelse aktiverer barnets tilknytningsmønster, og dersom barnet har en utrygg tilknytning fra før vil faren øke for alvorlige senskader av de traumatiske opplevelsene (Eide, 2020, s. 268). Dette ser vi i utviklingsstudiet fra 2. verdenskrig som kommer fram i artikkel 2 av Waddoups et al., (2019); studien viser at det å bli adskilt fra primære omsorgspersoner er mer traumatisk for barnet enn å utsettes for stressfaktorer som krig og luftangrep, ettersom foreldrene vil være en viktig kilde for trygghet og beskyttelse (s. 389-390). Enslige mindreårige flyktninger mister sine nærmeste tilknytningspersoner under flukten, men noen av dem har hatt store tap i forkant av flukten.



Dersom barnet blir gitt muligheten til å få god omsorg og knytter varige relasjoner i Norge vil det gi viktig beskyttelse (Eide, 2020, s. 268).

Forskning har over tid skiftet fokuset delvis over til motstandskraft fremfor risiko, dette er gjort i et forsøk på å endre synet på enslige mindreårige fra ofre til overlevende. Seperasjon mellom foreldre og barn er i stor grad tolket som skadelig, selv om seperasjonen er skadelig og enslige mindreårige møter denne risikofaktoren, så kan de også tilegne seg beskyttelsesfaktorer. Disse kan innebære mennesker de reiser med eller møter under flukten og institusjoner i landene de reiser gjennom. Beskyttelsesfaktorene bidrar til at barnet bygger motstandskraft mot psykiske plager senere som kan komme ved en slik reise, dermed har barnet tilegnet seg resiliens (Herz & Lalander, 2017, s. 1064).

#### 4.2.2 Nettverk og dets relevans

Eksiltilværelsen er forbundet med store endringer i både familiers og enkeltmenneskers liv. Endringene berører mange områder, det preger både det menneskelige, materielle og praktiske plan. Flyktnings liv innebærer brudd med mange områder. De forlater hjemlandet, familie og bryter med både institusjoner og mennesker der de kommer fra. En del av flyktnings tilværelsen dreier seg om å bryte opp, men tilværelsen handler også om møter med nytt levesett, språk, klima, verdier og normer (Eide, 2020, s. 206). Funn av forskningsartiklene viser at utfordringer knyttet til nettverk er en annen faktor som fører til at enslige mindreårige flyktninger opplever ensomhet, dermed er det nødvendig å ha kunnskap om nettverksteorien og hvilken betydning den har for enslige mindreårige flyktninger. Behovet for sosial støtte er avgjørende under livskriser, enslige mindreårige flytninger opplever store endringer og brudd i sosiale roller og primære relasjoner, i slike sammenhenger vil sosial støtte fungere som en buffer mellom ensomhet, sykdom og stress. Migrasjon innebærer for de fleste en stor forandring av nettverk, livsbetingelser og roller, med dette kan en anta at oppbygging av nye nettverk og vedlikehold av det gamle vil være avgjørende for hvordan en håndterer slike endringer. Flukten innebærer ekstra belastning ettersom det vanligvis er uforutsatt og uønsket og den enkelte kan føle seg maktløs med tanke på målet med flukten (Eide, 2020, s. 164-165).

Enslige mindreårige flyktninger er en sårbar gruppe som har opplevd en rekke utfordringer. De befinner seg i et nytt land hvor alt er ukjent, i tillegg har de ikke kjennskap til noen. Noe som kan forsterke følelsen av ensomhet. Kommunikasjonsvansker på den andre siden kan gjøre det enda mer problematisk, da de ikke kan uttrykke seg på grunn av språket. Noe som kan medføre at de føler seg enda mer sårbare. En kan se for seg dersom de med manglende språkkunnskap skulle havne i en vanskelig situasjon og ikke ha evne til å kunne snakke for seg selv. Dette kan også bidra til en mangel på følelsen av anerkjennelse og kontroll. Enslige mindreårige flyktninger ankommer et land uten omsorgspersoner eller andre voksne. En kan dermed tenke seg at de bærer på mange sterke følelser som de har vanskeligheter å dele med andre, noe som kan føre stor indre ensomhet (Opaas, 2019, s. 129). Andre kan ha kontakt med familie og venner gjennom digitale nettverk og kjenne på presset og skyldfølelsen av å ikke kunne hjelpe dem slik de forventer. Mange kan ha en oppfatning av at de som ankommer Europa er rikere, dermed forventer familien i hjemlandet mer av dem, mens i utgangpunktet må en opparbeide seg, noe som kan ta flere år. Mangelen på kontroll i dette tilfelle forandres til følelse av ensomhet. Artikkel 1 av Herz og Lalander (2017) viser hvor mye enslige mindreårige savner de nærmeste, en av informantene sier «jeg er helt alene her i Sverige, men jeg er aldri alene her [peker på hodet hans] familien min er her hele tiden» (s. 1068).

Enslige mindreårige møter gjennom flukten en rekke tøffe omstendigheter, de kan møte mennesker som utnytter dem, men de kan også møte mennesker som hjelper dem som for eksempel ved å gi dem mat eller beskyttelse i form av opphold i noen dager. Slike relasjoner kan ha stor betydning for dem for å håndtere ensomheten og mangelen av kontroll og en del har også klart å ta vare på kontaktene etter flukt reisen. Noe annet en kan tenke på er at enslige mindreårige er i en ung alder og vil bli påvirket av dem rundt seg og en kan tenke at de kan havne i feil nettverk som for eksempel rusmiljøet eller kriminalitet.

En annen viktig konsekvens av mangel på sosialt nettverk kommer frem i artikkel 3 av Rode og Skrolsvik (2021), forfatteren presiserer at det sosiale har vært drivkraften for at mange av ungdommene møtte opp på skolen, som følge av koronapandemien har de som har strevd mest med skole mistet interessen og gitt opp (s. 200). Dette kan ha store negative konsekvenser som både påvirker individet og ikke minst samfunnet, ettersom når en ikke har utdanning vil det gå utover ens deltakelse i arbeidslivet og bidra til utenforskap. Dersom en faller ut eller ikke klarer å komme inn i arbeidslivet, kan en miste muligheten til å kunne skape et godt liv for seg og sine. Altså fravær av arbeidstilknytning, kan føre til økonomiske problemer og øke risikoen for

andre sosiale problemer. Med utgangspunkt i dette kan ensomhet tolkes som å bli påvirket eller forårsaket av et begrenset sosialt nettverk og brudd av biologiske bånd (Herz & Lalander, 2017).

### 4.2.3 Ensomhet sett fra traumeperspektivet

Det er vitenskapelig dokumentert at enslige mindreårige flyktninger som har opplevd traumer, overgrep, forfølgelse og separasjon av nære omsorgspersoner er mer utsatt for å utvikle alvorlige psykiske helseproblemer (Herz & Lalander, 2017; Jarlby et al., 2018). En forenklet forståelse av traumer som fører til psykiske helseplager kan en se ved traumeperspektivet, som viser sammenhengen mellom mengde og type traumeeksponering som fører til psykiske plager. De fire utvalgte forskningsartiklene som denne oppgaven baseres på understreker at separasjon mellom foreldre og barn, fravær eller mangel på sosialt nettverk og traumatiske opplevelser kan føre til ensomhet.

Til tross for at barn på flukt er sårbare, er det mange som klarer seg bra og viser motstandskraft. Denne motstandskraften kaller vi ofte resiliens og handler om god psykisk fungering selv om de har opplevd risikofaktorer. Begrepet motstandskraft er nærliggende men ikke fullstendig dekkende ettersom det fremhever for mye at det er noe «i» personen. Ettersom flere av faktorene som er betydelig for barnets selvstendighet er utenfor dem selv, for eksempel kjennetegnene ved omgivelsene eller belastningene for øvrig. Likevel er det bevist at flyktningbarn har generelt sett en høyere mengde psykiske vansker, flere av disse kan være ressurssterke men samtidig utvikle psykiske vansker. Det er flere som har utviklet psykiske traumer etter de har opplevd krig, vold og andre større belastninger. Flere unge utvikler også emosjonelle vansker på grunn av opplevelsen i eksil med blant annet manglende omsorg, trygghet og oppfølging (Borchgrevink et al., 2019, s. 112).

### 4.3 Kritisk vurdering av funn

I artikkel 1 av Herz og Lalander (2017) beskrives det at informantene hadde i stor grad bestemt selv hva de ønsket å snakke om og kunne endre temaet eller melde seg ut til ethvert tidspunkt. Dette kan tydeliggjør en svakhet med denne studien og påvirke resultatet, ettersom ensomhet kan være et sensitivt tema for enkelte, noe som kan medføre at en tar opp andre tema som er utenfor studiets fokus. Denne svakheten kan også føre til at det muligens ikke er nok kunnskapsgrunnlag om hovedtemaet, da informantene kan velge temaet selv. En styrke med denne studien er derimot at ungdommene er fulgt i en tidsramme på 1 år og forskeren har dannet tillitt til informantene, noe som gjør at deltakerne åpner seg mer opp og deler mer av seg selv. En annen positiv side ved dette er at ensomhet ikke er et statisk fenomen og er ofte knyttet til sosiale situasjoner, dermed kan følelsen av ensomhet variere utfra forskjellige tidspunkter i enkeltindividets liv (s. 1064).

Rode & Skrolsvik (2021) i artikkel 3 presiserer at deltakerne fikk spørsmålene i forkant, dette kan anses både som svakhet og styrke ved studien, ettersom dette vil gi dem mulighet til å forberede seg og danne noen tanker rundt temaet, men en kan også tenke seg at dersom de ikke hadde fått spørsmålene i forkant, kunne deres synspunkter og besvarelse vært annerledes, kanskje de ville ha uttalt seg i korte trekk eller at mye av tiden ble brukt til å sørge for at de har forstått spørsmålet som stilles. Videre baseres Datamaterialet i artikkel 4 på et lite utvalg av informanter, noe som kan være en svakhet med studien på grunn av at forskjellene mellom de to etniske gruppene av enslige mindreårige flyktninger muligens ikke kommer frem klart og tydelig (Jarlby et al., 2018).

En annen svakhet som ble bemerket ved gjennomgang av artikkel 1 av Herz og Lalander (2017), artikkel 2 av Waddoups et al., (2019) og artikkel 4 av Jarlby et al., (2018) var at artiklene bygger på annen forskning som jeg ikke har direkte tilgang til. Det vil si at det er et ekstra ledd imellom, noe som gjør det vanskelig å vite hvordan ting egentlig ser ut i de opprinnelige artiklene. Dette kan være problematisk og gjør det uklart i hva som kommer frem i primærkilden. Forskningsartiklene tar utgangspunktet i enslige mindreårige flyktningers perspektiv rundt temaet ensomhet. Deltakerne har forskjellig kulturelle bakgrunn, noe som kan både være en styrke og svakhet med studiene. På den ene siden kan det være en styrke ved studien, ettersom en får bredt forståelse rundt temaet. På den andre siden har studien ikke beskrevet i hvilken grad deres kulturelle bakgrunn kan ha påvirket deres synspunkter. En kan tenke seg at

opplevelsen og perspektivet til flyktninger som kommer fra ulike kulturelle bakgrunner ikke nødvendigvis er det samme.

## 5.0 Avslutning

Formålet med denne oppgaven var å undersøke hvilke faktorer som fører til at enslige mindreårige flyktninger opplever ensomhet. Metoden som ble tatt i bruk var kvalitativ litteraturstudie, hvor jeg tok utgangspunkt i 4 fagfelleverderte forskningsartikler og benyttet meg av tematisk analyse for å finne sentrale temaer i artiklene. Krig, klimaendringer og konflikter forårsaker mange millioner av mennesker på flukt, en stor andel av disse er enslige mindreårige som ankommer Norge uten foreldre eller andre omsorgspersoner. Med utgangspunkt i funn kan en se at det er tett sammenheng mellom de ulike faktorene som fører til at enslige mindreårige flyktninger opplever ensomhet. Flukten og bosettingen innebærer en rekke utfordringer, funnet viser at disse utfordringene kan utløse følelsen av ensomhet hos enslige mindreårige flyktninger. Denne bacheloroppgaven fremhever hovedsakelig tre faktorer: brudd på biologiske bånd som følge av flukt, og funnet har vist at det vil hovedsakelig ha negativ virkning for barnet. Begrenset sosialt nettverk har vært en annen faktor, som følge av at enslige mindreårige opplever brudd av primære og sekundære nettverk noe som gjennom denne studien er vist vil fremme følelsen av ensomhet. Den siste faktoren omhandler opplevelse av traumatiske hendelser både før og under flukten, som kan påvirke deres psykiske helse og fremme følelsen av ensomhet. Det er likevel viktig å huske at enslige mindreårige er ressurssterke og kan klare seg til tross for risiko. Denne litteraturstudien har tatt utgangspunktet i enslige mindreåriges perspektiv, ved å ta dette i betraktning kommer det fram at utfordringer de møter ved flukt og bosetting fører til produksjon av ensomme barn. Ved å ha sett på faktorer som fører til ensomhet hos enslige mindreårige, kan en være enda mer bevisst og dermed sette forebyggende tiltak innen de ulike områdene og redusere ensomhetsfølelsen.

En sosialarbeider kan komme i kontakt med enslige mindreårige flyktninger på forskjellige arenaer, dermed er denne oppgaven relevant for alle som jobber både direkte eller indirekte med enslige mindreårige. Denne studien bidrar til at det skal settes mer fokus på enslige mindreåriges perspektiv, som følge av at de har bedre forståelse for egen situasjon. Gjennom denne litteraturstudien er det også bemerket at det er behov for mer kunnskap innen andre områder som for eksempel enslige mindreåriges situasjon under pandemi, det eksisterer allerede mye forskning om enslige mindreårige flyktninger som er gutter/menn og lite forskning angående enslige mindreårige jenter, slik at dette bør også etterlyses. Ikke minst kan det forskes på betydningen av flyktningers kulturelle bakgrunn i henhold til deres synspunkter.

## Referanseliste

- Aveyard, H. (2019). *Doing a literature review in health and social care: a practical guide* (4th ed.). Open university press.
- Barne-, likestillings og inkluderingsdepartementet. (2021, 24. februar). *Enslige mindreårige asylsøkere*. Regjeringen.no. <https://www.regjeringen.no/no/tema/familie-og-barn/barnevern/enslige-mindrearige-asylsokere/id2465298/>.
- Berg, B., & Lauritsen, K. (2009). *Eksil og livsløp*. Universitetsforlaget. **\*207 sider**
- Brandtzæg, I., Smith, L., & Torsteinson, S. (2011). *Mikroseparasjoner: tilknytning og behandling*. Fagbokforlaget. **\*60 sider**
- Borchgrevink, M. C., Christie, H. J., & Dybdahl, R. (2019). Psykososiale perspektiver i arbeid med flyktningbarn. I L. Lien, R. Dybdahl, H. Siem, I. Julardzija, & H. H. Bakke (Red.), *Asylsøkere og flyktninger: Psykisk helse og livsmestring* (s.107-120). Universitetsforlaget. **\*16 sider**
- Borge, A. I. H. (2018). *Resiliens: Risiko og sunn utvikling* (3. utg.). Gyldendal akademisk. **\*41 sider**
- Bø, I., & Schiefloe, P. M. (2007). *Sosiale landskap og sosial kapital: Innføring i nettverkstenkning*. Universitetsforlaget. **\*93 sider**
- Dalgard, O. S., & Døhlie, E. (1995). Innvandring, sosiokulturell integrasjon og psykisk helse. I O. S. Dalgard, E. Døhlie, & M. Ystgaard (Red.), *Sosialt nettverk: Helse og samfunn* (s. 86-106). Universitetsforlaget. **\*20 sider**
- Dalland, O. (2020). *Metode og oppgaveskriving*. (7.utg.). Gyldendal Akademisk. **\*272 sider**
- Daniel, B., Wassell, S., & Gilligan, R. (2004). *Child development for child care and protection workers*. Jessica kingsley publishers.
- Eide, K. (Red.). (2020). *Barn på flukt: Psykososialt arbeid med enslige mindreårige flyktninger* (2. utg.). Gyldendal akademisk. **\*312 sider**
- Fellesorganisasjonen. (2019). Hva er en sosionom?. FO. <https://www.fo.no/sosionom/>

- Fellesorganisasjonen. (2019). *Yrkesetiske grunnlagsdokumentet for barnevernspedagoger, sosionomer, vernepleiere og velferdsvitere*. (s. 3-15)  
<https://www.fo.no/getfile.php/13117351585635696/Dokumenter/Din%20profesjon/Br osjyrer/Yrkesetisk%20grunnlagsdokument.pdf>
- FN- sambandet. (2021, 29. juni). *Flyktninger*. <https://www.fn.no/tema/flyktninger/flyktninger>.  
**\*2 sider**
- Fyrand, L. (1994). *Sosialt nettverk: Teori og praksis*. Universitetsforlaget. **\*100 sider**
- Halvorsen, K. (2005). *Ensomhet og sosial isolasjon i vår tid*. Gyldendal akademisk. **\*87 sider**
- Haugan, V. (2021, 28. april). *Sosiale nettverk fremmer helse*. Nasjonal digital læringsarena.  
<https://ndla.no/nb/subject:1:1b7155ae-9670-4972-b438-fd1375875ac1/topic:1:baadf378-9a45-422f-a80f-154e203d2bc2/topic:1:2705dab9-344d-4473-bbdf-3538f9fedfe0/resource:9d1e21d2-0e30-4e52-906e-ed000f6598df>.
- Helgesen, L. A. (2017). *Menneskets dimensjoner: Lærebok i psykologi* (3. utg.). Cappelen damm akademisk.
- Herz, M., & Lalander, P. (2017). Being alone or becoming lonely? The complexity of portraying ‘unaccompanied children’ as being alone in Sweden. *Journal of youth studies*, 20(8), 1062-1076. <https://doi.org/10.1080/13676261.2017.1306037> **\*16 sider**
- Huemer, J., Karnik, N., Voelkl, S., Granditsch, E., Dervic, K., Friedrich, M, H., & Steiner, H. (2009). Mental health issues in unaccompanied refugee minors. *Child and Adolescent Psychiatry and Mental Health*, 3, 13. <https://doi.org/10.1186/1753-2000-3-13> **\*11 sider**
- Jarlby, F., Goosen, S., Derluyn, I., Vitus, K., & Jervelund, S. S. (2018). What can we learn from unaccompanied refugee a adolescents’ perspectives on mental health care in exile? *European journal of pediatrics*, 177(12), 1767-1774.  
<https://doi.org/10.1007/s00431-018-3249-0> **\*8 sider**
- Killén, K. (2013). *Barndommen varer i generasjoner: Forebygging er alles ansvar* (3. utg.). Kommuneforlaget. **\*54 sider**



- Kirkeberg, M.I., & Lunde, H. (2021,03. mai). *Store inntektsforskjeller blant enslige mindreårige flyktninger*. Statistisk sentralbyrå. <https://www.ssb.no/befolkning/artikler-og-publikasjoner/store-inntektsforskjeller-blant-enslige-mindrearige-flyktninger>.
- Korsnes, O. (Red.). (2008). *Sosiologisk leksikon* (2. utg.). Universitetsforlaget.
- Kvello, Ø. (2015). *Barn i risiko: Skadelige omsorgssituasjoner* (2. utg.). Gyldendal akademisk.
- Lauveng, A., & Skjeldal, E. (2020). *Alt er mye verre, men tilbudet er likevel dårligere* (Koronarapport). Nasjonalt senter for erfaringskompetanse innen psykisk helse. [https://tidliginnsats.forebygging.no/globalassets/koronarapport\\_28052020\\_erfaringskompetanse.pdf](https://tidliginnsats.forebygging.no/globalassets/koronarapport_28052020_erfaringskompetanse.pdf). **\*35 sider**
- Lynnebakke, B., & Pastoor, L. D. W. (2020). "It's very hard, but I'll manage." Educational aspirations and educational resilience among recently resettled young refugees in Norwegian upper secondary schools. *International Journal of Qualitative Studies on Health and Well-being*, 15(sup2), <https://doi.org/10.1080/17482631.2020.1785694>. **\*15 sider**
- Mæland, J. G. (2016). *Forebyggende helsearbeid: Folkehelsearbeid i teori og praksis* (4.utg.). Universitetsforlaget.
- Nasjonalt kunnskapssenter. (2020). *Flyktninger og asylsøkere – familier, barn og enslige under koronapandemien: Hva er risikofaktorer og hvem kan fange opp sårbare personer?* Nasjonalt kunnskapssenter om vold og traumatisk stress. <https://www.nkvt.no/content/uploads/2020/04/Koronapandemien-Flyktninger-og-asyls%C3%B8kere-familier-barn-enslige.pdf>. **\*12 sider**
- Nilsson, B. (2004). *Savnets tone i ensomhetens melodi: Ensomhet hos aleneboende personer med alvorlig psykisk lidelse*. Åbo akademisk förlag. **\*307 sider**
- Opaas, M. (2019). Vanskeligheter de første årene i Norge. I L. Lien, R. Dybdahl, H. Siem, I. Julardzija, & H. H. Bakke (Red.), *Asylsøkere og flyktninger: Psykisk helse og livsmestring* (s.121-143). Universitetsforlaget. **\*22 sider**

- Oppedal, B., Seglem, K. B., & Jensen, L. (2009). *Avhengig og selvstendig: Enslige mindreårige flyktningers stemmer i tall og tale* (Rapport 2009:11 nasjonalt folkehelseinstitutt) <https://www.fhi.no/globalassets/dokumenterfiler/rapporter/2009-og-eldre/rapport-200911-pdf-.pdf>. **\*49 sider**
- Oppedal, B. (2013). *Sosiale nettverk, mestring og psykisk helse blant barn og unge som kom til Norge som enslige mindreårige asylsøkere*. Folkehelseinstituttet. [https://www.bufdir.no/globalassets/global/Sosiale\\_nettnettverk\\_mestring\\_og\\_psykisk\\_helse\\_blant\\_barn\\_og\\_unge.pdf](https://www.bufdir.no/globalassets/global/Sosiale_nettnettverk_mestring_og_psykisk_helse_blant_barn_og_unge.pdf). **\*52 sider**
- Oppedal, B. (2013). *Traumeperspektivet illustrert* [Figur]. [https://www.bufdir.no/globalassets/global/Sosiale\\_nettnettverk\\_mestring\\_og\\_psykisk\\_helse\\_blant\\_barn\\_og\\_unge.pdf](https://www.bufdir.no/globalassets/global/Sosiale_nettnettverk_mestring_og_psykisk_helse_blant_barn_og_unge.pdf).
- Persson, M. (2021). *Hvordan skrive en litteraturgjennomgang?: En praktisk guide*. Universitetsforlaget. **\*159 sider**
- Rode, H. P., & Skrolsvik, Ø. (2021). Ny borgere i et nedstengt Norge. *Tidsskrift for psykisk helsearbeid*, 18(2), 199- 202. <https://doi.org/10.18261/issn.1504-3010-2021-02-09>. **\*4 sider**
- Peplau, L. A., & Perlman, D. (1982). *Loneliness: A sourcebook of current theory, research and therapy*. Wiley. **\*4 sider**
- Rønning, I. K., & Darrud, A. (2022, 24. mars). *FN: Halvparten av barna i Ukraina drevet på flukt*. NRK. [https://www.nrk.no/urix/fn\\_-\\_halvparten-av-barna-i-ukraina-drevet-pa-flukt1.15905544](https://www.nrk.no/urix/fn_-_halvparten-av-barna-i-ukraina-drevet-pa-flukt1.15905544).
- Smith, L. (2002). *Tilknytning og børns utvikling*. Høyskoleforlaget. **\*36 sider**
- Støren, I. (2013). *Bare søk: praktisk veiledning i å skrive litteraturstudier* (2.utg.). Cappelen Damm akademisk.

Svendsen, S., Berg, B., Paulsen, V., Garvik, M., & Valenta, M. (2018).

*Kunnskapsoppsummering om enslige mindreårige asylsøkere og flyktninger.* NTNU Samfunnsforskning: Mangfold og inkludering.

<https://www.imdi.no/contentassets/0be1d221ba5c46a0979b28b4829cc595/ntnu-samfunnsforskning--kunnskapsoppsummering-om-enslige-mindrearige-asylsokere-og-flyktninger.pdf>. **\*108 sider**

Thagaard, T. (2009). *Systematikk og innlevelse: en innføring i kvalitativ metode* (3. utg.).

Fagbokforlaget.

Tjernshaugen, A., Hiis, H., Bernt, J. F., Braut, G.S., & Bahun, V.B. (2022).

*Koronapandemien. I Store medisinske leksikon.* <https://sml.snl.no/koronapandemien>.

**\*3 sider**

Utlendingsdirektoratet. (2022, 24. januar). *Asylsøknader enslige mindreårige asylsøkere*

2021. UDI. <https://www.udi.no/statistikk-og-analyse/statistikk/asylsoknader-enslige-mindrearige-asylsokere-2021/>.

Utlendingsdirektoratet. (2022, 01. januar). *Asylsøknader etter statsborgerskap, aldersgruppe*

*og kjønn (2021)*. UDI. [https://www.udi.no/en/statistics-and-](https://www.udi.no/en/statistics-and-analysis/statistics/asylsoknader-etter-statsborgerskap-aldersgruppe-og-kjonn-2021/)

[analysis/statistics/asylsoknader-etter-statsborgerskap-aldersgruppe-og-kjonn-2021/](https://www.udi.no/en/statistics-and-analysis/statistics/asylsoknader-etter-statsborgerskap-aldersgruppe-og-kjonn-2021/)

Vedaa, Ø., Nilsen, T. S., Knapstad, M., Nes, R.B., Aarø, L. E., Knudsen, A. K. S., & Skogen,

J. C. (2021). *Del 5: Psykisk helse og livskvalitet under pandemien.*

Folkehelseinstituttet. Hentet 17. mars 2022, fra

<https://www.fhi.no/nettpub/folkehelse/rapporten-temautgave-2021/del-1-9/psykisk-helse-og-livskvalitet-under-pandemien/>. **\*4 sider**

Waddoups, A. B., Yoshikawa, H., & Strouf, K. (2019). Developmental effects of parent –

child separation. *Annual review of developmental psychology*, 1, 387- 410.

<https://www.annualreviews.org/doi/10.1146/annurev-devpsych-121318-085142>.

**\*23sider**

**Selvvalgt pensum: 2132 sider**