



## NÅR MAMMA ELLER PAPPA GJENNOMFØRER EN MILITÆR TJENESTEGJØRING I UTLANDET

*Denne informasjonen retter seg mot ansatte i skoler, barnehager og andre voksne som møter barn der den ene av foreldrene er eller skal i militær tjenestegjøring i utlandet.*



*Barn har normalt en stor evne til å tilpasse seg til ulike situasjoner. For barna er foreldrene den viktigste ressursen og det er de som først og fremst skal sørge for at barna får nok kjærlighet, trygghet og stabilitet. Med dette i bagasjen står de aller fleste barna godt rustet for å kunne håndtere en såpass annerledes situasjon som det er med at en i familien er i internasjonale operasjoner.*

*Samtidig viser internasjonale studier at flertallet av forsvarsfamilier opplever et vesentlig forhøyet stressnivå under en internasjonal tjenestegjøring. For noen familier blir det en enorm påvirkning, mens for andre vil påvirkningen ikke være mer enn at det er håndterbart.*



## **VOKSNE I BARNAS OMGANGSKRETS**

I barnets omgangskrets kan det være andre betydningsfulle voksne enn bare foreldrene. Du som leser dette, kan være en av dem. Du kan være lærer, venn med foreldrene, trener eller slektning. Du kan støtte barnet og være tilgjengelig når barnet ønsker å prate med noen utenfor sin nærmeste familie. Det er spesielt viktig at barnet opplever trygghet og omsorg når en av foreldrene er i oppdrag.

Selv om du som leser dette har vansker med å forstå hvordan man som mamma eller pappa kan tjenestegjøre i utlandet når man har barn hjemme, eller har meninger om Norge skal sende militært personell til tjenesteområdene eller ikke, så er dette noe barn ikke skal belastes med. Dessverre hender det at barn som har foreldre i internasjonale operasjoner møter påstander og spørsmål som barn ikke skal stå til ansvar for.

Barn kan ofte håndtere spørsmål fra andre barn, men kan oppleve et krav om å må svare utenfor sin evne hvis voksne spør.

## **MEDIA**

De innsatsområdene som Forsvaret er i, følges av media. Budskapet hvis noe hender, møter oss via TV, internett og radio. Midt mellom overskrifter, bekreftet informasjon og gamle arkivbilder, er barna. Barn som ikke kan sortere hva som er gammel eller ny informasjon, som ikke kan avgjøre om det som står i avisen har hendt eller er spekulasjon. Barnet kan til og med ha vansker med å forstå hvor stort et land er og at det kan være flere hundre mil mellom den aktuelle hendelsen og stedet der forelder er.

Det er bra for barnet om barnets foreldre og læreren i skolen eller andre voksenpersoner som barnet omgås, blir enige om hvordan medieoppmerksomhet som kobles til foreldrenes tjenestegjøring, skal håndteres.

## **BESØK I SKOLEN**

For å forberede barnet kan foreldre besøke skolen eller barnehagen for å fortelle de andre barna og personalet om utenlandstjenesten. Hvis klassen vet litt om tjenesten eller til og med har en forståelse av hvordan det er å ha en forelder i et annet land i en lang periode, er dette til støtte for barna. Et besøk og informasjon kan være med på å forebygge for at barn ikke skal ertes for den situasjonen som de er i pga forelder i utenlandstjeneste.

Omfanget av dette vet vi lite om, men det forekommer. Noen barn ønsker at læreren skal spørre om forelder som er i utenlandstjeneste, mens andre vil synes det er ubehagelig at deres situasjon blir pratet høyt om i klassen.



## REAKSJON FØR UTREISE

Ut i fra alder har barn ulike forutsetninger for å skjønne abstrakt resonnement, som for eksempel fravær og tid. Det er først ved avreise at mange barn forstår hva som skal hende. Barns reaksjon er koblet til hva de forstår, oppfatter og opplever. I blant kan man oppleve at reaksjonene kommer sent, men reaksjonene kommer først når barnet har noe å reagere på.

### **Nedenfor er det nevnt noen av reaksjonene som kan forekomme hos barn under tiden FØR utreise og ved avreise:**

- Uro for den kommende separasjonen
- Ensomhet, engstelse for å bli forlatt
- Forvirring hvis barnet ikke har forstått hva som skal hende
- Skyldfølelse for at foreldrene velger å dra, men også for å ha gitt sitt samtykke til tjenesten
- Interesse og nysgjerrighet for tjenestestedet i utlandet
- Reaksjoner på nyhetssendinger på TV og i avisen
- Ingen reaksjon overhodet ettersom barnet ikke forstår annet enn at en av foreldrene skal være borte over tid

### **Atferd som kan endres hos barn:**

- Barnet får mareritt eller problemer med å sove
- Barnet blir innesluttet eller utagerende
- Barnet kan gå tilbake i utviklingen og oppføre seg barnsligere enn sin alder, for eksempel prate baby-språk eller tisse på seg
- Barnet får et økt behov for å være nær sine foreldre
- Barnet kan oppføre seg ambivalent mot den som skal reise- søke oppmerksomhet, men samtidig distansere seg

### **Reaksjoner under utenlandstjeneste:**

- Redsel for at noe skal hende den som er borte og for at den aldri kommer tilbake
- Savn kan komme og gå. Savn kan spesielt for mindre barn være nært knyttet opp mot rutiner som godnatt-sang eller kveldsstell. For andre barn kan savn være gjennomgående hele tiden
- Tar lett til gråt, blir lett irritert eller sinneutbrudd. Barnet kan også ha tydelige humørsvingninger. Barnet kan overreagere over det som tilsynelatende er småting.
- Konsentrasjonsproblemer, som viser seg spesielt i skolen
- Vanskeligheter med å akseptere nye regler som den hjemme innfører, men også vansker med å følge de gamle
- Barnet kan oppføre seg om den ønsker å straffe den voksen som er igjen, mens sinne egentlig er rettet mot den forelderen som er fraværende. Barnet tør ikke rette sinnet mot den forelderen som er fraværende i frykt for at den ikke kommer tilbake. Barnet vil da føle seg ansvarlig hvis det skjer noe med den som er borte.
- Mange barn føler også en stolthet over at mamma eller pappa er på et så viktig oppdrag.





## VARSELLAMPER

Mange av de reaksjoner barn har, som voksne er urolige for, er normale reaksjoner på en unormal situasjon. Men det finnes også barn som reagerer så sterkt eller på en slik måte at man bør oppsøke profesjonell hjelp. Det er graden av reaksjonen og varigheten av den som avgjør om det er nødvendig med ekstra hjelp og støtte.

Du som tilbringer mye tid sammen med barnet utenfor hjemmet, ser barnet på en annen måte enn det foreldrene gjør, og er derfor en viktig ressurs. Det er ikke sikkert at barnet viser sine reaksjoner hjemme, for de ønsker ikke å være til bry, men personalet i barnehager og skoler kan se forandringer i atferd. Det motsatte kan også skje; der barn reagerer kraftig hjemme, men er sitt vanlige jeg i andre omgivelser.

### Reaksjoner som man bør være observante på:

- Innesluttet og grubler mye
- Problemer med soving
- Kraftige utagerende atferd
- Vekttap
- Fysiske reaksjoner som hodepine, smerter eller utslett



## MER INFORMASJON

Takk for at du tok deg tid til å lese gjennom denne informasjonen. Forhåpentligvis vil den øke forståelsen og bidra til et godt samarbeid mellom deg og barnets foreldre/foresatte i forbindelse med tjenestegjøring.

Mer informasjon om innsatsområder kan finnes på [www.forsvaret.no](http://www.forsvaret.no).

Det er også en aktivitetsbok som heter **"Oppdraget går til..."** som kan skaffes fra avdelingen som den ansatte jobber i. Her er det forslag på fine aktiviteter ifm med før,- under- og etter oppdrag i utlandet.

Alle avdelinger i forsvaret har en familiekoordinator om det skulle være ønskelig med ytterligere informasjon.

