

Hvordan vi i Skeiv Verden møter skeive med minoritetsbakgrunn

Anders Løkkeberg

Rådgiver/psykolog, Skeiv Verden

Vår kjære Lucas forklarer:



Mitt navn er Lucas Casanova.

Starten på fortellingen:

Hvorfor er skeive med
minoritetsbakgrunn overrepresentert
i rusmisbruk, seksuelt overførbare
sykdommer, vold i nære relasjoner,
psykisk uhelse, m.m.?

Hva vi tenker

Normalisering av vold

- Du vokste opp som skeiv i et samfunn som avviste deg og som prøvde å undertrykke deg
- Kjærlighet var blandet med avvisning

Et system som ikke er tilpasset

- Du har ikke tilgang til helsesystemet fordi det er for hvitt, for heterofilt, og for lite traumeinformert
- Det føles ut som du er den problematiske

Kompleks skam

- På toppen av at din identitet blir undertrykket, føler du at du ikke fortjener omsorg
- Du føler skam fordi det du gjør og den du er vanligvis blir ansett som «unormalt»

Fortellingen om hjelp

1

Du kommer til Norge alene uten noe nettverk

5

Du er mest sannsynlig innesluttet fordi det har vært din overlevelsesstrategi, så du bruker rusmidler til å komme i kontakt med andre

2

Menneskene her kjenner ikke bakgrunnen din, kulturelt, sosialt, og ikke språket ditt

6

Din økonomiske situasjon er ustabil, så du gjør det du kan for å klare deg (f.eks. sexarbeid)

3

Siden du har blitt avvist så mye i kulturen du kommer fra, også av din egen familie, tviler du på at det vil hjelpe å be om hjelp

7

Store deler av systemet anser deg som «ikke samarbeidsvillig» fordi traumene dine aldri har blitt adressert direkte

4

Siden tilgangen til hjelp er begrenset for migranter, kan det være enklere å bruke mestringsstrategier som andre bruker

8

Du føler ikke bare skam over hvem du er, men du skammer deg også over hva du trenger hjelp til

Hjelperne på veien



Kontaktpersonen i NAV

«Han sier at jeg fokuserer for mye på at jeg er skeiv»



Psykologen på DPS

«Hun sier at jeg må prøve hardere»



Fastlegen

«Hun sier at jeg er en hypokonder. Jeg måtte google det ordet»

Lost in translation

«Parts theory»

En fragmentert fortelling

Traumer lærer oss å dele selvet i adskilte deler for å overleve: kritikeren, offeret, barnet, brannslukkeren. Noen deler kan ta overhånd og vi føler oss overveldet.

Vi lærer mennesker å forstå hvorfor de ulike delene er der, og hvordan de kan skape de delene som mangler.

(internt og eksternt)



Se hele oss!

Istedenfor å se pasienten/klienten fra der du står, prøv å møte personen der de er og se om det er deler av fortellingen som mangler.

Vi kan hjelpe deg å se hele bildet og skape et team rundt medlemmet i vårt felleskap.



Dere finner meg på anders@skeivverden.no eller
Lucas på lucas@skeivverden.no
Gå til skeivverden.no for informasjon på flere språk

Anders Løkkeberg
Rådgiver/psykolog,
Skeiv Verden