

A - PERSONLIGE OPPLYSNINGER

<b>NAVN</b>	
<b>FØDT</b> Når og hvor?	Hvordan vet du fødselsdatoen din?
<b>OFFENTLIG</b> <b>REGISTRERT?</b>	I lokale registre? I sentrale registre?
<b>Dokumenter og</b> <b>sertifikater</b>	
<b>REGISTRERT</b> <b>TILHØRIGHET</b>	Er du registrert som selvstendig individ? Eller som avhengig individ? Er det noen forskjell på gutter og jenter i så måte? Hva er de sterkeste bindingene? Familie, religion, mektig mann eller annen tradisjon?
<b>Er tilhørigheten</b> <b>brutt?</b>	Hører du fremdeles til familien og lokalsamfunnet, eller er du utstøtt eller har rømt fra disse? I tilfelle, hvorfor? Hvor dramatisk har dette vært?
<b>Folkegruppe</b> <b>Stamme/klan</b> <b>Språk</b>	
<b>Foreldre,</b> <b>eventuelt</b> <b>fosterforeldre</b> <b>eller andre</b> <b>ansvarlige</b>	
<b>Søsken</b>	
<b>GIFT</b> Når, hvordan og med hvem?	
<b>Barn</b>	
<b>ARBEID</b>	Hjemme, på gården, eget yrke, lønnet arbeid, annet.
<b>UTDANNELSE</b>	Koranskole, vanlig skole, kan lese og skrive, kan regne
<b>Adresse og telefon</b> <b>i Norge</b>	
<b>Nærmeste</b> <b>pårørende i</b> <b>Norge</b>	

**B – OPPVEKST I FAMILIENS SKJØD**

Har du vokst opp i by?	
Har du vokst opp i landsby?	
Eller hva slags omgivelser har du vokst opp i?	
Har du vokst opp i storfamilie?	
Har du vokst opp i kjernefamilie?	
Eller hva slags annen enhet har du vokst opp i?	
Gjør rede for hvem som hørte til enheten, for eksempel da du var 10 år gammel.	

**STATUS**

Hvis høyeste status er 6 og laveste status er 0, hva har da vært:

	0	1	2	3	4	5	6
Familiens status i lokalsamfunnet?							
Din status i familien?							
Fars status i familien?							
Mors status i familien?							
Brødrenes status i familien?							
Søstrenes status i familien?							

## FRIHET OG SELVSTENDIGHET

Hvis høyeste grad av frihet er 6 og laveste grad av frihet er 0, Hvor fri har du vært til å bestemme ditt eget livsløp:

	0	1	2	3	4	5	6
da du var 5 år?							
da du var 10 år?							
da du var 15 år?							
da du var 20 år?							

## HVA SLAGS LIVSLØP HAR VÆRT LAGT OPP FOR DEG?

--

## TVANG ELLER SELVBESTEMMELSE

Hvis du skal vurdere på en skala fra 0 til 6, hvor tvang er 0 og selvbestemmelse er 6:

	0	1	2	3	4	5	6
Hvor selvstendig ville du være i et slikt livsløp?							
Hvor trygg ville du være i et slikt livsløp?							

## **BRUDDET MED LIVSLØPET**

**Gjør rede for hva som forårsaket bruddet i livsløpet, ytre ting som krig, politikk og feide, som også har rammet familien, eller indre ting som medførte utstøtelse og/eller flukt:**

**Hvis du skal vurdere på en skala fra 0 til 6, hvor 0 er katastrofe og 6 er en verden av nye muligheter:**

	<b>0</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>6</b>
<b>I hvilken grad har bruddet åpnet for nye muligheter?</b>							
<b>I hvilken grad har bruddet gitt ny trygghet og nye trygge rammer?</b>							

**Hva slags sosiale tiltak har det offentlige i hjemlandet for kvinner og jenter som av noen grunn er støtt ut av familien og det lokale fellesskapet?**

**Hva slags private tiltak finner man for kvinner og jenter som av noen grunn er støtt ut av familien og det lokale fellesskapet?**

**Hvilke muligheter har slike kvinner? Hva er den sannsynlige karrieren videre?**

**C – ELEMENTER AV TRADISJONELL KJØNNBASERT FORFØLGELSE**

I hvilke perioder av ditt liv har du opplevd kjærighet?
I hvilke perioder av ditt liv har du opplevd å være forelsket?
Er dette noe som har vært bare bra, eller har det skapt problemer?

**OMSKJÆRING**

Er du omskåret?	
Hvor gammel var du?	
Er det noe du husker? Hvordan opplevde du det?	
Hva slags ritualer var det ledsaget av?	
Vil du la dine egne døtre omskjære?	
Har du fått hjelp til å rette opp skadene? Har du plager av omskjæringen i dag?	

**TVANGSGIFTE – ARRANGERT EKTESKAP**

Hvem arrangerte?	
Hvor gammel var du? - og han?	
I hvilken grad var det i omsorg for deg og i hvilken grad var det andre motiver?	
Har ekteskapet vært fylt med kjærighet og likeverd, eller har din oppgave vært å tjene din herre med sex og arbeid?	

## BRUDEROV

Har du vært utsatt for bruderov/erobring?

## VOLDTEKT OG TRAKASSERING

Hvor og av hvem?	1 gang	Mange ganger	Nærmere beskrivelse
I hjemmet?			
Av inntrengere?			
Av soldater?			
Av andre?			
Massevoldtekt?			
Andre former for seksuell mishandling fysisk og psykisk?			

## HANDELSVARE

Har du noen gang blitt fanget, jukset eller narret inn i en situasjon hvor du er blitt en handelsvare og har havnet som sekslave, husslave eller markslave?

## SLAVE ELLER TRELLKVINNE

Hvis du skal vurdere ditt liv langs en skala fra 0 til 6, hvor 0 forteller du har null frihet eller er fullkontrollert, og 6 forteller om full frihet, hvordan vil du da vurdere ditt liv i ulike perioder?

	0	1	2	3	4	5	6
I oppvekst							
I ekteskap							
Under flukt							
Som asylsøker							

**SEKSUELT PRESS  
INVITASJON TIL PROSTITUSJON**

<b>Har du på norsk mottak vært utsatt for seksuelt press?</b>	
<b>Har du opplevd invitasjon eller press til å levere seksuelle tjenester i Norge?</b>	
<b>I hvilken grad er seksuelle tjenester et alternativ ved retur til hjemlandet? Hvilke andre alternativer finnes det?</b>	

**D MENSTRUASJON  
GYNEKOLOGISKE PROBLEM  
RITER OG TABUER  
JOMFRUDOM  
ABORT**

**DAGENS SITUASJON**

<b>Er menstruasjonen din for tiden normal og regulær, eller er det visse problemer? Hva slags? Hva mener du er årsakene?</b>	
<b>Har du andre gynekologiske problemer? Hva slags? Hva mener du er årsakene?</b>	

**RITER OG TABUER**

<b>Hvordan var du forberedt på den første menstruasjonen din?</b>	
<b>Var den til plage eller berikelse?</b>	
<b>Betydde den endringer i livet ditt? - i din status som kvinne? - at du som uren måtte følge visse regler?</b>	
<b>Var det visse ritualer som måtte gjennomføres?</b>	
<b>Har du opplevd uregelmessigheter og ekstraordinære plager med menstruasjonen?</b>	



## USKYLD OG JOMFRUDOM

<b>I hvilken grad har jomfrudom vært et styrende poeng for livet ditt?</b>	
<b>Hva slags kontrollregler er vanlige i din kultur, f.eks.</b> - at din ferd overvåkes av husets menn? - at det etter bryllupsnatta skal være blod på lakenet?	
<b>Har du erfart slike ting? Hvordan?</b>	
<b>Hva slags status har en brukt kvinne; enke, fraskilt, voldtatt, enslig mor, .....?</b>	
<b>Har du erfart noe av dette? Eventuelt – Kan du frykte noe slikt?</b>	

## ABORT

<b>Har du opplevd spontane aborter? Hvordan skjedde det? Hva kan være årsaken?</b>	
<b>Er provoserte aborter noe som er lovlig i din kultur? Hvilke ulovlige metoder brukes? Av hvem? Hvor risikable er de? Hvorfor søker kvinner slik hjelp?</b>	
<b>Er dette noe som har vært din problematikk? Har abort vært aktuelt i Norge?</b>	

**E – PSYKISK HELSE**

---

**BEHANDLINGSAPPARATET**

<b>Vært til lege</b>	
<b>Fått behandling:</b>	
<b>Piller</b>	
<b>Støttesamtaler</b>	
<b>Tilretteleggelse</b>	
<b>Henvist til spesialist</b>	
<b>Fått behandling på spesialistnivå</b>	
<b>Medisiner</b>	
<b>Samtaleterapi</b>	
<b>Innleggelse</b>	
<b>Annet</b>	
<b>Har behandling og tilretteleggelse vært adekvat?</b>	

**SYMPTOMTRYKKET****Angi alvorlighetsgrad fra 0 – 6  
6 betyr store problemer**

	<b>0</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>6</b>
<b>Søvnproblemer</b>							
<b>Mareritt</b>							
<b>Bekymringer for familien</b>							
<b>Bekymringer/angst for egen framtid</b>							
<b>Angstanfall</b>							
<b>Deprimert</b>							
<b>Skyldfølelse</b>							
<b>Selvordstanker</b>							
<b>Selvordsplaner</b>							
<b>Tendenser til å skvette</b>							
<b>Humørsvingninger</b>							
<b>Irritabel</b>							
<b>Fare for ukontrollerte handlinger</b>							
<b>Spenninger i kroppen</b>							
<b>Hører stemmer</b>							
<b>Flashbacks</b>							
<b>Uforklarlige mageproblemer</b>							
<b>Hodepiner</b>							
<b>Muskelsmerter</b>							
<b>Angstsvette</b>							

## UTVIKLING OVER TID

<b>Hvor lang tid i mottak?</b>	
<b>Hvordan har symptomtrykket utviklet seg i denne tiden?</b>	
<b>Har utviklingen vært jevn, eller har spesielle begivenheter gitt spesielle utslag?</b>	
<b>Utvikling av virkelyst</b>	
<b>Utvikling av utholdenhet</b>	
<b>Utvikling av engasjement</b>	
<b>Utvikling av apati</b>	

**F – ÅRSAKER FRA HJEMLANDET**

---

**PERSONLIGE TAP**

**Er noen av dine nærmeste drept, skadet, forsvunnet eller annet?**

<b>Relasjon</b>	
<b>Tid</b>	
<b>Hendelse</b>	

**Er noen av dine nærmeste drept, skadet, forsvunnet eller annet?**

<b>Relasjon</b>	
<b>Tid</b>	
<b>Hendelse</b>	

**Er noen av dine nærmeste drept, skadet, forsvunnet eller annet?**

<b>Relasjon</b>	
<b>Tid</b>	
<b>Hendelse</b>	

**Tap av eiendom, tap av rettigheter, tap av frihet**

<b>Hva slags tap</b>	
<b>Når</b>	
<b>Hvordan</b>	

**Tap av eiendom, tap av rettigheter, tap av frihet**

<b>Hva slags tap</b>	
<b>Når</b>	
<b>Hvordan</b>	

**Tap av eiendom, tap av rettigheter, tap av frihet**

<b>Hva slags tap</b>	
<b>Når</b>	
<b>Hvordan</b>	

**Tap av eiendom, tap av rettigheter, tap av frihet**

<b>Hva slags tap</b>	
<b>Når</b>	
<b>Hvordan</b>	

**Spesielle traumatiske hendelser**

<b>Når</b>	
<b>Hvor</b>	
<b>Hvordan</b>	

### Spesielle traumatiske hendelser

<b>Når</b>	
<b>Hvor</b>	
<b>Hvordan</b>	

### Spesielle traumatiske hendelser

<b>Når</b>	
<b>Hvor</b>	
<b>Hvordan</b>	

### Tortur eller grusom, umenneskelig eller nedverdiggende behandling

<b>Når</b>	
<b>Hvor</b>	
<b>Hvem</b>	
<b>Hvordan</b>	

### Tortur eller grusom, umenneskelig eller nedverdiggende behandling

<b>Når</b>	
<b>Hvor</b>	
<b>Hvem</b>	
<b>Hvordan</b>	

**Slaveri** (Husslave, seksslave, tvangsekteskap, med mer er av de tingene som kan rammes av slaveriparagrafen)

<b>Når</b>	
<b>Hvor</b>	
<b>Hvem</b>	
<b>Hvordan</b>	

**Rettsløshet** (arrestasjoner, fengslinger osv som skjer uten lov eller dom)

<b>Når</b>	
<b>Hvor</b>	
<b>Hvordan</b>	

**Rettsløshet** (arrestasjoner, fengslinger osv som skjer uten lov eller dom)

<b>Når</b>	
<b>Hvor</b>	
<b>Hvordan</b>	

**Rettsløshet** (arrestasjoner, fengslinger osv som skjer uten lov eller dom)

<b>Når</b>	
<b>Hvor</b>	
<b>Hvordan</b>	



## MANGEL PÅ RETTIGHETER

### Mangel på

	<b>0</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>6</b>
<b>Tanke-, samvittighets- og religionsfrihet</b>							
<b>Menings- og ytringsfrihet</b>							
<b>Organisasjonsfrihet</b>							
<b>Sosial trygghet</b>							
<b>Rett til arbeid</b>							
<b>Levestandard for seg og familien</b>							
<b>Utdannelse</b>							
<b>Samfunnsrolle</b>							

**G – FLUKTEN – KRISE ELLER LETTELSE?**

---

**FLUKTEN SOM DEL AV ÅRSAKSSPEKTERET**

<b>Var flukten kortvarig og enkel?</b>	
<b>Eller var den langvarig og komplisert?</b>	
<b>Skjedde flukten i én prosess og én etappe?</b>	
<b>Eller skjedde den i flere faser?</b>	
<b>Hadde du selv kontroll over flukten?</b>	
<b>Eller var du i andres hender?</b>	
<b>Var flukten en fase av frihet?</b>	
<b>Eller var du under kontroll og tvang?</b>	
<b>Var flukten utelukkende en lettelse?</b>	
<b>Eller var den en også en krise?</b>	
<b>Hører flukten med til de gode minner?</b>	
<b>Eller hører den med til traumegrunnelaget?</b>	
<b>Var møtet med de norske myndighetene trygt og godt?</b>	
<b>Eller knytter du vonde minner til møtet?</b>	

**H - BAKGRUNN FRA MOTTAK**

---

**DIN OPPLEVELSE AV  
MENNESKERETTIGHETSSITUASJONEN PÅ MOTTAKET**

Angi alvorlighetsgrad fra 0–6, 6 betyr – svært problematisk

	0	1	2	3	4	5	6
Mangel på mening							
Mangel på strukturert dag							
Mangel på sysselsetting							
Mangel på kontroll over eget liv og framtid							
Mangel på mulighet til å ta ansvar for familien							
Mangel på privatliv							
Opplevelse av ydmykelse							
Mangel på likeverd og anerkjennelse							
Mangel på familie							
Mangel på arbeid							
Mangel på utdanningsmuligheter							
Mangel på rettsopplevelse							
Mangel på sosial kontakt og sosialt liv							
Mangel på kulturell deltakelse							
Mangel på kontroll over egen sak							
Mangel på demokratisk deltakelse							

	<b>0</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>6</b>
<b>Mangel på organisering i forhold til egne interesser</b>							
<b>Mangel på religiøs tilhørighet og deltakelse</b>							
<b>Mangel på menings- og ytringsfrihet</b>							
<b>Mangel på helsetilbud</b>							
<b>Mangel på tilfredsstillende levestandard</b>							
<b>Mangel på fysisk aktivitet</b>							
<b>Angst og frykt</b>							
<b>Opplevelsen av å være truet</b>							

I – ÅRSAKSVURDERING

Er din psykiske helse et problem?	
Fra når var den et problem?	

DE ALVORLIGSTE ÅRSAKENE

Angi alvorlighetsgrad fra 0 – 6, 6 betyr svært alvorlig

	0	1	2	3	4	5	6
Personlige tap i hjemlandet							
Traumer fra hjemlandet							
Atskillelse fra hjemlandet							
Traumatiske opplevelser i hjemlandet							
Atskillelse fra og bekymring for familien							
	0	1	2	3	4	5	6
Traumer fra flukten							
Tilværelsen på norsk mottak.							

KOMBINASJON AV ÅRSAKER

Er årsakene uavhengige av hverandre?	
Eller bygger de på hverandre?	

Har tiden i Norge lettet det psykiske trykket?	
Eller har den gjort det vanskeligere?	

	0	1	2	3	4	5	6
Hvis du skal angi etter alvorlighetsgrad fra 0 til 6, hvor alvorlig har mottaks- og ventetilværelsen bidratt til dine psykiske problemer.							