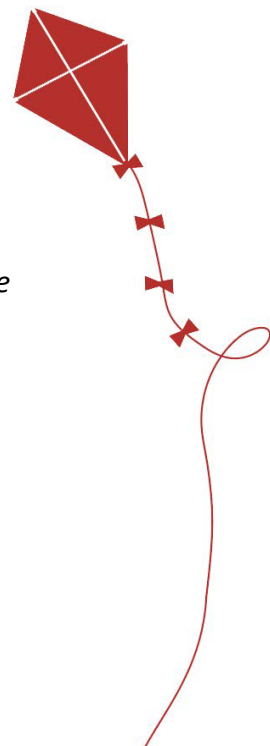
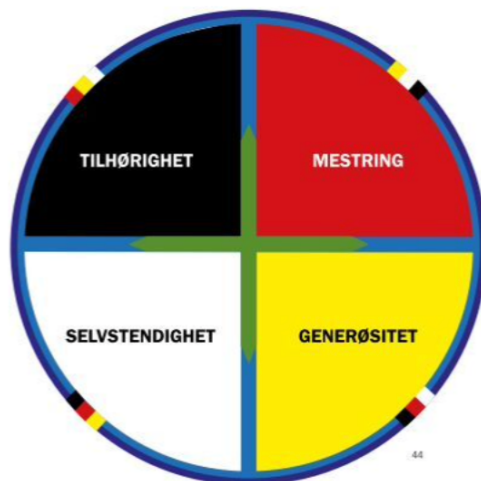


Om helse- og Veksthjulet (Circle of Courage)

Teksten er hentet fra: Eide, Gunnar og Fladstad, Torunn (2020) Traumebevisst og relasjonsbasert omsorg. Veileder for ansatte i statlige mottak for enslige mindreårige asylsøkere. RVTS Sør og UDI.



Helse- og Veksthjulet, eller «Circle of Courage» er en god styrkebasert modell for å arbeide med vekst og utvikling. Modellen kan brukes for å jobbe spesielt med andre og tredje pilar i traumebevisst omsorg – gode sammenhenger og mestring. Dette er en modell som både løfter fram ungdommenes behov og betydningsfulle faktorer i omsorgsmiljøet i mottaket, og den har også fokus på omgivelser rundt mottaket og gode sammenhenger for ungdommenes deltakelse i samfunnet utenfor mottaket.

Modellens opprinnelse

Helse- og Veksthjulet har sin opprinnelse i kulturen og erfaringer til urinnvånere i Nord-Amerika. Tilhørighet, mestring, selvstendighet og generøsitet var sentrale elementer i deres tradisjonelle kultur. Urinnvånerne bruker Helse- og Veksthjulet for å vise at alt liv må være i balanse og at vi alle må være i kontakt med hverandre. De fire fargene står for de fire «rasene» – sort, rød, gul og hvit. Vi bør alle leve i harmoni, og barnet er selve navet og midtpunkt i dette hjulet. Helse- og Veksthjulet er dermed både en modell for elementer i gode og inkluderende samfunn og en modell for universelle behov for utvikling og vekst. Hjulet, eller sirkelen, representerer det faktum at alle mennesker er forbundet med hverandre, og at det er nødvendig for det enkelte menneske, så vel som samfunn, å dekke alle disse fire universelle behov:

- 1. Tilhørighet** til familie, venner, skole, mottak, samfunn, med andre ord å være engasjert i og del av gode sammenhenger. Tilhørighet og tilknytning er grunnleggende i alle menneskers liv, og når man føler en tilhørighet opplever man

mer sannsynlig trygghet og sikkerhet. Dersom tilhørigheten er svak og man opplever mistillit og utenforskap, kan dette medføre større tilbøyelighet til å bli sint, aggressiv eller gi opp.

2. **Mestring** er en opplevelse av å kunne gjøre noe, ha en kompetanse, oppnå mål, og bli verdsatt ut fra hva man kan bidra med. Utvikling av ferdigheter og interesser bidrar til å skape en følelse av kompetanse og høyere selververd, og det øker lyst til å lære og mestre nye ferdigheter. Dersom opplevelsen av mestring er svak, kan det medføre mangel på interesse, at man opplever nederlag, kaos og blir forvirret. I enkelte tilfeller gir man bare helt opp.
3. **Selvstendighet** er en opplevelse av å kunne ta beslutninger og utrette noe, i eget liv og i forhold til sine omgivelser. Dersom man opplever at man får og tar ansvar og opplever respekt, gir dette trygghet. Det vil da være mindre sannsynlig at man går i kamp mot andre mennesker, hvis man føler seg utfordret eller truet. Dersom opplevelsen av selvstendighet er svak, kan man for eksempel oppleve å bli handlingslammet.
4. **Generøsitet** handler om å være i stand til å kunne bidra med noe som er betydningsfullt for andre. Handlingene har en hensikt og et mål som er relatert til omgivelser utenfor en selv. Det forutsetter igjen tilhørighet og at man er del av gode sammenhenger. Dette hjelper til å føle godt om seg selv, man ser betydningen av å hjelpe andre, og det bidrar også til å utvikle positive, støttende relasjoner.

Barn og unge kan ha livserfaringer som kan utfordre alle de nevnte universelle behov og prinsipper i Helse- og Veksthjulet. Modellen er samtidig en påminnelse om vårt felles ansvar for barn og unge i risiko.

Brudd i Helse- og Veksthjulet

«One can not mend The Circle of Courage without understanding where it is broken».
(Brendtro, Brokenleg & Van Bockern, 1990).

Helse- og Veksthjulet kan bli brutt, og forståelse for hvor hjulet er brutt, kan gi deg som jobber med barn og unge en pekepinn på hvor det er klokt å sette inn støtte. Dersom man ikke får dekket behov på en god eller hensiktsmessig måte, kan det føre til ukloke måter å tilfredsstille behov. For eksempel kan ungdom som opplever utenforskap søke bekræftelser i destruktive gjenger.

Traumatiserte barn og unge har livserfaringer som kan utfordre alle de nevnte universelle behov og prinsipper i Helse-/Vekstsirkelen, og modellen kan brukes som et verktøy for konkretisering av arbeidet med å sikre et godt omsorgs- og oppvekstmiljø. Modellen er samtidig en påminnelse om vårt felles ansvar for barn og unge i risiko.

Referanse:

Brendtro, L., Brokenleg M. & Van Bockern, S. (2002) *Reclaiming youth at risk. Our hope for the future.* Solution Tree Press.