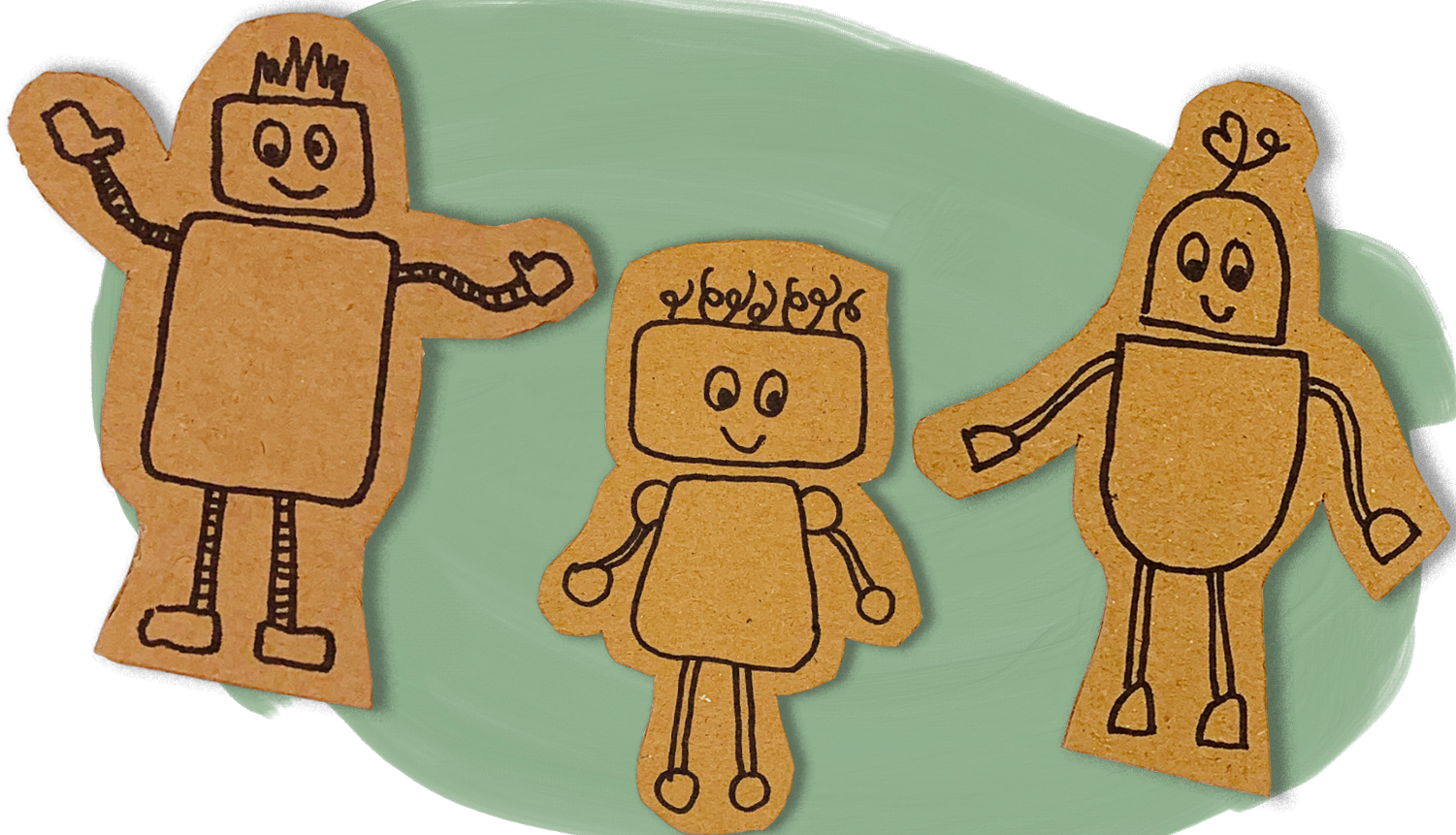


HANDLEPLAN

# NÅR ET BARN FLYTTER TILBAGE FRA UDLANDET





## HANDLEPLAN

# NÅR ET BARN FLYTTER TILBAGE FRA UDLANDET

At starte på en dansk skole efter en årrække i udlandet kan være en spændende ny begyndelse med nye venner og en anden skolekultur. Virkeligheden for mange hjemvendte børn er dog, at skiftet er forbundet med store personlige, sociale og kulturelle omvæltninger. Et barn, der tilbringer en årrække i udlandet, kaldes en Third Culture Kid. Det der kendetegner **Third Culture kids** er at de, i løbet af deres udviklingsår navigerer i en tværkulturel verden præget af mange skift i omgivelser og relationer. At vende tilbage til sit "hjemland" medfører for de fleste børn et omvendt kulturchok, fordi de ikke længere kender spillereglerne eller nødvendigvis oplever, at de passer helt ind.

Derfor har vi udformet denne handleplan til medarbejdere på danske skoler med henblik på at lette barnets overgang til livet på en dansk skole. I handleplanen findes ligeledes 10 konkrete anbefalinger til forældre og børn, der vender tilbage til Danmark fra udlandet. Handleplanen kan med fordel printes ud og gives til barnet og dets forældre.

Foruden denne handleplan henvises til et gratis undervisningsmateriale udarbejdet af Danes Worldwide og Center for Familieudvikling. Undervisningsmaterialet er en håndsrækning til lærere, som ønsker at sætte fokus på temaer som kultur og identitet i undervisningen. Undervisningsmaterialet er tilgængeligt på Center for Familieudvikling og Danes Worldwides hjemmesider.

## HVEM STÅR BAG

Denne handleplan er gratis og udarbejdet i et samarbejde mellem lærere fra Danes Worldwide og psykologer fra Center for Familieudvikling. Handleplanen er udformet med støtte fra Borgfonden.

**Center for Familieudvikling** er en non-profit NGO, som arbejder for at styrke trivsel og skabe trygge familierelationer i danske familier. Centerets Enhed for Udstationerede har mange års erfaring i at støtte udsendte og deres familier, når de udstationeres, og når de vender tilbage igen. Centeret afholder børnegrupper for børn, der har boet i et andet land.

*Læs mere her.*



CENTER FOR  
FAMILIEUDVIKLING

**Danes Worldwide** er en almennyttig forening, der har til formål at gøre det lettere for danskere at bo og arbejde i udlandet - og at vende hjem igen. Vi hjælper bl.a. danske børn og unge med at tilegne sig dansk kundskaber og kulturel viden om Danmark, så de kan indgå og bidrage positivt til det danske samfund. *Læs mere her.*



**Danes  
Worldwide**

## Layout og tilrettelæggelse:

Camilla Engrob // [camillaengrob.dk](http://camillaengrob.dk)

# THIRD CULTURE KID

## HVAD ER EN THIRD CULTURE KID?

Nogle børn vokser op i 1 kultur, hvis de fx. vokser i Danmark. Andre har 2 kulturer, hvis en af deres forældre kommer fra et andet land. Andre endnu har 3 kulturer at forholde sig til, hvis de har prøvet at bo i et andet land - eller flere andre lande. Hvis du har prøvet dette, kan man sige, at du er en "Third Culture Kid".



## THIRD CULTURE?

DEN SÆRLIGE KULTUR, DER OPSTÅR MELLEM FLERE KULTURER, OG SOM GØR, AT DU PÅ EN SÆRLIG MÅDE FORSTÅR ANDRE BØRN, DER ER OPVOKSET I EN ANDEN KULTUR END DERES FORELDRES. DET FINDES DER FAKTISK ET NAVN FOR: "THIRD CULTURE KID"



# 10 ANBEFALINGER TIL SKOLEN

FORUDSIGELIGHED  
ER VIGTIG I BARNETS  
TILPASNING TIL DEN  
NYE HVERDAG.

1. Tag gerne kontakt til barnet og forældrene allerede inden afrejsen fra det land, de bor i. Send eventuelt en videohilsen fra klassen, og bed også om en video fra barnet, der beskriver livet i det land han/hun bor i for den danske klasse. Udpeg om muligt allerede her en nøgleperson – som oftest klasselæreren – med særligt ansvar for barnets indslusning på den nye skole.
2. Hold gerne et møde med forældre, barn og klasselærer inden skolestart, hvor barn og forældre introduceres til skolens praksis, regler og rammer samt den danske undervisningsform. Eksempler på fokusområder kunne være kommunikation med skolen (Intra, Aula m.m.), klasseregler, lektier, fejring af fødselsdage, mobilpolitik, indhold i madpakken, gymnastiktøj og lignende.
3. Giv på mødet gerne tid til at tale lidt om den danske børne-/ungekultur, og hvordan den udleveres hos klassekammeraterne, da dette kan være ukendt for barnet, der har boet et andet sted.
4. Planlæg første skoledag sammen med barnet og forældrene, så barnet ved, hvad det skal forvente af den første tid.

MANGE BØRN OG  
FORÆLDRE OPLEVER,  
AT DET ER SVÆRT AT  
NAVIGERE I DE SYSTEMER,  
SOM DE BLIVER  
PRÆSENTERET FOR I  
MØDET MED DET DANSKE  
SKOLESYSTEM.

MANGE BØRN OPLEVER,  
AT OMVERDENEN HURTIGT MISTER  
INTERESSEN FOR DERES LIV I DET  
ANDET LAND, HVILKET KAN GIVE EN  
OPLEVELSE AF, AT DERES RØDDER IKKE  
ER VIGTIGE OG SKAL GEMMES VÆK.





GLAD



KED AF DET



OVERRASKET

Børn reagerer forskelligt på store omvæltninger. De forskellige reaktioner kan handle om, at barnet savner det gamle, føler sig anderledes, eller har det svært med flytningen

5. Lav eventuelt i klassen en plan for, hvordan der tages imod den nye elev. Udpeg også gerne en elev, der bliver 'skoleven' for den nye elev.
6. Bliv så vidt muligt ved med at inddrage multikulturelle elementer i klassen, så opmærksomheden ikke forsvinder efter den første uge.
7. Forsøg at være nysgerrig på, hvordan livet i Danmark adskiller sig fra det, barnet kommer fra, men uden at barnet udstilles eller skilles særligt ud. Giv f.eks. alle i klassen lov til at fortælle om deres hjem, familietraditioner og lignende.
8. Forsøg at have en opmærksomhed på, hvad barnets reaktioner kan være et udtryk for, og prøv at spørge løbende ind til, hvordan barnet oplever sin nye hverdag.
9. Forvent, at barnet og familien gennemgår en tilpasningsproces, som kan vare længe. Mere information om dette i litteraturanbefalingerne nedenfor.
10. Forsøg at udnytte det som en fordel i klassen, når der er fag, hvor barnet er foran. Forsøg at have blik for, om barnet kan hjælpes med det danske. Lav eventuelt aftaler med barnet eller forældrene, hvis dette skaber udfordringer, eller undervisningen skal differentieres.



ANGST



VRED



MANGE BØRN, DER KOMMER TILBAGE FRA UDLANDET, VIL I NOGLE FAG VÆRE FAGLIGT FORAN I FORHOLD TIL KLASSEKAMMERATERNE. MODSAT VIL MANGE VÆRE UDFORDREDE MED DET DANSKE SPROG.

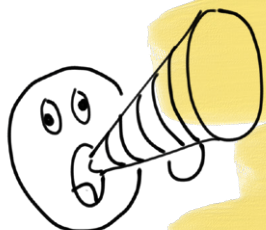




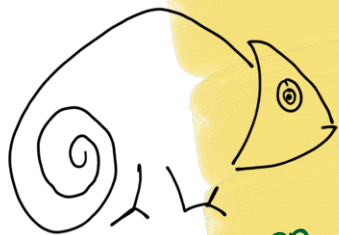
# 10 ANBEFALINGER TIL BØRN, DER FLYTTER TILBAGE FRA UDLANDET

1. Sørg for at få sagt godt farvel til det, du forlader, og goddag til det nye i Danmark. Bed dine forældre om hjælp til det!

Lav eventuelt en farvelbog, hvor dine venner kan skrive hilsener. Planlæg en farvelfest. Inviter måske den nye klasse hjem, så de kan se, hvor du bor. Servér måske noget mad fra det land, I har boet i.



**råberen**  
nogle har brug for at råbe højt



**kamæleonen**  
nogle prøver at gøre som de andre

2. Det er helt normalt at reagere på mange forskellige måder.

Det kan sagtens være, at dine reaktioner er nogle helt andre end dine søskendes, og det er helt normalt.

Det er forskelligt, hvor lang tid det tager at falde til et sted, men ofte går der et godt stykke tid, inden du føler dig hjemme. Husk at det bliver bedre med tiden!

Man kan have brug for at reagere på mange forskellige måder. Nogle har brug for at råbe højt, nogle har brug for at gemme sig, og andre prøver bare at gøre som de andre.



**den usynlige**  
nogle har brug for at gemme sig

3. Tal med nogen om, hvordan du har det.

Lav en aftale med din lærer, dine forældre, din tante eller en anden voksen om, at du må tale med dem eller sende en sms, når du oplever gode, dejlige ting - og når du er ked af det.

Nogle gange kan det være rart at tale med en, man ikke er i familie med.

Fortæl en veninde/ven om, hvordan det opleves at flytte til et andet land.

4. Hav noget på dit værelse, som kan minde dig om dit gamle land og de gode minder, du har derfra.

Saml en masse gode minder i en kasse, du kan tage frem på gode og dårlige dage.

Lav evt. en hylde med minder, som du kan vise frem, når du får besøg.

5. Mange børn oplever, at skolen i Danmark er meget anderledes.

Lav en aftale med en lærer om, at du må fortælle ham/hende om de ting i skolen, du synes er skønne, lidt underlige, eller som du ikke forstår.







**6. Husk på alt det, du har lært, fordi du har boet i et andet land.**

*Du har sandsynligvis lært en hel masse om andre mennesker og et andet land, som kan gøre det nemmere for dig at forstå andre.*

*Det kan være, der er nogle fag, hvor du er foran, og andre hvor du er bagud. Det kan også være en omvæltning at skulle gå i skole på dansk. Det bliver nemmere med tiden! Lav nogle aftaler med din lærer om, hvornår du kan bruge dine styrker, og hvordan du kan få lidt ekstra hjælp.*

**7. Accepter, at andre måske ikke altid vil forstå dine oplevelser, men prøv at fortælle om dem alligevel.**

*Lav eventuelt en aftale om, at dine forældre kommer og fortæller i klassen en dag.*

*Vis selv billeder eller video fra dit gamle land.*

**8. Venner er vigtige for at falde til.**

*Vær nysgerrig på andre i klassen. Alle mennesker har en historie, så undersøg, hvad I har til fælles. Måske har I ikke så mange fælles oplevelser, men det kan være, I kan have nogle af de samme følelser eller interesser.*

*Inviter nogle fra klassen med hjem.*

*Begynd til en fritidsaktivitet. Inviter naboens børn på besøg.*

**9. Husk at være dig selv – du er god nok, som du er!**

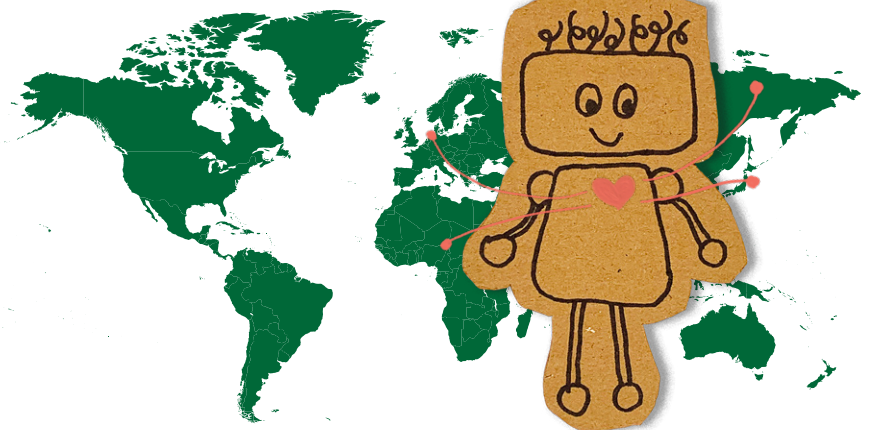
*Nogle gange kan det være lidt svært at finde ud af, hvem man er, når man har oplevet så meget forskelligt. Nogle gange kan man få lyst til at lave om på sig selv for at passe ind.*

*Men det er okay at være som du er, i virkeligheden er ingen mennesker ens. Alle har forskellige oplevelser og ting, de er gode til.*

**10. Husk, at den du er ikke afhænger af, hvor du kommer fra.**

*Man kan godt være et helt menneske, selvom ens hjerte er delt udover de steder på jorden, man har boet.*

*Man kan godt have mere end ét hjem og mere end ét hjemland.*

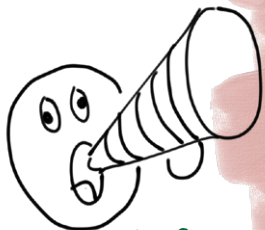




# 10 RECOMMENDATIONS FOR CHILDREN WHO MOVE BACK AFTER LIVING ABROAD

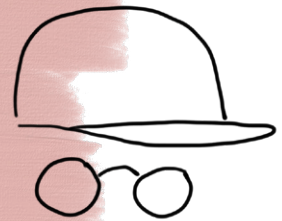


1. **Make sure to say a good goodbye to the place that you are leaving, as well as a good hello to all new things in Denmark. Ask your parents to help you with this!**  
*Make a farewell-book where your friends can write you small notes. Host a fare-well party. Maybe you can invite your new classmates to your house, so they can see where you live. Maybe you can serve some native food from the country you've lived in.*



**the shouter**  
some people need to shout  
as loud as they can

2. **It is completely normal to react in different ways to moving back.**  
*Your reactions to moving may be completely different from your siblings', and that is normal. The amount of time it takes to feel at home in a new place differs from person to person, but often it takes quite a while. Remember that it gets better in time! You may feel the need to react in different ways. Some people need to shout as loud as they can, some feel a need to hide, and others just try to blend in and act like everyone else around them.*



**the invisible**  
some feel a need to hide



**chameleon**  
some try to blend in and act like  
everyone else around them

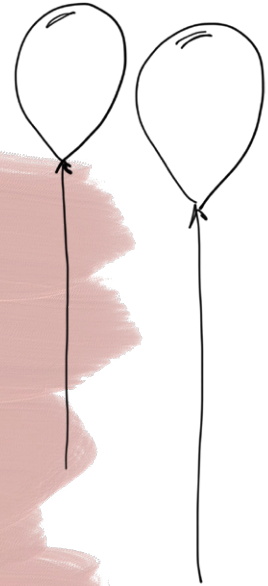
3. **Talk to someone about how you're feeling.**  
*Make a deal with your teacher, your parents, your aunt or another adult, that you can talk to them or text them when you experience something nice and when you're feeling sad. Sometimes it can be helpful to talk to someone who's not a part of your family. Tell a friend what it feels like to move to a different country.*

4. **Keep something in your room that can remind you of your former home and the memories from there.**  
*Collect a bunch of wonderful memories in a box and take it out on good and bad days to look at. Create a memory-shelf that you can show when you have guests.*

5. **Many children find that school in Denmark is very different from what they're used to.**  
*Make a deal with a teacher that you can tell him/her about the things in the Danish school that you think are nice, the things that are a bit weird, and the things that you don't understand.*







**6. Remember all the things you've learned after living in another country.**

*Most likely you've learned a whole bunch of things about different people, cultures and countries that make it easier for you to understand others.*

*In some classes you might be ahead of the other students, and in others you might be behind. Having to go to school in Danish can be a big adjustment, but it gets easier with time! Make deals with your teachers about how you can use your strengths and how you can get a little extra help when needed.*

**7. Accept that others might not understand your experiences but try to explain them anyway.**

*Show pictures or videos from your old home.*

*Maybe your parents can come into the class and tell stories about your old home.*

**8. Friends are important for settling in.**

*Be curious about the others in your class. Everyone has a story, so try to figure out what you have in common. You might not share a lot of the same experiences but maybe you have some of the same feelings or interests.*

*Invite some of your classmates to your home. Join an after-school activity. Invite your neighbors' children over.*

**9. Remember to be yourself – you are good enough as you are!**

*Sometimes it can be difficult to figure out who you are when you've experienced so many different things.*

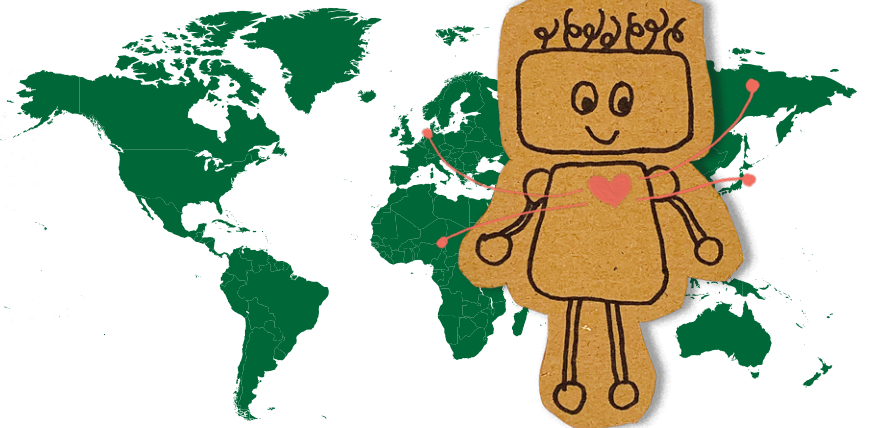
*Sometimes it can be tempting to change yourself in order to fit in.*

*Being who you are is enough. Everyone has different experiences and things they are good at.*

**10. Remember that who you are doesn't depend on where you're from.**

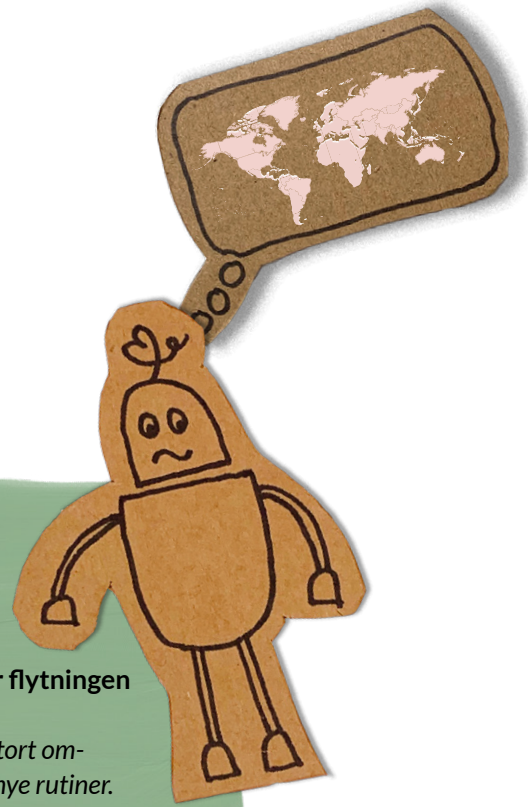
*You can be a whole person even though your heart is divided over all the places on the earth that you've called home.*

*You can have more than one home and more than one homeland.*





# 10 ANBEFALINGER TIL FORÆLDRE, NÅR I FLYTTER TILBAGE FRA UDLANDET



1. **Vær opmærksom på, at hvert barn håndterer flytningen forskelligt.**

*Det er helt almindeligt, at nogle børn oplever et stort omvendt kulturchok, og andre glider lettere ind i de nye rutiner. Desuden kan kulturchok komme forskelligt til udtryk hos børn ved alt fra vrede, tristhed, frustration og tilbagetrækning.*

2. **Hjælp børnene med at sige godt farvel til det, I har forladt, og godt goddag til det nye i Danmark.**

*Erfaring viser, at et tydeligt farvel og goddag er vigtigt for barnets overgang til et nyt land. Inddrag barnet i planlægningen af hvordan de kan få sagt et godt farvel til det gamle land og goddag til det nye.*

3. **Prioriter familietid højt.**

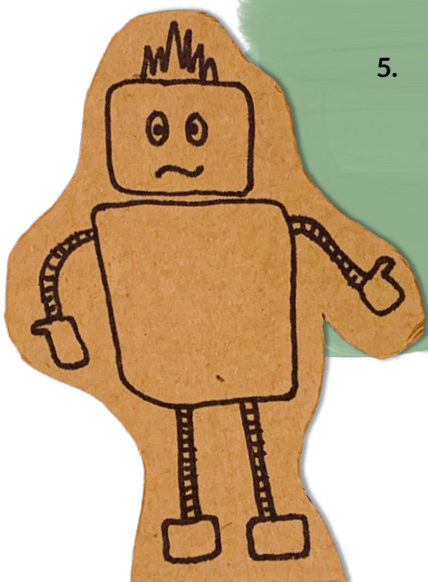
*Mange børn fortæller, at dette er et de største tab, når de flytter tilbage til Danmark, da forældrene formentlig vil være nødt til at arbejde mere end i det gamle land. I de første måneder i Danmark er familien sandsynligvis barnets eneste trygge base, så vær om denne og prioriter at bruge tid sammen når dette er muligt.*

4. **Om muligt, så lad en af forældrene vente et par måneder med at starte job.**

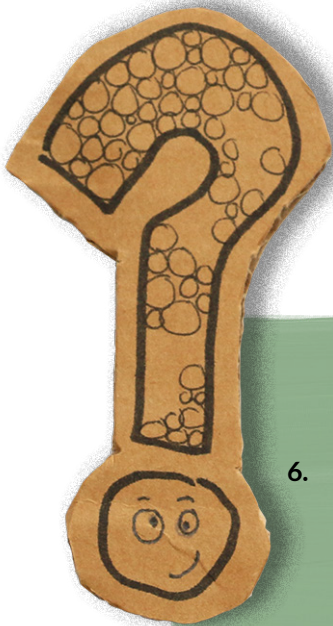
*Dette kan give en anderledes ro i familien i den mest intense tilpasningsperiode.*

5. **Tag kontakt til børnenes nye skole og bed om et møde for at planlægge første skoledag og modtagelse i klassen.**

*Lav aftaler med lærer og barn om, hvornår barnet skal følge med de andre elever, og hvornår det kan få særopgaver. Forsøg at have blik for om, barnet kan hjælpes med det danske.*







6. **Spørg, hvis der er noget I er i tvivl om.**  
*En del af det modsatte kulturchock kan handle om alle de systemer eller traditioner i den danske børnekultur, som er selvfølgelig for dem, som har været på skolen/fritidshjemmet/fodboldklubben fra starten, men som kan være svære at regne ud, når man kommer udefra.  
Spørg de andre forældre, læreren, fodboldtræneren hvis noget er uklart.*
7. **Hjælp barnet til at få nye venner.**  
*Mange børn oplever, at børn i Danmark er sammen på en anden måde, end det de er vant til fra det gamle land. Lav legeaftaler, find sportsklub, musikskole eller andre fritidsaktiviteter, så barnet støttes i at opbygge sociale relationer.*
8. **Tal sammen derhjemme om hvordan I har det.**  
*Når et barn oplever noget svært, har det brug for at blive forstået og mødt i de svære følelser. At dele det svære kan ofte mindske følelsen. Forsøg derfor at møde barnet og anerkend dets oplevelser og følelser. Prøv at undgå at fokusere på det positive eller springe for hurtigt til løsninger eller gode råd, da barnet ellers kan føle sig alene med det svære.*
9. **Tal sammen derhjemme om det gamle land.**  
*Del historierne, hold traditioner i live, lad der være genstande i hjemmet til minde om landet.  
Mange børn er glade for at have en særlig "minde-kasse", der er fyldt med billeder og små ting fra landet.*
10. **Søg hjælp hvis jeres barn ikke trives.**  
*Hvis barnet efter 3-6 måneder oplever mistrivsel eller dårlig tilpasning til den nye hverdag, kan der være behov for mere støtte end ovenstående råd.  
Tag eventuelt kontakt til Center for Familieudvikling og hør om muligheden for rådgivning, børnegrupper eller familiesamtaler.*



ANGST



KED AF DET



# Litteratur til inspiration

**Bushong, L. (2013)**

Insights into counselling the globally mobile. Mango Tree Intercultural Services.

**Christensen, M & Madsen, S (2012)**

Flerkulturelle rødder. Dansk Psykologisk Forlag.

**Crossman, T. (2016)**

Misunderstood. The impact of growing up overseas in the 21st century. Summertime publishing.

**Pollock, D. & Van Reken, R (2016)**

Third Culture Kids. Growing up among worlds. Nicholas Brealy Publishing.

**Ota, D. Safe passage. (2014)**

How mobility affects people and what international schools should do about it. Summertime publishing.

**Granhøj, H. (2014)**

Søs flytter hjem til Danmark. Kharius.dk.

**Granhøj, H. (2010)**

Søren flytter til Kina. Turbine.

**Techow, M. Burke, B & Due, E. (2017)**

Go - Min ultimative guidebog før, under og efter vores ophold i udlandet. Center for Familieudvikling.

SE VORES UNDERVISNINGSMATERIALE  
OM KULTUR OG IDENTITET [HER](#).