

Kommunepsykolog på grensen

Per Halvorsen
journalist

På hue ut i en pandemi, og så ble det krig. Hverdagen til kommunepsykolog Ingvild Trøite Johnsen ble ikke helt som forventet da hun avsluttet profesjonsstudiet for 2,5 år siden.

– Akkurat nå opplever vi en kollektiv sorg.

Slik oppsummerer Ingvild stemningen i Sør-Varanger seks uker etter at de første tanksene rullet inn i Ukraina natta til 24. februar. Krigen har snudd mye på hodet i kommunen som deler en 200 kilometer lang grense med Russland, og der over fem prosent av befolkningen har russisk avstamning. Store deler av den lokale identiteten er knyttet til det å leve i fredelig sameksistens med giganten i øst. Nå er stemningen litt rar.

– Vi vingler litt. Vi ser hvordan storpolitikken slår direkte inn i lokalmiljøet. Men vi har tunge historiske tradisjoner for å håndtere slikt, sier hun.

Første uka i april er hun Psykologtidsskriftets veiviser i Kirkenes. Vi er et godt stykke unna den varme krigen i sør, men Ingvild forteller at flere har vært redd for at det skal bryte ut krig også her.

Det som enkeltmennesker trenger i en individuell krise, og det befolkningen som helhet trenger nå, har mange fellesnevner.

– Vi kan se over til Russland. Vi merket at krigen skapte uro blant noen. Spesielt de første dagene, tross rasjonelle tanker om Nato-medlemskap. Det er noe eget å bo ved grensa til et land som okkuperer et naboland lenger sør.

Gateskilt-kampanje

Gateskiltene på kyrillisk i Kirkenes henger der fremdeles. Det har de gjort i drøye 10 år. De er et av mange eksempler på det inkluderende naboskapet som har utviklet seg helt siden vårløsningen i Barentsregionen på begynnelsen av nittitallet. Nå har enkeltpersoner startet en underskriftskampanje for å fjerne dem. Forslaget ble fremmet i en Facebook-gruppe et drøyt døgn før vi ankommer Sør-Varangers «hovedstad».

Ingvild er varsom med bombastiske uttalelser om skiltinitiativet. Hun skal kunne romme alle slags synspunkter på konflikten. Hun mener folk må få lov til å kjenne på frustrasjonen: på krigsfrykten, frykten for å støtte den ene eller andre parten i krigen, for å miste jobben på grunn av sanksjoner.

Dette er en del av budskapet i en video hun har laget, og som kommunen har spredd i sosiale medier. Her forsøker hun å fortelle litt om hvordan det er mulig å ta vare på seg selv og andre midt i en stor konflikt som har potensial til å rive et helt lokalsamfunn i fillebiter. Om at det er normalt å være bekymret og redd, men at det kan være lurt å sortere ut bekymringene man likevel ikke får gjort noe med.

Vi har alltid vært veldig flerkulturelle. (...) Nå opplever vi et stemningsskifte. Det er litt mer fronter.

– Det er lov å være sint. Det er lov å protestere mot krigen og vise Ukraina støtte. Men det vil være synd hvis vi i denne konflikten skal rokke vår evne til å skille mellom den enkelte russer som henter ungene sin i samme barnehage som oss, og politikeren i Kreml, sier hun.

Krisepsykologi i verktøykassa

Ingvild er den første kommunepsykologen i Sør-Varanger. Hun ble tilsatt bare et halvår før påbudet om å tilby psykologkompetanse fikk virkning i norske kommuner fra 2020. Etter profesjonsstudiet i Tromsø var hun sikker på én ting: Hun skulle hjem, hjem til Kirkenes. En lykke for lokalsamfunnet, som hadde slitt med å rekruttere kommunepsykolog. Selv studenter vegrer seg for å ta turen til Finnmark når de har praksis. Ingvild forstår det ikke. Selv har hun Finnmark i blodet.

Men hva har egentlig en kommunepsykolog å stille opp med om du er aldri så innfødt? Når alt endrer seg over natta og ekkoet fra artilleriilden i Mariupol slår inn over et ellers så fredfullt nabolag noen tusen kilometer lenger nord?

– Jeg er nok bare en ørliten brikke i et veldig stort spill, medgir hun.

Som kommunepsykolog har hun en fot i felten og en fot på rådhuset. Halve stillingen bruker hun på klinisk lavterskelarbeid for barn og unge. Den andre til systematisk forebyggende og helsefremmende arbeid. I denne siste delen av jobben samarbeider hun blant annet med kommunedirektørens stab.

Akkurat nå er kunnskapen om krisepsykologi det viktigste redskapet hun har i verktøykassa.

– Det som enkeltmennesker trenger i en individuell krise, og det befolkningen som helhet trenger nå, har mange fellesnevner, sier hun.

Det er ikke traumebehandling som gjelder i akutfasen. Heller å forebygge at behovet for det skal oppstå senere: Normalisere reaksjoner, fremme sosial støtte, gi råd om hvordan barna kan involveres i det som skjer.

Riksløven og den russiske bjørnen

Ingvild tar oss med til rådhuset. 20 meter fra hovedinngangen passerer vi det russiske generalkonsulatet. Døra er stengt. På innsiden virker det dødt. På fasaden vis-a-vis ønsker noen å henge opp et flere kvadratmeter stort ukrainsk banner slik at det vil være evig synlig for den som har sin daglige dont på konsulatet. Ordfører Lena Norum Bergeng (Ap) skjønner ikke hva det skal være godt for. Hun skjønner heller ikke behovet noen har for å skru ned skiltene med gatenavn på russisk. Blir signaturene mange nok, må saken utredes og tas opp til politisk behandling. Hun håper i sitt stille sinn at det ikke blir noe av.

– Vi er jo ikke mer mot krigen om vi skrur ned noen skilt. De vil uansett være en del av vår historie.

– Og banneret? Det er det jo ingen i Moskva som ser, sier hun.

På den annen side: Folk må få lov til å protestere mot krigen også her, mener hun.

– Vi har gått i tog, vi og. Vi stod samlet om å fordømme krigen, men ikke det russiske folket.

Balansegangen er krevende. Hun medgir at det har begynt å murre litt.

– Vi har alltid vært veldig flerkulturelle. Her bor 30 ukrainere og i en periode opp til 500 russere. Nå opplever vi et stemningsskifte. Det er litt mer fronter. Mange med russisk familie er bekymret. Noen som fordømmer egne politiske ledes handlinger, tør ikke si det høyt av frykt for hva som skal skje med dem som er igjen i hjemlandet, sier ordføreren.

– *Hva med ukrainske flyktninger? Kommunestyret har vedtatt bosetting av 140 ukrainere. Tror du noen vil komme hit og bo så nær den russiske grensen?*

– Å klare å formidle at det er trygt selv om vi ligger nær grensen og det er gateskilt på russisk, blir en utfordring. Men kommer flyktningene, skal vi ta godt vare på dem. Få norske kommuner er bedre rustet til å takle kulturmangfold enn oss, sier hun.

Ordfører Lena møter oss sammen med kommunedirektør Nina Bordi Øvergaard. Bare timer etter at Putin hadde gitt klarsignal til marsjen mot Kyiv, satte hun krisestab. I inngangspartiet har vi nettopp passert en romslig treskulptur som indikerer at det begynner å bli lenge siden den kalde tida på 50-, 60- og 70-tallet: Den viser den norske riksløven i noe som kan tolkes som en pardans med den russiske bjørnen. Nå fortviler kommuneledelsen over at dansen er over.

Vi er ikke naive. Vi vet bare så inderlig godt hvordan det var før tøværet satte inn på slutten av åttitallet

Jodtabletter og bomberom

– Vi er ikke naive. Vi vet bare så inderlig godt hvordan det var før tøværet satte inn på slutten av åttitallet. Vi vil jo ikke tilbake dit, sier Nina.

Hun forteller om grenseboerbevisene. Den eksklusive ordningen som har gjort det mulig å krysse grensestasjonen på Storskog uten altfor mange byråkratiske vidervedigheter, for å kunne handle billig bensin, vodka og spise sushi i Nikel. Nina har vokst opp i Kirkenes og er gammel nok til å huske forholdet til Russland for over tretti år siden.

– Vi har vært så stolt over det vi har fått til. Nå er 30 års arbeid ødelagt over natten. Det er en sorg og en krise for oss, sier hun.

Formiddagen etter krigsutbruddet innkalte hun til kriseledelse. For å sikre god informasjon til befolkningen om den sikkerhetspolitiske situasjonen, få oversikt over lageret av jodtabletter, over bomberom og for å sørge for at skoler og barnehager snakket med barna om det som utspilte seg. Ingvild har presisert betydningen av åpenhet i all informasjon.

– Det motsatte skaper utrygghet. Hvis ikke de voksne er trygge, blir ikke barna det heller, sier hun.

Kjenner på uro

Ingvild følger oss til næringssjefen i Sør-Varanger, Magnus Mæland. Han bedyrer at han er optimist av natur. Nå er han urolig.

– Jeg føler meg svært liten, sier han.

Stenger havnene, mister vi 300 arbeidsplasser over natta

Når vi snakker med ham, bruker han ord som «resesjon». Russernes okkupasjon av Krim i 2014 desimerte den norske lakseeksporten. Nå er det stans over hele linja. Magnus forteller om kunstnerfestivalen Barents Spektakel, som Kirkenes er arnested for hvert år i slutten av februar.

Festivalen har forgreininger til Petrozavodsk, Nikel, Murmansk og St. Petersburg. Midt under årets nachspiel i forlengelse av åpningen 23. februar var det bråstopp. Grensebommen gikk ned. Cruisetrafikken er blitt avlyst, og EU har nettopp foreslått å stenge europeiske havner for russiske skip. Statsminister Jonas Gahr Støre har i skrivende stund avvist initiativet. Skulle det likevel skje, ville det få alvorlige følger.

– Stenger havnene, mister vi 300 arbeidsplasser over natta, opplyser Mæland.

Hjørnesteinsbedriften Kirkenes mekaniske verksted (KIMEK) ligger bare et par hundre meter fra næringssjefens kontor og tilbyr service til russiske båter som knapt har satt kjølen i en hjemlig havn.

– Du finner ingen her som er mot sanksjoner, presiserer Magnus.

– Men de er vennene våre, de som bor der rett over grensen. Får de ikke reparert lyset i båten, kan de miste livet, sier han.

Frigjørere

«Grenseløst samarbeid», lyder mantraet som fortsatt lyser mot deg fra Barentssekretariatets hjemmeside, barents.no. Sekretariatet har vært selve symbolet på folk til folk-samarbeidet og på den nye æraen i grenseområdene i nord etter den kalde krigen. Siden begynnelsen av nittitallet har sekretariatet vært motor i utvekslingen over grensen, enten det gjelder idrett, kunst, skolesamarbeid eller næringsutvikling. Nå har den offisielle dialogen opphørt. Kontaktflaten med deler av sivilsamfunnet er imidlertid fortsatt intakt. Sekretariatsleder Lars Georg Fordal bekrefter usikkerheten.

– Vi har fått beskjed om å fortsette. Nå jobber vi med å finne ut hva som er praktisk mulig. Hva som er utenfor og innenfor sanksjonsreglene. I skrivende stund er det et visst samarbeid i forbindelse med Tromsø Internasjonale Filmfestival, som også i år har russiske bidrag, forteller han.

– *Hva gjør situasjonen med stemningen i lokalsamfunnet?*

– Vi er fortsatt i sjokk, men det verste har nok lagt seg. Som samfunn tror jeg at vi står over det. Ingenting blir helt som før. Men vårt forhold til Russland har lange historiske røtter. Det fins mange her som har besteforeldre som opplevde sovjetthæren som en frigjøringshær da de ble reddet fra nazistene, sier han.

Vi møter en av Lars Georgs ansatte, ukrainsk-russiske, Maria Goman fra Murmansk. Hun er kom til Norge nøyaktig 43 dager for krigsutbruddet. Første gang hun var tilbake i fødebyen var hun redd.

– Jeg tenkte at vi ville bli forhørt eller at det blir problemer for oss, eller at grensen ville bli stengt på grunn av situasjonen.

Hennes russiske mann, som også har jobb i Norge, har gitt flere intervjuer med norsk lokalpresse og franske Le Monde. Der han gir klart uttrykk for hva han mener om krigen. Likevel hadde familien ingen problemer på grensen.

– Jeg håper det betyr at russiske myndigheter ikke har tid til å forfølge alle som er imot krigen. Det finnes mange som er imot krigen, men som ikke er imot regjeringen.

I Kirkenes har hun følt null press.

– Vi har ikke fått eneste kommentar, verken jeg, mannen min eller barna mine på 10 og 4 år. Dette samfunnet har heldigvis ikke et svart-hvitt forhold til Russland. Ingen ser forskjell på oss. Vi går jo i Stormberg eller HH-jakke alle sammen, ler hun.

Baksmell?

Kan vi så forvente mer psykisk uhelse i Sør-Varanger-samfunnet i kjølvannet av en krise som dette?

Ingvild sier at hun foreløpig ikke har merket noe i sin direkte kontakt med barn og unge. Hun sier skolene er blant dem som gjør den viktigste jobben med å informere og sørge for at ungene tar vare på hverandre. Det er en viktig jobb i en kommune der det er russiske barn i mange klasser.

– Men hvem vet. Nå mobiliserer vi. Kanskje kan vi oppleve en baksmell når folk føler seg trygge igjen, spekulerer hun.

Vi tar spørsmålet med også til psykologspesialist ved Finnmarkssykehuset, Alf Martin Eriksen, som vi møter på en kaffebar i Kirkenes sentrum. Han drar på det før han svarer.

– Usikkerhet er aldri en god ting for den psykiske helsa, sier han.

Han står midt i etterdønningene av pandemien. Fra 2020 til 2021 økte antallet henvisninger til voksenpoliklinikk med 30 prosent i Finnmarkssykehuset. Bemanningssituasjonen gjør det ikke enklere. De siste årene er psykologene den eneste faggruppa ved sykehuset som har hatt en nedgang i antall årsverk.

– Jeg tror ikke på en dramatisk forverring, men vi kommer nok til å merke det. Skulle det oppstå langvarig arbeidsledighet som følge av brudd på kontakt med russerne, gir det grunn til bekymring for befolkningens psykiske helse, sier han.

For de fleste psykologer er det «barnelærdom» at strukturelle forhold slår rett inn i folkehelsa. Og få ting er så veldokumentert som at langtidsledighet kan slå ut på psyken. Ingvild tviholder likevel på håpet.

– Vi står midt i en krise. Mye er fremdeles uavklart. Noe av det vi vet at virker beskyttende for den psykiske helsen i krise, er opplevelsen av påvirkningskraft, til forskjell fra maktesløshet. Jeg mener vi ikke må ta sorgene på forskudd. Jeg mener vi er godt rusta, og har godt håp om at dette vil gå bra på sikt, sier hun.