

# Etter terroren

Psykologer var til stede for de rammede, og som rådgivere og i me fra de første kaotiske timene etter terrorhandlingene. Det var en «mann til pumpene»-situasjon, og behovet for psykologisk kunnsk var enormt. Vi har møtt fire som var sterkt involvert. Hvordan opplevdes dette for dem? Hva bidro de med, og hva tenker de om veien videre?

**PSY  
KOL  
OGI**

**TEKST:**

**Nina Strand**

**PUBLISERT 5. september 2011**

---



Foto: Vegard Grøtt/Scanpix

#### LES OGSÅ

##### **- Hjelpen stoppes ofte når den trengs mest**

Det er tøft å be en mamma om å gå til Fretex med tøyen til sin døde sønn. Om å snakke litt mindre om ham. Om å besøke graven hans litt sjeldnere. Men dette blir jobben for noen psykologer når høsten setter inn, sier Atle Dyregrov.

#### LES OGSÅ

### **- Ikke vent til de banker på kontordøren**

Etter tsunamien i 2004 ringte helsepersonell hjem til norske rammede familier, spurte hvordan det gikk, og om de trengte hjelp. Det satte familiene pris på. «Dere kunne gjerne ringt flere ganger», sa mange av dem. Lærerikt, synes forskeren Tine Jensen.

#### **LES OGSÅ**

### **Oppsøkende psykolog**

Da katastrofen rammet ungdommene på Utøya, rykket brannkorps, helsepersonell, campingturister og hytteboere fra Ringerike ut for å komme til unnsetning. Nå sørger kommunepsykolog Ingrid Sønstebø for at hjelpere som selv trenger hjelp, får det.

#### **LES OGSÅ**

### **Å være leder når katastrofen rammer**

Finn en troverdig røst. Send varme e-postmeldinger. Gjør som Stoltenberg. Dette er blant rådene psykolog Rolv Mohn ga til ledere i arbeidslivet etter terrorhandlingene 22. juli.

*Teksten sto på trykk første gang i Tidsskrift for Norsk psykologforening, Vol 48, nummer 9, 2011, side 898-909*

#### **TEKST:**

**Nina Strand**, journalist i Tidsskrift for Norsk psykologforening