



**Kultur- og debattredaktør Hilde Sandvik**  
debatt@bt.no – telefon 55 21 46 08 (10.00-11.30)  
Redaksjon: Ingvild Sæterstøl, Egil Horne Mikkelsen og Aslaug Eide.

I en krisesituasjon må konkret og riktig informasjon komme raskt frem til pårørende. Tar politi og helsepersonell dette nok innover seg?

# Kjapt og godt nok?

## KRISEHÅN- TERING

Atle Dyregrov, psykolog  
dr. philos. Senter for  
Krisepsykologi



**MEDIA OMTALER STADIG** saker som viser at mennesker i hjelpe- og innsatsyrker ikke helt forstår betydningen av informasjon i krisesituasjoner.

Utfordringene er blitt større med utviklingen av moderne informasjonsteknologi og massemmedia. Nå kan pårørende få vite om dødsfall over internett, på Facebook eller via nyhetsopp- slag på internett eller TV.

Politiet må ta inn over seg denne virkeligheten. Ofte kan de ikke bruke den gamle meto- den med å sende prest til hjem- met. De må enten selv raskt forflytte seg til et hjem eller gi budskapet over telefon. Dette er ikke en optimal måte å gi et slikt budskap på, men bedre enn at etterlatte får beskjeden ved at en svært opprørt nabo, bekjent eller annen person kontakter dem. Da øker sjansene for et tilleggsstraume.

### Informasjon roer ned

Tidlig etter et plutselig dødsfall opplever de fleste en kaotisk situasjon hvor det ikke er kjent hva som har hendt, hvordan det hendte og hvilke konsekvenser det får.

Både kroppslig og mental uro er fremtredende hos mange, med blanding av sjokk og uvirkelig- het, sterke følelser, usikkerhet og uvisshet.

Den beste umiddelbare hjelp en kan få for å roe ned kropp og sjel, er god informasjon pre- sentert på en rolig måte fra autoritative kilder som politi og helsepersonell.

Samme dag som noe har skjedd, trengs vanligvis ikke psy- kolog eller annet mentalt helse- personell. Det er ikke dype emo- sjonelle samtaler som trengs, men informasjon som bidrar til demping av uro og til at en får en oversikt over hva som har skjedd, over tidsforløp og årsaksforhold.



**GODT NOK?** Atle Dyregrov ved Senter for krisepsykologi mener behandlingen av ofre i krisesituasjoner bør revurderes.

FOTO: COLOURBOX.COM

seg familie, venner eller formel- le hjelpere bør unngå slike sam- taler første dag.

Nyere forskning viser at sam- taler om emosjonelle aspekter ved hendelsen tett innpå det som har skjedd kan medføre at de emosjonelle og sensoriske minnene fra situasjonen fester seg sterkere i hukommelsen. Da kan de også bli mer plagsomme i ettertid.

Mens emosjonelle samtaler kan gi mer uro, vil faktainformasjon nesten alltid dempe den. Politi og helsepersonell må ha god forstå- else av hvor viktig det er at infor- masjon hurtig formidles, er lett tilgjengelig og ofte må gjentas.

### Møtene er viktige

Informasjon er ikke bare viktig umiddelbart etter en hendelse, men er også en svært viktig del av oppfølgingen f.eks. etter et plutselig dødsfall i familien.

Gjennom mange år har vi sett hvor viktig det er for familier å få møte politi, ambulansepersonell

Delvis henger dette sammen med at det var disse som hadde den siste kontakten med den som døde, men enda viktigere er det at de har informasjon som bidrar til at etterlatte får «grep» om hendelsesforløpet. Ved hjelp av informasjon kan de bygge sammenheng og struktur i hen- delsen, brette den ut langs en tidsakse og få svar på om det som skjedde gikk fort, innebar smerte og redsel osv. Derfor verdsetter de etterlatte samtaler med inn- sats- og helsepersonell høyt.

**DETTE PERSONELLET** spiller en viktig rolle for etterlattes mulighet for å forstå og bearbeide det som har skjedd og for menneskers mulig- het til å «legge fra seg» tanker som ellers kan bli påtrengende og plagsomme. Informasjon som mottas må ikke «forskjønne» vir- keligheten, men være konkret og riktig.

Etterlatte vil nesten alltid kun- ne få informasjon via flere kilder og vil oppdage som resultat at de

les, men har det vært smerte så formidles det, og om dødsfallet ikke skjedde momentant, så får de vite det.

Det er svært positivt å se at det nå legges bedre til rette for slike møter for familier. Selv om det ikke enda kan kalles en «tradi- sjon», ser vi tydelig hvor viktige dette er for familier som har mange spørsmål i etterkant av dødsfallet.

### Nye rutiner må på plass

Spesielt politiet, men også helse- vesenet, bør gjennomgå sine ruti- ner for informasjon etter døds- fall. Virkeligheten har endret seg såpass dramatisk med hensyn til hurtigheten av informasjonsflyt at rutinene må endres og tilpas- ses dagens situasjon.

De viktige psykologiske dimen- sjonene som god informasjons- håndtering innebærer må legges til grunn for nye og bedre ruti- ner. God informasjon tjener en viktig omsorgsfunksjon og ved