

HJELPER ETTER JORDSKJELVET

Bergenske psyko-
loger hjelper å be-
handle barn som
har traumer etter
jordskjelvet i Japan.

SENTRUM

Linda Hilland
linda.hilland@ba.no

I etterkant av det store jordskjelvet og den påfølgende tsunamen ved kysten av Japan sliter tusenvis av barn med mentale ettervirkninger.

Japanske psykologer tok kontakt da de hadde hørt om vår metode for å hjelpe traumatiserte barn som har vært utsatt for krig eller katastrofer, forteller psykolog Umni Helme ved Senter for krisepsykologi i Bergen.

Mareritt og flashback
I regi av stiftelsen «Children and war foundation» reiser hun til Finland i pinsen for å lære opp 16 japanske psykologer.

Metoden er internasjonalt anerkjent og utviklet av fagfolk ved Senter for krisepsykologi og

FAKTA

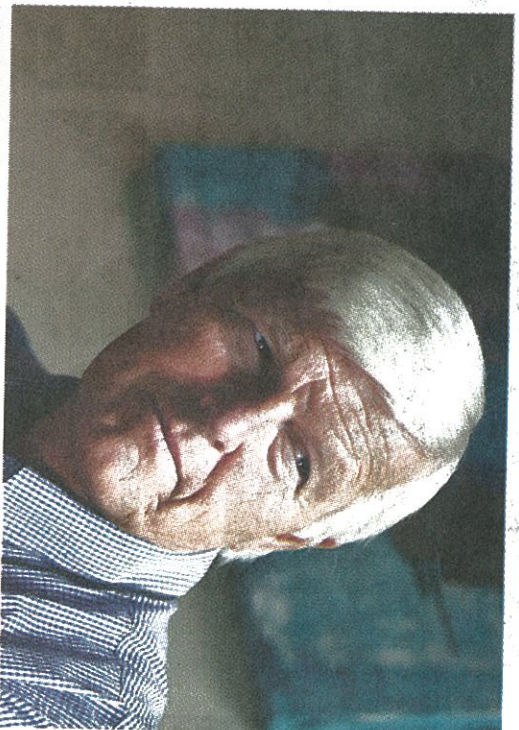
Jordskjelvet i Japan

11. mars i år ble Japan rammet av et jordskjelv med en styrke på 9,0 Richters skala. Det er det kraftigste jordskjelvet som er målt i Japan etter man begynte med målinger. Jordskjelvet ble etterfulgt av en ødeleggende tsunami bølge, som rammet de nærliggende kystområdene hardt.

Minst 27 000 mennesker er savnet eller funnet omkommet.

Kings college i Lindon. Stiftelsen opererer på ideelt grunnlag og ingen betaler for det vi lærer fra oss, sier Helme.

Blant annet er metoden brukt til å hjelpe barn fra andre naturkatastrofer og krig. Blant annet i Palestina, Iran, Irak og Thailand. Metoden ble utviklet for å gi et effektivt lavterskeltilbud til barn som er traumatisert. Den veklegger akutte traumesymptomer som mareritt, flashback, uro, angst og redsel for å oppsøke plasser som gir barna dårlige minner.



PSYKOLOG: Atle Dyrregrov er leder for Senter for Krisepsykologi, som har utviklet metoden.

- Gode resultater

Disse symptomene er sterke og plagsomme. De hindrer barna i å leve et godt og normalt liv. Metoden er utviklet for å minske symptomene, og forskningsresultater viser at den i mange tilfeller hjelper. Barna fungerer bedre i sosiale sammenhenger og de har færre depressive symptomer, forklarer Helme.

Det er enormt viktig for et samfunn at barna kommer seg videre etter en traumatisk opp-

levelse. Dersom ikke barna får hjelp, vil mange få posttraumatisk stress og noen kan bli aggressive og depressive, sier Helme.

Metoden går ut på å forklare barnet hvorfor de har traumatiske plager, og at dette er normalt etter det de har vært gjennom.

Vi lærer dem også noen øvelser slik at ikke minnene skal kjennes så sterke og vonde. Barnet kan få utløp for følelsene sine ved å tegne sitt eget mareritt, sier Helme.

nye barnehageplasser. Byrå-
dets utstrakte bruk av midler-
tidige barnehager viser despe-
rasjon, sier han.

Fra byrådet får BA opplyst at saken om Brann-barnehagen ikke vil komme opp som en egen sak. Men den vil derimot være en del av tertialrapporten som legges frem i juni. Det er den overordnede rapportering om utviklingen av kommunens økonomi. Ikke godt nok, ifølge Willgoths.

Dersom denne saken ikke blir behandlet, er det ytterst spesielt og veldig uheldig. Byrådet kan ikke gjøre dette ved å glemme det som en merknad i tertialrapporten. Man går ikke inn og diskuterer alle detaljene som beliggenhet av midlertidige barnehager og slik i en sånn sak, mener han.

Penn blir skolehistorie

Sist uke hadde årets avgangselever ved videregående skoler eksamen i norsk. Over 80 prosent av dem leverte eksamen digitalt, melder Utdanningsdirektoratet. Totalt ble over 38 000 besvarelser levert digitalt - uten store problemer, ifølge direktoratet. Siden 2008 har digital levering vært en mulighet. Fra neste år blir det normen både i grunnskolen og videregående. I stedet for penn og papir, logger elevene seg inn på prøvegjen-nomteringsystemet PGS med brukernavn og passord fra skolen sin. Sensorene henter besvarelsene i registerer karakterene i samme system. Dette er ifølge direktoratet sikrere og tidsbesparende.