



I samarbeid med kommuneoverlege,
kommunepsykolog og enhetsleder for
beredskap i Sør-Varanger kommune

Psykososial beredskap

– Hvordan styrke resiliens i en
kommune før krisen rammer?

11. nov 2025, 09:00 - 15:45, Thon Hotel Kirkenes



Tilbakeblikk til høsten 2022



RVTS Nord fikk en henvendelse fra Psykisk helse og rustjenesten i Sør – Varanger kommune



De opplevde utfordringer knyttet til et økende antall henvendelser fra personer berørt av krigen i Ukraina som hadde behov for samtaler med dem.

I samarbeid med Psykisk helse og rustjenesten utviklet vi et to-delt tilbud

1. Et digital veiledning ukentlig fra januar til påske med det vi kalte «hjelp til hjelpere».
2. Noen av de ansatte deltok også videre etter påske og frem til januar 2024 i et utdanningsforløp der de kvalifiserte seg til å bli gruppeledere i en forebyggende gruppeintervensjon kalt EXIT. Tanken her var å styrke hjelpetjenesten med en kompetanse slik at de kunne hjelpe mange.

.

EXIT (Expressive Arts in Transition)



Gruppeintervensjon basert på kunst- og uttrykksmetoder (KUT). Målet er å gi kunnskap og verktøy til å håndtere stresssymptomer etter traumatiske hendelser som flukt, krig, naturkatastrofer og sykdom. Kroppen reagerer på traumatiske hendelser med bl.a. søvnløshet, uro, muskelsmerter, hodepine og irritasjon.



En tilnærming som kan forebygge kronisk sykdom og behov for behandling i spesialisthelsetjenesten

Mestring av stress og traumer i vår tid

Digital konferanse 5.desember 2023

<https://vimeo.com/962955855>



Lunsjmøtet Thon Hotell Kirkenes 15 mai 2024

Hva er deres
utfordringer?

Hva trenger
dere hjelp til?

Er det noe vi
kan bidra
med?

Utfordringsbildet i Sør-Varanger kommune knyttet til spenninger i Øst-Finnmark som følge av krigen mellom Russland og Ukraina.

Rapporten skisserer:

- Utfordringsbildet i Sør-Varanger kommune
- Innspill og ønsker fra tjenesteapparatet
- Strategi med forslag om tiltak som kan gjøres på kort sikt og i løpet av høsten 2024 og våren 2025
- Oversendt til Statsforvalteren i Troms og Finnmark og Helsedirektoratet i august 2024.

Psykososial beredskap i et folkehelseperspektiv

Fagdag for representanter for tjenesteapparatet i Sør-Varanger kommune 17.10.24

<https://rvtsnord.no/psykososial-beredskap-i-et-folkehelseperspektiv/>

Bakgrunn og faglig perspektiv

- RVTS Nord sitt fremste oppdrag er å bidra til samarbeid på tvers av samfunnssektorer, forvaltningsnivå og profesjoner.
- Konkret i denne sammenhengen betyr dette å styrke tjenesteapparatet i SVK på våre fagområder i møte med befolkningen i en svært krevende situasjon.



Psykososial beredskap

– Hvordan styrke resiliens i en
kommune før krisen rammer?

11. nov 2025, 09:00 - 15:45, Thon Hotel Kirkenes

Program

- | | |
|---------------|--|
| 09:00 - 09:15 | Mingling |
| 09:15 - 09:30 | Velkommen ved Drude Brattlien, Kommuneoverlege i Sør-Varanger og Oddny Igland, RVTS Nord |
| 09:30 - 10:00 | "Hva handler psykososial beredskap om? Noen perspektiver"
ved Jon Håkon Schultz, professor ved institutt for lærerutdanning og pedagogikk ved UiT og Ingvild Trøite Johnsen, Kommunepsykolog i Sør-Varanger. |
| 10:00 - 10:15 | Pause |
| 10:15 - 11:00 | "Kommunikasjonsstrategi for barn som del av kommunens kriseberedskap"
- Hvordan stress påvirker læring
- Hvordan snakke med barn om skremmende nyheter
ved Jon Håkon Schultz. |
| 11:00 - 11:15 | Pause |
| 11:15 - 11:45 | Workshop 1: Forståelse av psykososial beredskap
Ledes av Marit Elverland, RVTS Nord. |
| 11:45 - 12:45 | Lunsj |
| 12:45 - 13:45 | "Mental motståndskraft som kraftkälla i gränsområdena"
ved Stefan Wallin, tidligere finsk politiker som i dag er rådgiver og styremedlem i det finske statlige medieselskapet YLE og flere andre stiftelser. |
| 13:45 - 14:00 | Pause |
| 14:00 - 14:45 | "Regional trygghet i urolig tid: Hvordan bygger vi et robust samfunn i skyggen av krig i Europa?"
Innlegg fra politiet i Øst-Finnmark |
| 14:45 - 15:00 | Pause |
| 15:00 - 15:30 | Workshop 2: Veien videre – hvordan kan vi forbedre vårt arbeid med psykososial beredskap i Sør-Varanger kommune?
Ledes av Marit Elverland, RVTS Nord. |
| 15:30 - 15:45 | Avslutning |

Veien videre.

- Krigen i Ukraina har forsterket geopolitiske spenninger både internasjonalt, nasjonalt og regionalt. En konsekvens av dette er bla. en stor opprustning av det norske Forsvaret i årene fremover. Region Nord vil bli særlig berørt av denne satsingen.



Workshop 1: Forståelse av psykososial beredskap

- Hva legger du i psykososial beredskap?
- Hva var nytt for deg i innleggene hittil i dag?
- Hva kan psykososial beredskap handle om når krig truer?





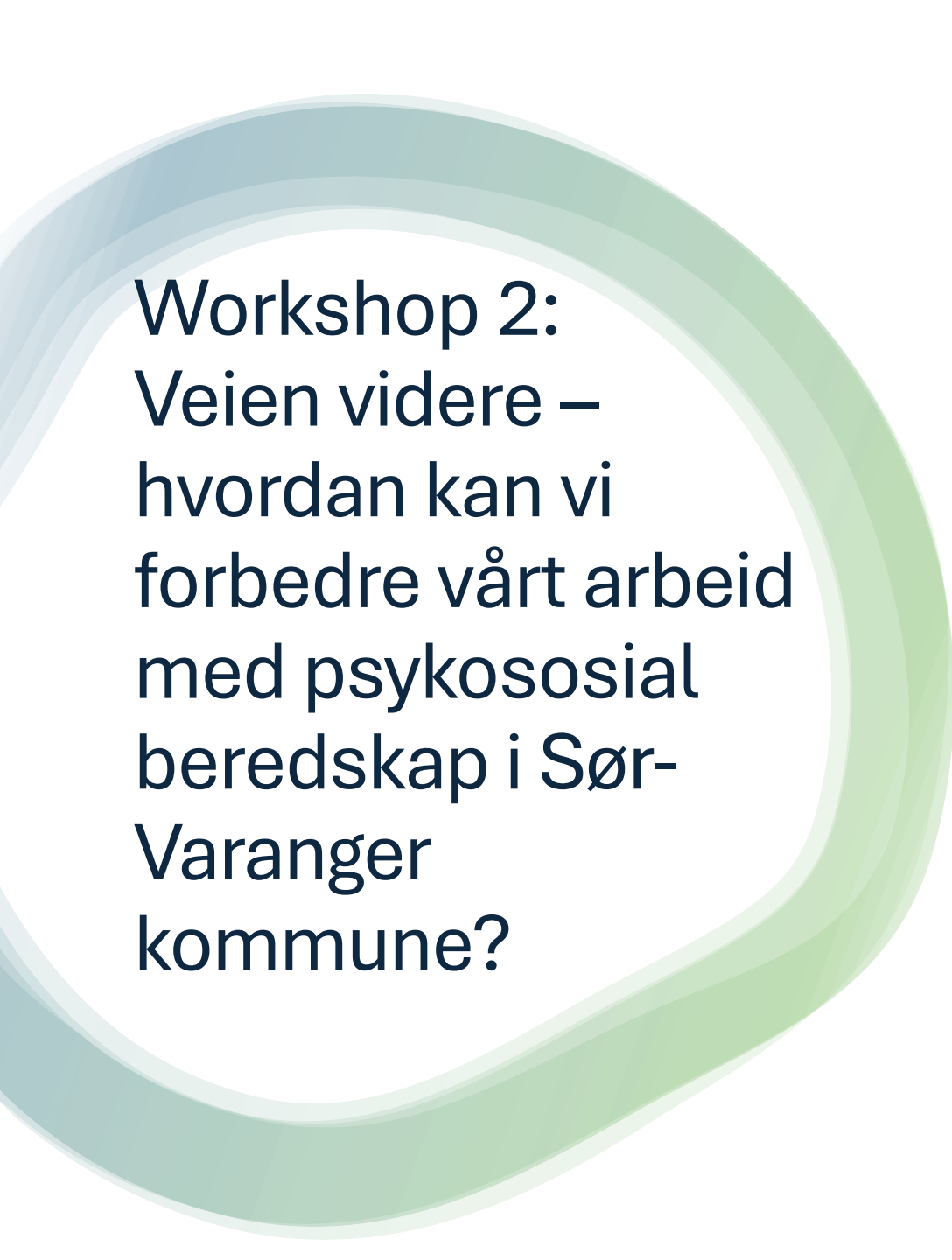
Psykososial beredskap

– Hvordan styrke resiliens i en
kommune før krisen rammer?

11. nov 2025, 09:00 - 15:45, Thon Hotel Kirkenes

Program

- | | |
|---------------|--|
| 09:00 - 09:15 | Mingling |
| 09:15 - 09:30 | Velkommen ved Drude Bratlien, Kommuneoverlege i Sør-Varanger og Oddny Igland, RVTS Nord |
| 09:30 - 10:00 | "Hva handler psykososial beredskap om? Noen perspektiver"
ved Jon Håkon Schultz, professor ved institutt for lærerutdanning og pedagogikk ved UiT og Ingvild Trøite Johnsen, Kommunepsykolog i Sør-Varanger. |
| 10:00 - 10:15 | Pause |
| 10:15 - 11:00 | "Kommunikasjonsstrategi for barn som del av kommunens kriseberedskap"
- Hvordan stress påvirker læring
- Hvordan snakke med barn om skremmende nyheter
ved Jon Håkon Schultz. |
| 11:00 - 11:15 | Pause |
| 11:15 - 11:45 | Workshop 1: Forståelse av psykososial beredskap
Ledes av Marit Elverland, RVTS Nord. |
| 11:45 - 12:45 | Lunsj |
| 12:45 - 13:45 | "Mental motstandskraft som kraftkälla i gränsområdena"
ved Stefan Wallin, tidligere finsk politiker som i dag er rådgiver og styremedlem i det finske statlige medieselskapet YLE og flere andre stiftelser. |
| 13:45 - 14:00 | Pause |
| 14:00 - 14:45 | "Regional trygghet i urolig tid: Hvordan bygger vi et robust samfunn i skyggen av krig i Europa?"
Innlegg fra politiet i Øst-Finnmark |
| 14:45 - 15:00 | Pause |
| 15:00 - 15:30 | Workshop 2: Veien videre – hvordan kan vi forbedre vårt arbeid med psykososial beredskap i Sør-Varanger kommune?
Ledes av Marit Elverland, RVTS Nord. |
| 15:30 - 15:45 | Avslutning |



Workshop 2:
Veien videre –
hvordan kan vi
forbedre vårt arbeid
med psykososial
beredskap i Sør-
Varanger
kommune?

Sør-Varanger i skyggen av
stormaktkonflikt – krig truer.
Dette får konsekvenser for
samfunnet i Sør-Varanger.

***Hvordan kan du i din rolle
bidra til å forberede
samfunnet i Sør-Varanger i
denne situasjonen hvor
krig truer?***

Notér konkrete idéer.