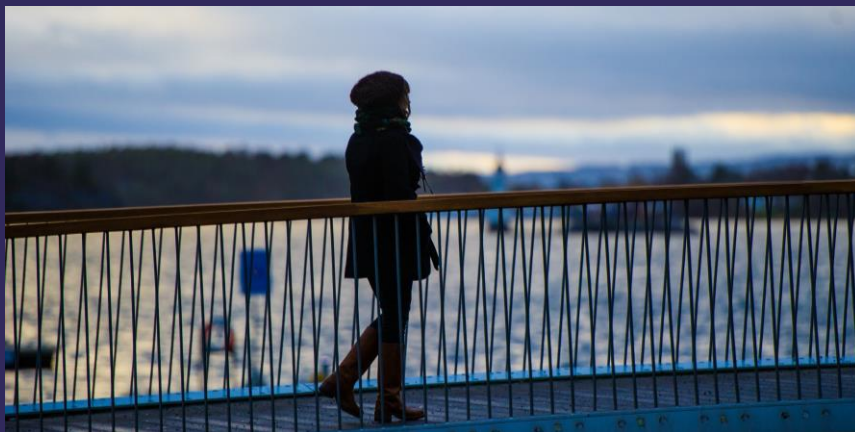


2020 Hva skjedde? Erfaringer fra hjelpetjenesten i Koronaens tid



Gry Heggås Jensen
leder Kirkens SOS Nord-Hålogaland

Hvorfor er vi her?

- Vil **dele** noe av **vår kunnskap og erfaring** fra Kirkens SOS fra 12 mars og frem til i dag
 - **Internt**
 - **Eksternt (innringere og innskrivere)**



Innringere og innskrivere

- Nedstenging nr 1 (12 mars)
- Stabilisering – den nye «normalen»
- Nedstenging nr 2 høsten 2020

«Dette året hadde faen meg vært helt umulig å komme gjennom uten dere. Det er dere som har holdt ut og holdt ut og holdt ut. Og som står på. Jeg skjønner jo hvor mange vi er som bruker dere når æ står der i kø. Men med dere kommer det ihvertfall et svar.»- Innringer til Kirkens SOS



Del 1 – Landet stenger

- Over natten 12 mars økte antall henvendelser fra mellom 400-500 pr døgn til mellom 700-900 pr døgn.
- Usikkerhet og fortvilelse
- Frykt for virus
- Om hjelpetilbudene som ikke var der lenger
- Antall henvendelser på chat (primært unge brukere økte med 50%)
- Innesperret med sin overgriper
 - Barn/voksne
 - Psykisk vold



Del 2: Den nye «normalen»

- Samfunnet åpner litt mer opp
- Felles skjebne, felles trøst
- Antall henvendelser går til «normalen»



Del 3: Nedstenging høsten 2020

- Nye brukergrupper – studentene
- Det tærer på
- Lengere og mer alvorlige samtaler
- Antall selvmordssamtaler på chat økte fra 50% til 60%
- De vi har fulgt hele veien



Temaer i 2020

- Telefon:

1. Psykiske problemer
2. Hverdagspraten
3. Ensomhet
4. Relasjonsproblemer/konflikter
5. Fysiske problemer

- Chat

1. Psykiske problemer
2. Relasjonsproblematikk
3. Ensomhet
4. Seksuelle overgrep
5. Selvskading
6. Utsatt for vold/mishandling

Året sett under ett



- Lengere og mer alvorlige samtaler
- Dobling i antall AMK henvendelser
- Dobling i antall varslinger (straffelovens §196)
- Økning på 14% i antall selvmordsnære henvendelser
- Relasjonsproblematikk økt/mer krevende



THERE IS ALWAYS HOPE

« Midt i et bunnløst mørke, kontaktet jeg dere. Bare at noen lyttet og stilte små spørsmål om store ting gjorde at det begynte å lysne litt. Det er fortsatt mørkt, men der er små lyspunkter og nå tror jeg litt mer på at det kan gå bra. Kanskje var det nå det snudde? Kanskje er det nå jeg overlever. Jeg lever i alle fall.»

Takk for meg