



Masteroppgave

i psykisk helsearbeid

Mai 2021

**Om å stå i «etterdønningene»:
En oppgave om oppfølging av kriminalteknikere**

Kandidatnummer: 105
Emnekode: MAPSD5900
Antall studiepoeng: 30 stp.
Antall ord: 25 857

Fakultet for helsevitenskap
OSLO METROPOLITAN UNIVERSITY
STORBYUNIVERSITETET

Sammendrag

Tittel: Om å stå i «etterdønningene»: En oppgave om oppfølging av kriminalteknikere

Bakgrunn: Innenfor forskning som foreligger virker den operative delen av politiyrket å få mest oppmerksomhet, og det er lite fokus på belastningene innenfor etterforskningsaspektet ved yrket. Hensikten med denne studien er å belyse hvilket oppfølgingsbehov politibetjenter innenfor kriminalteknikk opplever at deres yrkesgruppe har etter belastninger i jobben, og hvordan de opplever at disse behovene best kan ivaretas ved arbeidsplassen. Med bakgrunn i dette er problemstillingen: *Hvilke belastninger opplever kriminalteknikere at deres yrkesgruppe har i sin arbeidshverdag, og hvordan kan deres oppfølgingsbehov best ivaretas ved arbeidsplassen?*

Metode: Denne studien er en empirisk kvalitativ undersøkelse gjennomført med semistrukturerte individuelle intervju av syv norske politibetjenter ved kriminalteknisk avsnitt i november og desember 2020. For å analysere datamaterialet er det benyttet tematisk analyse inspirert av Braun og Clarke (2006).

Resultat: Av belastninger i arbeidshverdagen er det tre situasjoner som skiller seg ut som emosjonelt belastende: Ekstra brutale situasjoner, gjenkjennelighet og hendelser som involverer barn og tilstedeværelse av pårørende / etterlatte. Uformelt mestrer de arbeidshverdagen gjennom følgende: Distansering og fokus, det psykososiale arbeidsmiljøet, og gjennom å se på aspekter ved arbeidsoppgavene som meningsfulle. Av oppfølgingsbehov vektlegger deltakerne obligatorisk faglig oppfølging, struktur og fokus i arbeidshverdagen og psykoedukasjon.

Konklusjon: Det jeg har funnet betyr i praksis at oppfølgingstilbudet må favne den subjektive variasjonen i hva en opplever som emosjonelt belastende. I det ene øyeblikket ekstremt brutale situasjoner og i det andre øyeblikket noe hverdagslig, slik at det er et stort spenn i hvordan de vil oppleve ulike situasjoner. I tillegg er det også et intrapersonlig spenn, da det de står i privat også vil påvirke jobbhåndteringen. Funnene gir implikasjoner for et oppfølgingstilbud som det redegjøres for i oppgaven.

Nøkkelord: Politi, Kriminalteknikere, Arbeidsbelastninger, Mestring, Ivaretagelse, Oppfølgingstilbud, Helse

Abstract

Title: Dealing with the aftermaths: A study about preventative health interventions of crime scene technicians

Background: Within existing research, the operational part of the police profession seems to receive the most attention, and there is little focus on the burdens within the investigative aspect of the profession. The purpose of this study is to shed light on the organizational support crime scene technicians feel they need because of occupational stress. Based on this, the research question is: What burdens do criminal scene technicians experience that their professional group have in their everyday work, and how can their needs best be supported at the workplace?

Methods: This study is an empirical qualitative research conducted with semi structured individual interviews of seven Norwegian police officers at the crime scene investigation department in November and December 2020. Thematic analysis inspired by Braun and Clarke (2006) has been used to analyze the data material.

Results: Of the burdens in everyday work, there are three situations that stand out as especially emotionally stressful: Extra brutal situations, recognizability and incidents involving children and the presence of relatives / survivors. They cope with everyday work through the following: Distance and focus, the psychosocial work environment, and by looking at aspects of the work tasks as meaningful. Of the need for support, the participants emphasize compulsory professional interventions, structure and focus in everyday work and psychoeducation.

Conclusions: What I have found means in practice that the health interventions must embrace the subjective variation in what one experiences as emotionally stressful. Sometimes extremely brutal situations and other times something less severe. There is a wide range in how they will experience different situations. In addition, there is also an intra-personal span, as what they deal with in private will also affect how to cope at work. The findings give implications for preventative interventions which is explained in the thesis.

Keywords: Police, Crime scene technicians, Occupational stress, Coping, Preventative interventions, Health

Forord

Det er flere personer som på ulike måter har bidratt til at jeg har kommet i mål med prosjektet - og det er jeg svært takknemlig for.

Først og fremst mine fantastiske informanter. Jeg ble møtt med stort engasjement, og det var ekstremt spennende å snakke med dere. Takk for rausheten, og at dere var så presise i samtalene, dere gjorde datainnsamlingen veldig mye lettere for en fersk forsker. Tusen takk for at dere tok dere tid til å svare på mine spørsmål, og ikke minst - takk for at dere står i den jobben dere gjør og gir svar på mange av de viktige spørsmålene for oppklaring av saker og til alle etterlatte og berørte. Jeg er utrolig imponert og ekstremt takknemlig for å få et lite innblikk i deres arbeidshverdag!

Min veileder Dag Nordanger har gjennom hele prosessen vært veldig støttende og tilgjengelig – på tross svært varierende fremdrift med skrivningen. Din optimisme og konstruktive tilbakemeldinger har i aller høyeste grad bidratt til at oppgaven ble levert nå i mai. Jeg vil også takke biveileder ved Politihøgskolen Brita Bjørkelo for svært gode innspill på litteratur og relevant forskning. Biblioteket ved OsloMet har også vært veldig behjelpelig med å skaffe meg litteratur, og ansatt Malene har bistått meg med flere runder litteratursøk. Jeg vil også takke både Sonia som stilte til prøveintervju, og Christel ved Politihøgskolen som begge ga meg verdifulle tilbakemeldinger i forkant av datainnsamlingen. Arbeidsplassen min, Sosial og ambulant akuttjeneste, har også lagt til rette for at jeg skulle få delta på forelesninger, og at jeg fikk en lengre permisjon i forbindelse med fullføringen av denne masteren – og det har vært helt uunnværlig.

Sist, men ikke minst - tusen takk til fantastiske Hauketo support crew under hele prosessen!

Jeg føler arbeidet med denne masteroppgaven best kan beskrives gjennom dette sitatet fra en av deltakerne i denne studien:

Du kommer tilbake til den samme adressen, og det er det samme... Og du har liksom ikke kommet deg lenger... På mandag kom du deg tre meter inn i leiligheten, og neste dag så var det bare to meter, for det er så mye spor som skal sikres og vurderinger som skal tas. Du må bevege deg sakte, men jobbe – være rask på en måte samtidig. Litt sånn vanskelig. Ikke så lett alltid det, å være nøyaktig men forholdsvis effektiv.
(Deltaker 6)

Innholdsfortegnelse

1.0	Innledning	7
1.1	<i>Bakgrunn for valg av tema, hensikt og problemstilling.....</i>	7
1.2	<i>Avgrensning</i>	9
1.3	<i>Relevans for psykisk helsearbeid.....</i>	9
1.4	<i>Oppgavens disposisjon.....</i>	9
2.0	Teoretisk rammeverk og tidligere empiri	10
	<i>Figur 1: Modell over faktorer som bestemmer reaksjonsforløp hos hjelpere (Dyregrov, 2018, s. 257)</i>	11
2.1	<i>Individkarakteristika.....</i>	11
2.2	<i>Stressorer</i>	12
2.3	<i>Kognitiv bedømmelse</i>	13
2.4	<i>Individuell mestringsadferd.....</i>	14
2.5	<i>Individuell stressreaksjon</i>	16
2.6	<i>Omsorgsmiljø</i>	16
3.0	Metode og forskningsdesign	19
3.1	<i>Vitenskapsteoretisk utgangspunkt og kvalitativ metode</i>	19
3.2	<i>Datainnsamling gjennom semistrukturert intervju</i>	20
3.2.1	<i>Forberedelse gjennom eksplorativt intervju, utforming av intervjuguide og prøveintervju.....</i>	20
3.2.2	<i>Rekruttering og utvalg</i>	21
3.2.3	<i>Intervjuprosessen</i>	23
3.3	<i>Fremgangsmåte i det analytiske arbeidet.....</i>	23
3.3.1	<i>Beskrivelse av analysen</i>	24
3.4	<i>Forskerrolle og refleksivitet.....</i>	26
3.5	<i>Forskningsetikk</i>	27
3.5.1	<i>Informert samtykke.....</i>	28
3.5.2	<i>Konfidensialitet.....</i>	28
3.5.3	<i>Konsekvenser av å bli med i studien</i>	28
4.0	Resultater	29
	Tabell 1: Oversikt over tema	30
4.1	<i>Emosjonelle belastninger.....</i>	31
4.1.1	<i>Ekstra brutale situasjoner.....</i>	32
4.1.2	<i>Gjenkjennelighet</i>	34
4.1.3	<i>Barn og tilstedeværelse av pårørende eller etterlatte</i>	37
4.2	<i>Mestringsressurser.....</i>	39
4.2.1	<i>Distansering og fokus</i>	40
4.2.2	<i>Det psykososiale arbeidsmiljøet</i>	42
4.2.3	<i>Se arbeidsoppgavene som meningsfulle</i>	46
4.3	<i>Oppfølgingsbehov</i>	47
4.3.1	<i>Obligatorisk faglig oppfølging</i>	49
4.3.2	<i>Struktur og fokus i arbeidshverdagen</i>	51
4.3.3	<i>Kunnskap om ivaretagelse</i>	53

5.0	Diskusjon.....	55
5.1	Belastninger i arbeidshverdagen.....	55
5.1.1	Synlige belastninger.....	56
5.1.2	Individuelle belastninger.....	57
5.1.3	Universelle belastninger.....	58
5.2	Oppfølgingsbehov.....	60
5.3	Implikasjoner av funn.....	63
5.4	Metodiske betraktninger.....	64
	Intern og ekstern validitet.....	64
	Videre forskning.....	66
6.0	Konklusjon.....	66
7.0	Referanseliste.....	67
8.0	Vedlegg.....	71
8.1	Intervjuguide.....	72
8.2	Informasjonsskriv og samtykkeskjema.....	73
8.3	Godkjenning fra NSD.....	76

1.0 Innledning

Det er egentlig på alle mulige måter, vil jeg si, at vi utsettes for ganske mange tøffe påkjenninger.
(Deltaker 3)

Flere yrkesgrupper eksponeres for livets skyggeside med menneskelig tragedie, nød, lidelse og sorg som en del av sin arbeidshverdag. Personell innenfor blant annet akuttmedisin, militære, brann og politi må ofte på daglig basis stå i situasjoner som er krevende og til dels ekstreme, og de har gjennom sitt arbeid økt risiko for å oppleve traumatiske hendelser (Lee et al., 2020, s. 10; Skogstad et al., 2011, s. 177). Arbeidshverdagen krever dermed en aktiv håndtering av disse situasjonene, slik at disse ikke blir belastende for enkeltindividet.

1.1 Bakgrunn for valg av tema, hensikt og problemstilling

Det er flere risikofaktorer for at slike yrkesgrupper kan utvikle psykiske helseplager. På tross av dette finner forskning lav forekomst av psykiske vansker over tid selv etter alvorlige hendelser – noe som knyttes til gode rutiner for oppfølging før, under og etter hendelsen. Hjelpere som opplever mangel på oppfølging eller i større grad overlates til seg selv har større risiko for senvansker (Dyregrov, 2018; Lee et al., 2020; Naushad et al., 2019; Skogstad et al., 2013).

Politiyrket har blitt beskrevet som et av verdens mest stressende yrker. Yrket er variert og består av blant annet tre hovedkategorier; operativt politiarbeid, etterforskning og administrative oppgaver (Berg et al., 2005, s. 114). I det operative arbeidet møter politipatruljene ofte på akutte stressbelastninger som ved uforutsette hendelser – tidvis med fare for eget liv. For de som sitter med etterforskning kan det være krevende avhør og bevisgjennomgang, som for eksempel datamateriale med vold og overgrep mot barn. Da politi er en yrkesgruppe som har en betydelig og forventet risiko for å bli eksponert for flere stressorer, er det også den yrkesgruppen som det er blitt forsket mest på når det gjelder traumatiske hendelser og arbeidsrelatert PTSD (Skogstad et al., 2011, s. 29). Stress i politiet har blitt assosiert med helseproblemer som depresjon, utbrenthet, sekundærtraumatisering, posttraumatisk stresslidelse og somatiske helseproblemer (Abdollahi, 2002, s. 2; Berg et al., 2006 a, s. 1; Sollie et al., 2017, s. 1581).

Ut fra arbeidsmiljølovens formål skal ikke arbeidet utgjøre en helsemessig risiko for arbeidstakere (Arbeidsmiljøloven, 2005, §1-1 a), likevel virker det som oppfølgingstilbudet er veldig varierende, da det i den norske studie av politibetjenter (Berg et al., 2006 a, s. 8)

fremkom at forekomsten av relativt høye subjektive helseplager hovedsakelig ble knyttet til arbeidsmengde og manglende støtte. I en annen studie blant norske etterforskere (Langvik & Rostad, 2020, s. 34) opplever informantene at de ikke får oppfølging i arbeidshverdagen som svarer til de belastningene de står i og etterspør mer formaliserte rutiner for oppfølging. I en svensk undersøkelse (Padyab et al., 2016, s. 229) vises det til at det ikke er noen systematisk oppfølging fra politietaten av patruljerende politibetjenter. Det vil dermed være essensielt for politibetjentenes helse å sikre oppfølging da det knyttes til lav forekomst av psykiske vansker over tid (Dyregrov, 2018).

Innenfor forskning som foreligger virker den operative delen av yrket å få mest oppmerksomhet (se for eksempel Abdollahi, 2002). Forskningen på politistress handler ofte om politifolk som i sitt arbeid kan eksponeres for akutte trusler, skyteepisoder eller andre hendelser som i hovedsak skjer ute i felten (Skogstad et al., 2011, s. 11), altså er fokuset hovedsakelig på den operative delen av yrket. Det er mindre fokus på belastningene og oppfølgingsbehov for de som sitter med etterforskning, på tross av at emosjonell overbelastning er like skadelig for alle politibetjenter (Sollie et al., 2017, s. 1581). Innenfor etterforskning er det en egen spesialgruppe som gjør kriminaltekniske undersøkelser i feltet. Der disse ikke utsettes for akutte trusler som de i operativ tjeneste, holder krimteknikerne ofte over lengre tid på med åstedsgranskning, og dette skjer hyppigere og mer intenst enn for andre politibetjenter (Pavšič Mrevlje, 2016). Lite forskning har spesifikt tatt for seg oppfølgingsbehovene en slik nærhet til åsted kan føre med seg (vesentlige unntak inkluderer Pavšič Mrevlje, 2016, Sollie et al., 2017, Clark et al., 2015).

Denne studien bygger på intervjuer med 7 kriminalteknikere. Hensikten med denne studien er å belyse hvilket oppfølgingsbehov politibetjenter innenfor kriminalteknikk opplever at deres yrkesgruppe har etter belastninger i jobben, og hvordan de opplever at disse behovene best kan ivaretas ved arbeidsplassen. Det er ønskelig å belyse strukturene som skal fange opp behovet for hjelp, og om dette samsvarer med funn i teori om hvordan ivaretagelse bør skje på en hensiktsmessig måte. Med dette som bakgrunn er oppgaven bygget på følgende problemstilling:

Hvilke belastninger opplever kriminalteknikere at deres yrkesgruppe har i sin arbeidshverdag, og hvordan kan deres oppfølgingsbehov best ivaretas ved arbeidsplassen?

1.2 Avgrensning

Med ivaretagelse menes alle former for praksis som direkte eller indirekte bidrar til å beskytte hjelpere mot skader og slitasje i arbeidshverdagen, men oppgaven vil ikke fokusere på selvivaretagelse. Selv om det også er nødvendig at en tar vare på seg selv, og ulike mestringsmåter beskrives, har oppgaven fokus på arbeidsplassens ansvar for å ha på plass rutiner og strukturer som ivaretar sine ansatte på en god måte (Haavik & Toven, 2020, s. 12).

1.3 Relevans for psykisk helsearbeid

Kriminalteknikerne jobber i elendighetens nærhet. De håndterer blant annet menneskelige levninger og gjør sine etterforskningsrutiner på et ulykkessted eller åsted. Det er ofte synsinntrykk, lukter og berøringsfølelser av det mest ubehagelige slaget (se for eksempel Henry, 2004, s. 307). Kriminalteknikerne beskriver selv en alvorlig jobb med stort ansvar, og deres kriminaltekniske undersøkelser vektlegges i form av hva som settes i gang av videre etterforskning: Var det et drap, et selvmord, en ulykke eller et naturlig dødsfall?

Også har du den jobben som vi gjør, hvor vi på en måte kommer når etterdønningene har lagt seg. Ting har gått galt da, det har jo alltid gått galt når vi kommer. Så jeg ser helt klart at vi trenger forskjellig oppfølging ut fra hvilke arbeidsoppgaver vi har. Jeg tror nok at kriminalteknikere har jo blitt glemt da, i den prosessen her. Sånn ut fra de arbeidsoppgavene vi har.
(Deltaker 2)

Spørsmålet er ikke *om* en blir berørt, men *hvordan*, da daglig møte med elendighet kan være en meget tung belastning (Isdal, 2017, s. 64). Selv om slikt arbeid også blir rutine, vil en likevel betale en pris for å venne seg til det, eller for å kunne overleve i slikt arbeid (Dyregrov, 1986). Et manglende oppfølgingstilbud vil potensielt ha store konsekvenser for politibetjentenes helse, og forskning peker på at et godt arbeidsmiljø med sosial støtte fra både kollegaer og ledere, samt et lett tilgjengelig oppfølgingstilbud, vil være viktig for å forhindre utviklingen av PTSD som følge av påkjenninger i arbeidshverdagen (Lee et al., 2020, s. 10). Dyregrov (2018, s. 258) viser til at selv om kunnskapen har økt omkring mestringsmekanismer og stressvaksinerings, gjenstår det arbeid for å utnytte dette mer systematisk til fordel for hjelpere.

1.4 Oppgavens disposisjon

I oppgavens første kapittel har bakgrunn for valg av tema, oppgavens hensikt og problemstilling, samt relevans for psykisk helsearbeid blitt presentert. Sentrale begreper for oppgaven vil defineres fortløpende i teksten. I neste kapittel redegjør jeg for oppgavens teoretiske rammeverk.

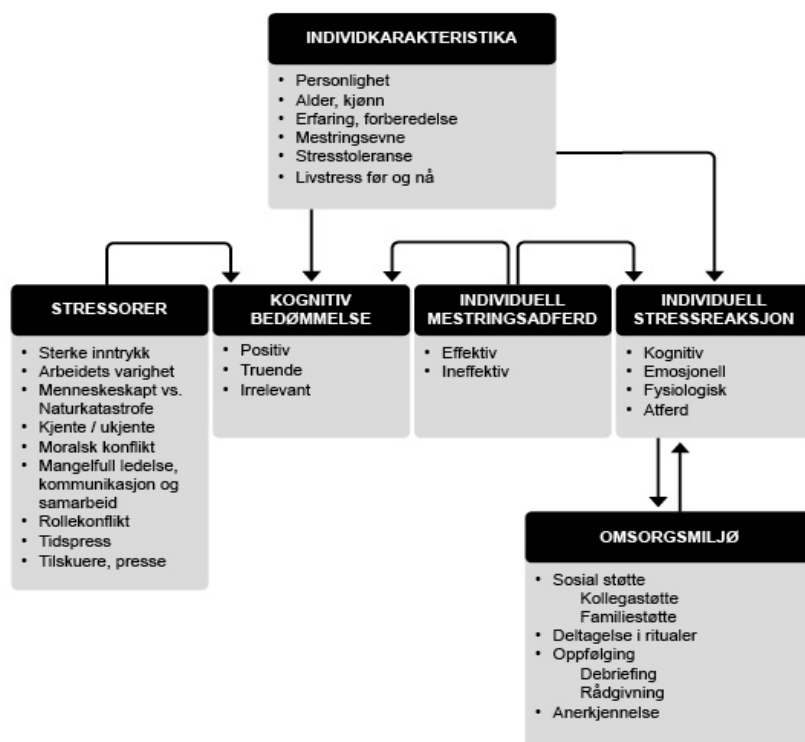
Med utgangspunkt i problemstillingen er tidligere forskning og litteratur systematisert ved hjelp av Dyregrovs modell for faktorer som påvirker reaksjonsforløp etter hendelser. Mine metodiske valg og undersøkelsens gjennomføring, samt etiske betraktninger, blir gjort rede for i kapittel 3. Deretter vil resultater av analysen gjøres rede for i kapittel 4. I kapittel 5 drøftes funn i lys av relevant forskning og litteratur. Deretter vil implikasjoner for funn gjøres rede for. Diskusjonskapittelet avsluttes med metodiske betraktninger, der drøfting av studiens validitet er vektlagt. Det redegjøres også for tanker om fremtidig forskning. Avslutningsvis følger en konklusjon i kapittel 6. Etter referanselisten følger relevante vedlegg.

2.0 Teoretisk rammeverk og tidligere empiri

Ut fra oppgavens problemstilling er det nødvendig å ha kunnskap og teori om ivaretagelse i et systemperspektiv, og da må grunnlaget være kunnskap om belastningene som finnes i politiyrket, hva som gir risiko for skader, hva som er tegn på slitasjen og hva som beskytter (Haavik & Toven, 2020, s. 13). Tidligere forskning og litteratur er systematisert under Dyregrovs modell, se figur 1 under. Dette fordi det er et svært komplekst samspill mellom ulike faktorer som vil avgjøre og påvirke reaksjonene og effekten belastninger kriminalteknikerne møter i sin arbeidshverdag har på helsen. Modellen er benyttet som et utgangspunkt til å organisere tidligere forskning inn i de kategoriene Dyregrov bruker til å vise dette samspillet. Modellen viser reaksjonsforløp for hjelpere – enten de er profesjonelle som politiet og andre nødetater som arbeider i akutfasen på et hendelsessted, eller andre hjelpere som bistår i oppfølgingen av overlevende, pårørende og etterlatte (Dyregrov, 2018, s. 257).

Det er ulike faktorer som bestemmer reaksjonsforløp hos hjelpere i møte med ulike belastninger (stressorer). Pilene i modellen indikerer påvirkningsretninger, men figuren er en forenkling av samspillet mellom faktorene som påvirker de psykologiske etterreaksjonene, og det påpekes at samspillet er mer komplisert enn det fremstilles. En rekke faktorer spiller inn på hvordan et individ påvirkes av belastninger, og avhenger blant annet av kjennetegn ved hendelsen, ved individet selv, og av hvilken støtte som var tilgjengelig forut for, underveis i og etter hendelsen. Dersom belastningene er sterke eller overveldende, kan vi snakke om traume (Isdal, 2017, s. 61). Eksempelvis påpeker Dyregrov (1990, s. 27) at enkelthendelser der politibetjenter kommer til et åsted hvor et barn har begått selvmord ved hending, og ved siden av seg har hengt dukken sin, kan medføre like sterke reaksjoner som blant hjelpere som arbeider på et ulykkessted med

mange involverte. I det videre vil de ulike komponentene av modellen gjennomgå med relevant forskning for denne studien.



Figur 1: Modell over faktorer som bestemmer reaksjonsforløp hos hjelpere (Dyregrov, 2018, s. 257)

2.1 Individkarakteristika

Demografiske variabler som Dyregrov her trekker frem som relevante for hvordan en håndterer belastninger en utsettes for er blant annet: Personlighet, alder, kjønn, erfaring, forberedelse, mestringsevne, stresstoleranse, livsstress før og nå. Politibetjenter i Norge er velutdannede og en nøye utvalgt gruppe. Utvalgs kriteriene for opptak til tre års studier ved Politihøgskolen (PHS) er fullført videregående skole, samt fysiske og psykiske tester. I løpet av årene på PHS blir studentene trent grundig i spesifikke oppgaver som har til hensikt å forberede dem på operative oppgaver (Berg et al., 2006 a, s. 26). Djup (2020) påpeker at en erfaren hjelper, som er godt trent for stressende situasjoner og forberedt på hva som er i vente, vil ofte være mer motstandsdyktig i møte med påkjenninger. Videre at en erfaren hjelper vil være i stand til å fokusere på oppgavene, opplever trygghet og mestring underveis, og vet hvilke prioriteringer som må gjøres. Erfarne hjelpere er også mer kjent med eventuelle reaksjoner som kan komme i ettertid, og har ervervet strategier som kan anvendes for å håndtere disse. Djup viser videre til at ikke-profesjonelle hjelpere er mer sårbare enn profesjonelle hjelpere som politi. Forskning peker på at de to gruppene opplever de samme momentene som stressende, men det som imidlertid

skiller de er i hvor stor grad de påvirkes (Erslund et al., 1989, s. 41-45). Mangel på forberedelse øker hjelpernes sårbarhet for emosjonelle reaksjoner under arbeidet (Dyregrov, 2018, s. 244).

2.2 Stressorer

En stressor er det som utløser stress, men samme stimuli /hendelse kan oppfattes helt forskjellig hos ulike personer da det er den kognitive bedømmelsen (persepsjonen) av en potensiell stressor som avgjør i hvor stor grad den oppfattes som stressende eller ikke – slik pilene i modellen ovenfor demonstrerer (Dyregrov, 2018, s. 257). Skogstad et al. (2011, s. 27) viser til at det empirisk skiller mellom to kategorier av politiets traumatiske eksponering: Svært voldelige hendelser som innebærer aktiv deltakelse i situasjonen som operative hendelser med eksempelvis akutte trusler og skyteepisoder, og svært tragiske hendelser som innebærer deltakelse i konsekvensene av hendelsen. Sistnevnte kan innebære det å bli konfrontert med blant annet omkomne slik kriminalteknikerne møter.

I en studie av 35 nederlandske kriminalteknikere ble følgende stressorer i arbeidshverdagen fremhevet som svært belastende: Organisatoriske faktorer, lang og irregulær arbeidstid, møte med menneskelig lidelse, beslutningstaking, samt uhygieniske og fysisk krevende forhold på åstedet. Arbeidsrelaterte stressorer som at de må jobbe på ulike steder, som kan være alt fra trange rom, i stor høyde, utendørs i vanskelige værforhold eller under uhygieniske forhold, noe som gjør at de må undertrykke trangen til å fullføre arbeidet så raskt som mulig for å få til en grundig kriminalteknisk undersøkelse (Sollie et al., 2017, s. 1580). Risikoen for negative ettervirkninger er større ved belastning i form av sterke sanseinntrykk, stor skade, død eller trussel mot liv og helse (Dyregrov, 2018, s. 234).

I en studie av kriminalteknikere i USA fant en at stressbelastningen økte med nivået av vold og groteskhet på åstedet (Clark et al., 2015, s. 13). Selv om nivå av «sykelighet» på åsted er et subjektivt mål, ble det satt rangert som langt høyere enn åstedet som brannstiftelse eller innbrudd. Kriminalteknikere er eksponert for død oftere og mye mer intenst enn andre politibetjenter (Sollie et al., 2017, s. 1581). I Dyregrovs modell trekkes det også frem tidspress og arbeidets varighet, og Dyregrov viser til at høy eksponering i form av langvarig innsats og belastende arbeid kan medføre sterkere og mer langvarige etterreaksjoner (Dyregrov, 2018, s. 234). Det trekkes også frem at tilstedeværelse av etterlatte kan være en stor kilde til stress, samt det å forestille seg hva familiene til den avdøde gjennomgår (Sollie et al., 2017, s. 1581). De amerikanske kriminalteknikerne oppga hendelser der noe minnet om deres kjære som svært

stressende, og selv om hendelser med flere ofre og drap ble rapportert som «svært stressende», var det ikke like signifikant som hendelser med en slik likhet (Clark et al., 2015, s. 13). Lignende funn ble gjort i intervjuene med de nederlandske kriminalteknikerne (Sollie et al., 2017). Hendelser som er menneskeskapt og fremprovosert med hensikt er stressorer der risikoen for negative ettervirkninger er større (Djup, 2020).

De organisatoriske stressorene som arbeidsbelastning, tidspress, utilstrekkelige ressurser, mangel på arbeidskraft, mangel på kommunikasjon og lederstil ble i en norsk studie oppgitt som mer stressende enn de arbeidsrelaterte stressorene som de fysiske truslene i politiets operative oppgaver (Berg et al., 2006 a, s. 2). Dette kan indikere at politiet er opplært til operative utfordringer, mens deres evne til å håndtere organisatoriske stressfaktorer er lavere. Samtidig vil hyppigheten av stressoren avgjøre hva som har størst innvirkning i politihverdagen (Berg et al., 2006 a, s. 2). Mangel på støtte fremheves også som største årsak til mistriivsel og emosjonelt stress i andre studier av norsk politi og nederlandske kriminalteknikere (Burke & Mikkelsen, 2006, s. 65; Sollie et al., 2017, s. 1581). De nederlandske kriminalteknikerne påpekte spesielt det å bli kalt ut på en ny sak når de ikke var ferdig med etterarbeidet til forrige sak som svært stressende, dette da et slikt etterslep fort førte til at de mistet oversikten ved å ikke kunne gjøre seg ferdig med en sak av gangen. Konsekvensen var et høyere stressnivå. Etterforskerne i den norske studien til Langvik og Rostad (2020, s. 20) trekker også frem organisatoriske forhold. Det vises til at opplevelsen med for mange saker slik at de norske etterforskerne ikke føler de får gjort en god nok jobb er minst like belastende som eksponeringen for overgrepsmateriale. Videre opplevde norsk politi i urbane områder oftere høyt arbeidspress, flere alvorlige operative oppgaver og arbeidsskader enn andre, og de vurderte også mangelen på støtte som mer alvorlig enn politi i mindre distrikter (Berg et al., 2005, s. 118).

2.3 Kognitiv bedømmelse

Fortolkning av situasjonene antas også å ha betydning for reaksjonsforløpet (Dyregrov, 2018, s. 256). Dette kan eksemplifiseres gjennom et eldre eksperiment (Speisman et al., 1964, s. 367), der studenter fikk se en film om omskjæring, før filmen fikk de en av fire manipulasjoner: 1) Intellektualisering med en antropologisk utgreiing av den kulturelle meningen bak ritualet 2) Benektelse: Tale med vektlegging av spenning fremfor smerte. 3) Traumatisering: Tale som understreket smerten og mulig traumatisering 4) Stillhet: ingen informasjon, som kun ble gitt til kontrollgruppen. Underveis ble det gjort målinger, de som fikk manipulasjon 3 hadde betydelig høyere stressnivå etter filmen enn de andre, de som fikk manipulasjon 2 hadde noe lavere enn

kontrollgruppen og gruppe 1 hadde signifikant lavere kontroll. Eksperimentet viser at nivået av stress ikke kun ligger i stressor, men også fortolkningsrammen, og emosjonene kommer som et resultat av individets kognitive vurdering.

I studien på reaksjoner til politibetjenter som håndterte levningene etter ulykken på oljeplattformen Piper Alpha fra Alexander og Wells (1991, s. 552), oppga politibetjentene at det fungerte som en nyttig mestringsstrategi å tenke på de positive aspektene ved arbeidet. Fra de etterlattes synspunkt, var arbeidsoppgaven med å hente ut og få identifisert kroppene til deres kjære en svært viktig oppgave (Alexander og Wells, 1991, s. 552). Dette stemmer overens med Lazarus og Folkmans (1984) begrep «cognitive reconstructing», som er at personen oversetter en ubehagelig og anstrengende arbeidsoppgave til en svært verdifull og meningsfull oppgave. Lignende fortolkningsramme som å se på slike viktige aspekt ved jobben trekkes også frem som positivt for mestring hos nederlandske kriminalteknikere (Sollie et al., 2017, s. 1593).

2.4 Individuell mestringsadferd

Mestring (coping) defineres av Lazarus og Folkman (1984, s. 141) som: «et kontinuerlig skifte av kognitive og atferdsmessige anstrengelser for å klare spesifikke ytre og/eller indre krav som vurderes til å beslaglegge eller utarme ressursene til personene». I Dyregrovs (2018, s. 257) modell gjøres det et skille på effektiv og ineffektiv mestring. Her er det avgjørende resultatet av mestringsmåten – fortsatt høyt stressnivå tilsier ineffektiv mestring mens mestringsmåten er effektiv dersom resultatet er lavt stressnivå. En strategi som er effektiv i en situasjon kan være ineffektiv i en annen situasjon. Selv om stressorer som er gjort rede for til en viss grad er forventet i en kriminalteknikers arbeidshverdag, trenger ikke det å gjøre de mindre sjokkerende, og effektive mestringsmåter er en nødvendighet (Pavšič Mrevlje, 2016, s. 375). Som understreket tidligere kan mestring av stressende og krevende situasjoner læres (noe som vektlegges i utdanningsløpet til politistudentene). Her igjen viser studien til Langvik og Rostad (2020, s. 33) at fokuset på mestring av stressbelastninger oppleves som begrenset til operativt arbeid, mens etterforskningsarbeidet ikke er i fokus i like stor grad. Dermed er man mindre trent på mestring av slike oppgaver.

I forskningen til Alexander og Wells (1991, s. 552) oppga politibetjentene på likhuset at de prøvde å mestre følelsene og reaksjonene gjennom å snakke med kolleger (noe som ble gjort uformelt og formelt ved briefing og debriefingsøkter), noe de oppga som nyttig. De nederlandske

kriminalteknikerne søkte også sosial støtte med deling av følelser og ansvar som hjelp (Sollie et al., 2017, s. 1593 – 1596). Den minst hjelpsomme metoden var å holde tanker for seg selv ifølge politibetjentene til Alexander og Wells (1991, s. 552).

I studien av de slovenske kriminalteknikerne (Pavšič Mrevlje, 2016, s. 375) refereres det til «profesjonell nummenhet», som gjør det mulig for kriminalteknikere å nærme seg situasjonen med et objektivt perspektiv for å mestre sitt arbeid. I likhet med dette trekker de norske etterforskerne hos Langvik og Rostad (2020, s. 9) frem «analytisk distanse» som en viktig mestringsmåte. Det påpekes imidlertid at det er betydelig variasjon i hvilken grad arbeidet gir rom for denne distansen, da visse oppgaver krever en større nærhet til offer. Også hos de nederlandske kriminalteknikerne oppgis det å holde en følelsesmessig distanse som viktig for å minimere den psykologiske innvirkningen som det å møte menneskelig lidelse kan ha, men av de viktigste måtene å håndtere arbeidshverdagen trakk de frem visualisering, en mental forberedelse forut for krevende oppdrag (Sollie et al., 2017, s. 1593 - 1596). I tillegg trekkes det frem mestring gjennom unngåelse, der en unngikk potensielt plagsomme arbeidssituasjoner. Dette gjennom å be kollegaer ta saken dersom de ikke følte seg trygg nok til å håndtere den eller dersom de hadde for høy arbeidsmengde, eller unngåelse gjennom å bruke ansiktsmaske for å unngå sterk lukt (Sollie et al., 2017, s. 1593 - 1596). Av andre mestringsstrategier politibetjentene hos Alexander og Wells (1991, s. 552) var det å unngå å tenke på hva de gjorde eller å se frem til fri fra jobb mindre benyttet, men en betydelig andel av de som brukte disse mestringsstrategiene fant de virkningsfulle.

Langvik og Rostad (2020, s. 38) viser til at humor er en kjent mestringsstrategi, og selv om strategien ikke er unik for politiansatte, så trekkes den frem som ekstra viktig når en jobber med belastende materiale. Det vises til at humor bygger relasjoner, frigjør spenninger etter belastende hendelser og gjør det lettere å koble av. I tillegg til at humor tar brodden av situasjonen, nøytraliserer og gjør det mulig å ha det gøy på jobb - på tross av alvorlighetsgraden i noen av sakene. Alexander og Wells (1991, s. 552) fant at 98 % av politifolkene som arbeidet på likhuset etter katastrofen med oljeplattformen Piper Alpha, oppga at humor var «til hjelp» eller til «stor hjelp». Denne mestringsstrategien benyttes også av de nederlandske kriminalteknikerne da den bidro til å holde en følelsesmessig avstand (Sollie et al., 2017, s. 1582), dog påpekes det at humor også kan ha en dysfunksjonell effekt da det kan oppleves som en kilde til irritasjon for andre kollegaer. Det vises til at dersom humor skal gi et positivt bidrag må det gjøres med passende grad av takt og skjønn (Sollie et al., 2017, s. 1599).

2.5 Individuell stressreaksjon

Som Dyregrovs modell (2018, s. 257) viser kan reaksjonene komme til uttrykk kognitivt, emosjonelt, fysiologisk og gjennom atferd. Det at stressorer har ulik påvirkning handler om at belastningsopplevelser filtreres gjennom hjernen. Emosjonelt stress over tid er det mest helsefarlige, det innebærer slitasje og utskiller store mengder stresshormoner som påvirker hele vår fungering (Isdal, 2017, s. 152). En konstant aktivering av det sympatiske nervesystemet kan før til utbrenthet, og Isdal viser til at dersom en ikke raskt og jevnlig klarer å bearbeide det en opplever og bringe eget nervesystem tilbake i balanse, så kan det over tid føre til sykdom. Dersom et individ imidlertid føler at en har kontroll i situasjonen er sannsynligheten større for å kunne håndtere situasjonen uten tap av helse. Isdal peker på regulering som svært sentralt (Isdal, 2017, s. 152), og som vist ovenfor er det gjort rede for ulike mestringsmåter som bidrar til en slik regulering. I tillegg viser modellen at faktorer på individnivå (eksempelvis personlighetsfaktorer, livsstress før og nå og stresstoleranse) og tilgjengelig støtte fra omsorgsmiljøet spiller inn.

Forskning er entydig på at den negative effekten av stressorer i politiets arbeid manifesteres seg på forskjellige måter, som somatiske og psykiske helseproblemer og utbrenthet, og det avhenger av frekvensen, intensiteten og hvordan hendelsen oppfattes (Abdollahi, 2002, s. 2; Berg et al., 2006 a, s. 2). Når det gjelder utbrenthet opplever de nederlandske kriminalteknikerne emosjonell utmattelse, depersonalisering og redusert ytelse etter langvarig eksponering av både stressorer knyttet til selve jobben og organisatoriske stressfaktorer. Kriminalteknikerne i studien oppga også at de reagerte annerledes enn de rundt seg, og at det å være vitne til så mye lidelse gjorde de mer følelsesmessig avstumpet (Sollie et al., 2017, s. 1582 - 1590). Helseforebygging vil være å iverksette tiltak som skaper brudd i den kroniske aktiveringen av det sympatiske nervesystemet, eller som gir rom for avspenning og innhenting (Isdal, 2017, s. 167).

2.6 Omsorgsmiljø

En annen viktig faktor av stor betydning for hjelperens etterreaksjon etter belastninger er omsorgsmiljøet som omgir hjelperen under og etter arbeidet, inkludert den oppfølgingen som hjelperen mottar (Dyregrov, 2018, s. 257). I en studie om posttraumatisk stresslidelse (PTSD) og arbeidslivet (Skogstad et al., 2013, s. 177) vises det til at det organisatoriske og psykososiale arbeidsmiljøet for polititjenestemenn kan påvirke graden og styrken av PTSD-symptomer.

I politietaten har de kollegastøtteordningen (KSO), som er en ordning som ble innført i 1995, der en politibetjent frivillig tar et ukes-kurs for å bli kollegastøtte og deretter et årlig oppfølgingskurs. Dette for å være en støtte for andre politibetjenter i det daglige arbeidet. Dette er frivillig og uten noen kompensasjon for den som stiller som KSO, og det er noe de gjør i tillegg til deres ordinære arbeid (Berg et al., 2005, s. 114). Denne ordningen ble evaluert i 2007 (Strype & Barland, 2007), og det var da gjennomgående lite bruk av ordningen. På spørsmål om hvorfor de ikke benyttet seg av ordningen så var andre støttepersoner (som venner, partner eller kollegaer) rangert som viktigere enn kollegastøtte-personen.

Fra litteratur om sekundærtraumatisering er det ifølge Isdal (2017, s. 46) slik at arbeidsplasser generelt ofte ikke har rutiner eller planer for belastninger en møter ofte i arbeidet i «det daglige». Isdal beskriver det som vanndråper som faller på en stein, det merkes ikke engang, men når dråpen faller samme sted dag etter dag, år etter år, så vil den etter hvert sette et varig merke. Det beskrives også at det skjer en habituering (normalisering), slik at de sterke inntrykkene forsvinner fra egen bevissthet, og en slik prosess hjelper en til å orke å arbeide med smertefulle menneskeliv. Det er heller ikke vanlig at den enkelte ansatte har høy bevissthet om betydningen av disse påvirkningene, og Isdal hevder at «det daglige» kan være langt farligere for helsen på lengre sikt enn de ekstreme hendelsene. Dette fordi de mer ekstreme hendelser merkes godt, og det er lettere å forholde seg til psykologisk enn det som bare merkes diffust. Siden ekstreme hendelser er så merkbart og konkret blir det også lettere å forstå hva som skjer med en selv.

I en studie av norske politibetjenter (Burke & Mikkelsen, 2006, s. 80) ble de to viktigste intervensjonene for å forhindre utbrenthet å redusere på arbeidsmengden og å forbedre sosiale ressurser og mestringsressurser. Lignende resultat ble funnet i forskning om svenske politibetjentes belastninger i arbeidshverdagen (Hansson et al., 2017, s. 128), der lite sosial støtte på jobb og høy arbeidsbelastning trukket frem som årsak til dårligere psykisk helse. Sosial støtte bufret arbeidsbelastningen til en viss grad. Også her understreket forskerne at helsefremmende tiltak bør søke å redusere belastningen på jobb og understreker viktigheten av sosial støtte i arbeidshverdagen (Hansson et al., 2017, s. 128; Sollie et al., 2017, s. 1582). I en annen norsk rapport (Langvik & Rostad, 2020, s. 74) vises det til at positive sosiale relasjoner i arbeidshverdagen er viktig uavhengig av type arbeid, men prosjektforfatterne trekker frem at det er spesielt i svært stressende situasjoner eller i belastende arbeid at helseeffekten er mest kritisk.

De nederlandske kriminalteknikerne tydeliggjorde at selv om de var dyktige til å opprettholde en emosjonell distansering, så betydde ikke det at de var upåvirket av arbeidet, og alle respondentene oppga behovet for å snakke om sine erfaringer med kollegaer (Sollie et al., 2017, s. 1595). I tillegg til at taushetsplikten legger en begrensning i hva som kan deles, kan hjelperen av frykt for å belaste sine nærmeste ha vansker med å fortelle hvordan man har det, eller oppleve at en ikke blir forstått i sine nære relasjoner privat. Dette kan medføre en avstand eller ensomhet i det sosiale livet (Djup, 2020). Ifølge Dyregrov (2018, s. 267) gir samhold styrke, og fellesskapets støtte er svært viktig for hjelpere, men noen ganger kan det skje på bekostning av dem som ikke deltok i arbeidet, slik at andre i arbeidsgruppen kan kjenne seg utenfor.

Et annet funn i en norsk studie er at det er lite rom for å si fra om arbeidsbelastningen knyttet til barrierer – og peker på at det er en holdning og forventning til seg selv og andre ansatt i politiet om at «dette må en takle». Det vises til at barrierer for å rapportere om helseplager og negative påvirkninger av jobben ikke er uvanlig i denne typen yrker og kan skyldes både sosial ønskelighet og frykt for karrierekonsekvenser (Langvik & Rostad, 2020, s. 31). I en studie om hjelpesøkende atferd fremkom det at norske politibetjenter relativt ofte søkte hjelp blant spesialister i privat praksis, fysioterapeuter og kiropraktorer. Imidlertid kontaktet de sjelden en psykolog eller psykiater, selv når de rapporterte om alvorlige selvmordstanker (Berg et al., 2006 b, s. 145).

I studien av de nederlandske kriminalteknikerne (Sollie et al., 2017, s. 1600) ble det å legge til rette for kollegastøtte gjennom å investere i psykoedukasjon, informasjon om stressfaktorer, mestring, ressurser og stressreaksjoner, og kommunikasjonsteknikker med hensyn til å diskutere sensitive tema anbefalt. Det ble også anbefalt å investere i støtten i kriminalteknikernes personlige liv, blant annet ved psykoedukasjon til deres partnere. Videre peker studien på behovet for profesjonell støtte med regelmessige møter med en uavhengig psykolog som var kjent med arbeidsforholdene, noe som ville gi kriminalteknikerne en mulighet for refleksjon og iverksette forebyggende tiltak der det var nødvendig (Sollie et al., 2017, s. 1600). Profesjonell støtte som er kjent med politietaten underbygges også i en annen studie, da skepsis til fagperson knyttes til at vedkommende ikke forstår politiarbeid (Papazoglou & Tuttle, 2018, s.1). Clark et al. (2015, s. 6) sin studie av amerikanske kriminalteknikere viser til at det bør være oppfølgingsprogrammer som har aspekter der det både fokuseres på arbeidsplassen og den enkelte ansatte. Djup (2020) beskriver god ivaretagelse av medarbeidere generelt som: Støtte og anerkjennelse fra ledelsen og organisasjonen, opplæring og forberedelse i forkant, støtte og

oppfølging underveis og i etterkant, oppfølging av den enkelte gjennom oppsøkende samtaler, råd og veiledning, oppfølging av gruppen gjennom å stimulere til samhold, forståelse og felles mestring, selvivaretagelse og egenomsorg, rutiner for ivaretagelse og et hjelpetilbud som strekker seg ut og varer over tid. Hun påpeker at selv de verste inntrykkene er mulig å tåle, så lenge man slipper å tåle dem alene.

3.0 Metode og forskningsdesign

Denne studien er en empirisk kvalitativ undersøkelse gjennomført med semistrukturerte individuelle intervju av syv norske politibetjenter ved kriminalteknisk avsnitt i november og desember 2020. I dette kapitlet gjøres det rede for studiens design og metodiske valg som har blitt gjort for å belyse problemstillingen på best mulig måte. Herunder presenteres mitt vitenskapsteoretiske utgangspunkt, begrunnelse for valg av metode, beskrivelse av utvalget, gjennomføringen av datainnsamling og analyse av data. Min forskerrolle og refleksivitet gjøres også rede for. Avslutningsvis presenteres forskningsetiske avveininger som er gjort underveis i prosessen.

3.1 Vitenskapsteoretisk utgangspunkt og kvalitativ metode

Hensikten med studien er å forstå verden sett fra politibetjentenes side – å få frem deres erfaringer og å avdekke deres individuelle opplevelse av belastninger i arbeidshverdagen og oppfølgingsbehov. Derfor falt valget på kvalitative metoder som representerer en felles strategi for kunnskapsutvikling, forankret i det fortolkende paradigme med røtter fra hermeneutisk filosofi, fenomenologi og sosialkonstruksjonisme. Målet er å utforske meningsinnholdet i sosiale og kulturelle fenomener, slik det oppleves for de involverte (Malterud, 2017, s. 35).

Oppgaven er inspirert av en hermeneutisk tilnærming, med fokus på fortolkning og forståelse av uttrykk og handling i kontekst (Alvesson & Sköldbberg, 2009, s. 92). For å kunne fortolke og forstå politibetjentene er konteksten viktig, det vil si at forståelsen avhenger også av arbeidsplassen og politikulturen. Hvilke holdninger som råder på arbeidsplassen, eksempelvis «man må være tøff for å ha denne jobben», vil kunne føre til mer eller mindre aksept for å ivareta. Dette underbygger også Kvale og Brinkman (2015, s. 74), ved at kunnskapen om hva andre mennesker gjør og sier, hva deres handlinger og ytringer betyr, avhenger alltid av en bakgrunn eller kontekst av andre betydninger, antakelser, verdier og praksiser. En kan kun forstå mening i lys av den sammenhengen vi studerer innenfor, og delene forstås i lys av helheten.

Prosessen mellom deler og helheten går kontinuerlig frem og tilbake, og kalles den hermeneutiske sirkel. Nye deler blir fortolket og settes i sammenheng med helheten slik at ny forståelse oppstår (Anker, 2020, s. 51; Kvale & Brinkmann, 2015, s. 74).

Vesentlig er også Gadammers bevissthet om egen forforståelse, og det forutsettes at mine egne erfaringer, faglig ståsted og personlige interesser virker inn på kunnskapen som utvikles. Valg av vitenskapsteoretisk posisjon får konsekvenser for hvordan kunnskapen frembringes og dermed hvilken kunnskap som produseres. Mitt vitenskapsteoretiske valg begrunnes i erkjennelsen av jeg som forsker ikke innehar en nøytral posisjon, men påvirker resultatene gjennom fortolkning (Johannessen et al., 2016, s. 35; Malterud, 2017, s. 41). Det redegjøres nærmere for min rolle og forskerrefleksivitet nedenfor.

Siden sosiale fenomener er komplekse, er et kvalitativt intervju en spesielt egnet metode for å få frem denne kompleksiteten og nyanser. Et slikt intervju vil også gi politibetjentene større frihet til å uttrykke seg enn det de for eksempel kan i et strukturert spørreskjema (Kvale & Brinkmann, 2015, s. 20). Derfor valgte jeg intervju som metode for å belyse studiens problemstilling.

3.2 Datainnsamling gjennom semistrukturert intervju

3.2.1 Forberedelse gjennom eksplorativt intervju, utforming av intervjuguide og prøveintervju

I forkant av intervjuene gjorde jeg et eksplorativt intervju med en ekspert ved Politihøgskolen for å få mer kunnskap om tema, og innspill til hvem jeg burde snakke med videre. Et eksplorativt intervju er som regel åpent, og strukturen i det er bare i liten grad planlagt på forhånd (Kvale & Brinkmann, 2015, s. 141). Ved å ta kontakt med en forfatter som skriver om sekundærtraumatisering fikk jeg innspill om en kontakt han hadde ved Politihøgskolen som stilte opp til intervju. Det er nødvendig å ha kjennskap til det undersøkte temaet for å kunne stille relevante spørsmål (Kvale & Brinkmann, 2015, s. 141), og det eksplorative intervjuet ved Politihøgskolen ga meg et bedre grunnlag for utforming av den semistrukturerte intervjuguiden (se intervjuguide i vedlegg 8.1).

Siden jeg søkte politibetjentenes opplevelse av aspektet oppfølging egnet et *semistrukturert intervju* seg godt. Målet med å bruke semistrukturerte intervju er hovedsakelig å få belyst tema eller fenomen fra flere perspektiv, samtidig som en felles struktur i intervjuene blir ivaretatt. Dette gjøres ved at det utarbeides en overordnet intervjuguide og ved hjelp av den kan en styre

intervjuets innhold mot det som belyser problemstillingen (Johannessen et al., 2016, s. 143-144). Utarbeidelse av intervjuguide ble utformet med bakgrunn i faglitteratur på tematikken, samt innspill fra veiledere og politibetjenter fra det eksplorative intervjuet og prøveintervjuet. Kvale og Brinkmann (2015, s. 134) viser til at jo bedre en har forberedt intervjuet, desto høyere kvalitet får den kunnskapen som produseres i intervjusamspillet, og desto lettere vil etterbehandlingen av intervjuene være. Temaene i intervjuguiden har bakgrunn i problemstillingen studien skal belyse, og det vektlegges situasjoner som kan utløse et behov for oppfølging, hvilke behov de opplever at de har og hvordan et ideelt oppfølgingstilbud ville sett ut. Hovedspørsmålene ble utformet slik at politibetjentene kunne gi en så fri som mulig beskrivelse av sine opplevelser i tråd med Kvale og Brinkmann (2015, s. 166).

For å sjekke hvordan intervjuguiden fungerte ble det gjennomført et prøveintervju med en bekjent ved politiets kriminalvakt. En kan risikere at folk svarer sant om noe annet enn det en har spurt om, og dermed var en gjennomgang i forkant nødvendig for å se om metoden egnet seg til å gi gyldige svar på de spørsmålene jeg hadde stilt (Malterud, 2017, s. 24). Basert på dette prøveintervjuet redigerte jeg noen spørsmålsformuleringer i intervjuguiden slik at de ble tydeligere, blant annet spørsmålet om forventninger til politirollen.

3.2.2 Rekruttering og utvalg

Det ble foretatt et strategisk utvalg, et bevisst utvalg av deltakere på grunnlag av bestemte kjennetegn (Bjørndal et al., 2013, s. 134). Problemstillingen fordrer deltakere som har en arbeidshverdag hvor de opplever ulike stressorer som eksempelvis sterke sanseinntrykk, og i tråd med forskningsgapet det ble gjort rede for innledningsvis har kriminalteknikere vært en mindre prioritert gruppe.

Grunnet pandemien viste arbeidet med å rekruttere deltakere seg som vanskelig, men det eksplorative intervjuet ved Politihøgskolen hadde skaffet meg biveileder som satte meg i kontakt med et større politidistrikt. Denne metoden for rekruttering, der forskeren forhører seg med personer som vet mye om temaet som undersøkes, og som igjen kan vise til andre det kan være aktuelt å ha med i undersøkelsen, kalles snøballmetoden (Johannessen et al., 2016, s. 117). Ansatte ved politidistriktet ble presentert med forskningsprosjektet med formål om å belyse hvilket oppfølgingsbehov politibetjenter opplever at deres yrkesgruppe har etter påkjenninger i sitt daglige virke, og det var rundt halvparten av alle ved kriminalteknisk avsnitt som meldte sin interesse for å delta. En deltaker ble sykemeldt før intervjuet, og dermed endte jeg med å

intervjue syv kriminalteknikere. Ifølge Malterud (2017, s. 63) er det informasjonsstyrken i utvalget som bestemmer hvor mange deltakere en har behov for. Med høy informasjonsstyrke trenger en færre deltakere, og hun viser til ved slik høy informasjonsstyrke vil et lavt antall deltakere med fire til syv personer være tilstrekkelig til å gi et rikt materiale. Det er imidlertid vanskelig å vurdere informasjonsstyrken, og hun sier videre at metningspunktet vil være nådd når datainnsamlingen ikke tilfører ny kunnskap. Det ville derfor trolig vært mer hensiktsmessig med en rekruttering der jeg ikke forhåndsbestemte antall deltakere til åtte, men sikret informasjonsstyrken gjennom trinnvis rekruttering og analyse.

Deltakerne fikk skriftlig informasjon tilsendt på mail i forkant av intervjuet (se informasjonsskriv i vedlegg 8.2), der det blant annet ble eksemplifisert noen av spørsmålene de ville få. Det ble også redegjort for at intervjuet ville bli utført i tråd med Covid-19 reglementet.

Alle de syv deltakerne er kriminalteknikere i et større politidistrikt i Norge, og utvalget består av tre menn og fire kvinner med variasjon i alder fra rundt 30 år til 55 år. De hadde ansiennitet i politietaten fra 33 år til den korteste ansienniteten i politiet på 8 år, videre hadde de ansiennitet som kriminalteknikere fra 12 år til 3 år. De jobber for tiden i vaktlag på tre personer, men noen vaktlag har også bare to kriminalteknikere. Arbeidstiden er på dagtid, og i tillegg har de hjemmevakt en gang i uken (fra 16.00 – 08.00 dagen etter) i fem uker, før de har vakthelg hver 6. helg.

Deres arbeidshverdag kjennetegnes av at den er belastende av flere årsaker. Jeg tillater meg et sitat fra deltaker 2 som beskriver arbeidshverdagen til kriminalteknikerne slik:

Vi foretar sporsikring i krevende miljøer og situasjoner, sånn som undersøkelse av lik, både barn og voksne. Likene er i alle mulige tilstander, etter alle mulige typer hendelser, det kan jo være slik som ulykker, mistenkelige dødsfall, til drap, selvdrap. Og da får vi på en måte et åsted. Et åsted vil jo fortelle oss mye om hva som har skjedd der, situasjonsspor, at ting er veltet, ting er knust kanskje, bilen har bremsset, bilen har ikke bremsset, til blodspor. Til hvilken tilstand likene er i. Hvilke skader de har. Da tar vi all den informasjonen vi får på åstedet da, så følger vi med liket inn på obduksjonssalen, hvor vår oppgave er å dokumentere med foto og skrive notater. Og på en måte hjelpe obdusentene med informasjon, om det som har skjedd, de tegnene vi har på åstedet, om det kan forklare skaden, eller merkene på kroppen. Også utfører vi også sporsikring på siktede. Altså, de som er pågrepet / mistenkt for å ha utført en handling, det kan jo være en som har drept en annen, eller voldtatt en for eksempel. Også utfører vi også sporsikring på vitner. I noen tilfeller vil jo det også være på barn. Barn som har vært vitne til alvorlig vold og overgrep. Det er egentlig litt sånn kort fortalt egentlig.

På bakgrunn av dette utgjør kriminalteknikerne en viktig gruppe å snakke med for denne oppgavens fokus.

3.2.3 Intervjuprosessen

Intervjuene ble gjennomført ved tjenestestedene til deltakerne. Da temaet ivaretagelse kan oppleves personlig ble det vurdert som mest hensiktsmessig med individuelle intervju. Intervjuene varte i snitt i 45 minutter, men to intervju var av lengre varighet. Intervjuene ble tatt opp på lydbånd.

Gruppen av kriminalteknikere som jeg møtte var svært engasjert i temaet ivaretagelse da de for tiden jobbet med å få på plass et oppfølgingstilbud i avsnittet. Flere av deltakerne hadde forberedt og notert tanker om oppfølgingsbehovet i forkant av intervjuet. De formidlet mye og variert informasjon om problemstillingen. Flexibiliteten og åpenheten ved intervjustudie gir mulighet til å stille oppklarende og utdypende spørsmål. I intervjusituasjonene opplevde jeg at deltakerne spurte raskt dersom det var noen uklarheter med spørsmålene mine. Hvert intervju ble avsluttet med å høre om det var noe de ønsket å legge til som jeg ikke hadde spurt om.

I tråd med gjeldende smittevernregler ble alle intervju gjennomført ved at jeg hadde på meg munnbind og hadde minst to meters avstand fra deltakerne. Dette var de informert om i forkant. Hvordan slike smittevernshensyn har påvirket intervjusituasjonen er vanskelig å si noe om, men da munn er blant de mest uttrykksfulle delene av ansiktet er det nærliggende å tro at det kan ha påvirket hvordan deltakerne oppfattet det jeg formidlet og hvordan jeg responderte på det de fortalte meg.

3.3 Fremgangsmåte i det analytiske arbeidet

I kvalitativ forskning er det ikke alltid et klart skille mellom selve datainnsamlingen og analysen (Braun & Clarke, 2013, s. 204), og allerede under intervjuene merket jeg meg mulige tema som gikk igjen. For å analysere datamaterialet har jeg benyttet tematisk analyse inspirert av Braun og Clarke (2006, 2013). Det beskrives som en metode som søker å identifisere, analysere og rapportere temaer eller mønstre man finner i datamaterialet.

Min analyse trekker på tilnærming med et ønske om en datadrevet analyse som ikke er forstyrret av teori (Anker, 2020, s. 77; Braun & Clarke, 2006, s. 16). Dette fordi jeg var interessert i

deltakernes synspunkt på tematikken. Samtidig påpeker Malterud (2017, s. 113) at det ikke er mulig å utelukkende bygge sine tolkninger på empiriske data, da en som forsker aldri vil være upåvirket av teori. Således er dette en abduktiv tilnærming, som kan ses som en kombinasjon av både induktiv og deduktiv tilnærming. Empirien har vært grunnlaget for forståelse samtidig som det også er gjort bruk av teori. Analysen er utført i tråd med det hermeneutiske ståstedet som oppgaven er skrevet innenfor, ved at den forståelsesaktiviteten som er gjort hele tiden har gått frem og tilbake, fra helhet til del til helhet, slik vist i analysetrinnene.

Utgangsmaterialet mitt består av 64 transkriberte sider med enkel linjeavstand. En tematisk tverrgående analyse innebærer å samle data med viktige likhetstrekk til et tema, det vil si at en ikke holder fast i den ene politibetjentens narrativ (langsgående analyse), men ser etter tema som går igjen hos alle politibetjentene. Fordelen med denne metoden er at den er fleksibel (Braun & Clarke, 2006, s. 37). En tverrgående analyse krever imidlertid flere deltakere enn en langsgående analyse for en forsvarlig informasjonsstyrke, samtidig som utvalget heller ikke skal være unødig stort for å kunne bevare oversikten over data (Malterud, 2017, s. 63). De syv intervjuene i min studie har et godt omfang av data og virker å ha en forsvarlig informasjonsstyrke for en slik tverrgående analyse.

3.3.1 Beskrivelse av analysen

Braun og Clarkes (2006, s. 35) analyseprosess består av seks faser, og her vil jeg gjennomgå hva jeg gjorde i hver fase (med unntak av den siste fasen som går på selve rapporteringen).

Fase 1: Få overblikk og transkribering. Alle mine intervju ble tatt opp på lydopptaker, og jeg transkriberte intervjuene selv slik at jeg ble godt kjent med datamaterialet mitt. Ifølge Braun og Clarke (2006, s. 17) omtaler noen forskere at dette kan ses på som «en nøkkelfase i analysen» da en får en langt grundigere forståelse av datamaterialet og oversikt etter å ha transkribert det selv (se også Malterud (2017, s. 81).

Fase 2: Generere de innledende kodene. Alle intervju ble gjennomlest og koder ble skrevet i margen underveis. Det ble svært mange koder, da jeg kodet for så mange potensielle tema som mulig, i tilfelle jeg skulle få bruk for dette senere i tråd med Braun og Clarke (2006, s. 19). Eksempel på koder er «ikke det makabre, men gjenkjennbare», «tømme ryggsekken», «hele bildet», «de tause vitner og forestillinger om de», «reaksjon på manglende oppfølgingstilbud»,

«forventninger til politirollen», «forsvarsmekanisme», «belastninger», «mestringsstrategi», «trygghet», «forutsigbarhet», «kollegarelasjoner».

Fase 3: Potensielle tema. I denne fasen sorterte jeg kodene mine fra fase 2 i potensielle tema. Jeg så etter sammenhenger mellom de ulike kodene og bestemte hvordan de forskjellige kodene kunne kombineres for å danne overordnede tema (Braun & Clarke, 2013, s. 20). Men hva skal telle som et tema? Igjen blir forskerrollen viktig for hva som skal velges ut, og Braun og Clarke (2006, s. 10) peker på at nøkkelen er å velge ut tema som er viktig i forhold til problemstillingen, og ikke nødvendigvis bare det som er mest representert i materialet.

Jeg opprettet et eget dokument der jeg samlet materialet på tvers av intervjuene under potensielle tema. Malterud (2017, s. 104) beskriver dette som en iterativ prosess der en organiserer relevant tekst slik at en kan studere deler av teksten sammen med andre elementer av materialet som sier noe om det samme. Dette gjorde jeg ved at jeg kopierte hvert av de syv intervjuene til et nytt dokument, der hvert intervju fikk en individuell farge. Deretter ble de klippet ut av dette dokumentet og inn i et samledokument etter tema. På den måten holdt jeg også oversikt over hva jeg utelot fra hvert intervju. Samt at jeg også beholdt den originale transkripsjonen for å kunne gå tilbake å se sitatene ut fra den helheten de ble klippet ut fra i etterkant.

Fase 4: Gjennomgang av tema på nytt. Braun og Clarke (2006, s. 20) beskriver to nivå for gjennomgang og raffinering av temaene. Det første nivået involverte å gjennomgå de kodede utdrag av dataene. Det betydde at det var nødvendig å lese alle utdrag for hvert tema, og bestemme om de så ut til å forme et sammenhengende mønster. Noen tema var særlig omfangsrrike, og fikk derfor flere undertema. Den andre nivået involverte en lignende prosess, men i forhold til hele datamaterialet.

I denne fasen ble det tydelig hvorfor kvalitativ forskning har et mindre utvalg, da gjennomlesning på nytt og på nytt er svært tidkrevende. I denne prosessen gikk jeg mye frem og tilbake, noen tema ble forkastet og andre gjort til undertema. Eksempelvis ble temaet om den totale arbeidsbelastningen forkastet, da den ikke passet inn under tema emosjonelle belastninger, selv om den totale arbeidsbelastningen likevel kan ha en forsterkende effekt i en emosjonelt krevende situasjon.

Fase 5: Benevne og definere temaene. Nærmere definisjon av de forskjellige tema fremkommer i resultatkapittelet, se tabell 1 i resultatdelen for oversikt over inndelte tema og undertema. Ut fra problemstillingen min valgte jeg ut tre temaer fra materialet for å besvare den:

- *Emosjonelle belastninger*, som sier noe om hva i arbeidshverdagen som treffer deltakerne hardest. For å lykkes med helsefremmende tiltak i hverdagslivet er det en forutsetning å finne ut hva kriminalteknikerne selv opplever som vanskeligst, og gjennom en slik forståelse kan en legge opp tiltak som kan forebygge og håndtere slitasje.
- *Mestringsressurser i dag*, som forteller om mestringsmåter i aktiv bruk og som det fortsatt må legges til rette for i et oppfølgingstilbud
- *Oppfølgingsbehov*, som sier noe om deltakernes ønsker og tanker om ivaretagelse.

3.4 Forskerrolle og refleksivitet

Som forsker skal en ikke prøve å eliminere seg selv og sin rolle, men tvert imot utøve refleksivitet ved å identifisere egen påvirkning og drøfte betydningen av denne (Malterud, 2017, s. 69). Videre viser Malterud (2017, s. 83) til at refleksivitet overfor egen posisjon er avgjørende for den vitenskapelige kvaliteten av analysen. Braun og Clarke (2013, s. 37) skiller mellom funksjonell og personlig refleksivitet. Funksjonell refleksivitet handler om å ha kritisk oppmerksomhet rundt måten forskningsverktøy og prosess kan ha påvirket undersøkelsen, og den funksjonelle vil redegjøres for i gjennomgangen av styrker og svakheter ved studien. I det videre vil jeg redegjøre for den personlige / forskerrollen der Gadammers vektlegging av at forståelse er avhengig av forskerens forforståelse står sentralt (Kvale & Brinkmann, 2015, s. 74).

Gjennom min jobb ved Legevaktens psykososiale kriseteam har jeg selv kjent behovet for oppfølging etter kriser, samt at jeg har hatt mange møter med pasienter etter dramatiske hendelser. En slik nærhet til tematikken kan påvirke min oppfatning av hva som er god oppfølging etter potensielt traumatiserende hendelser, men i arbeidet med mine data har jeg vært bevisst på at:

- Politibetjentene står i en annen arbeidshverdag enn meg.
- Jeg må stå i et førstepersonsperspektiv / deltakernes narrativ. Deres ord og synspunkter må forstås på deres egne premisser. Analysen og oppgaven skal reflektere mine deltakeres synspunkter på tema, og ikke mitt synspunkt på mine deltakere (Watts, 2014, s. 4).

Dette har jeg gjort ved å:

- Gi analysen tilbake til deltakerne for å få tilbakemelding, en informantvalidiering for å evaluere gyldigheten av resultatene mine.
- Markert i råmateriale hva som ikke har blitt benyttet (det som sto igjen i hvert enkelt intervju da jeg organiserte alt materiale etter tema), for å se om det var noe jeg hadde oversett. Samt en vedvarende refleksivitet der jeg har spurt meg selv både hva jeg vet basert på materialet, men også hvordan jeg vet det jeg vet (i tråd med Bourdieu).

Kvalitativ forskning er verdiladet og påvirket av forskerens subjektive teorier, og det kommer frem i studiens problemstilling der jeg legger føringer om at det er et antatt oppfølgingsbehov ved å jobbe som kriminaltekniker. Jeg stiller spørsmålet *hvordan kan deres oppfølgingsbehov best ivaretas*, fremfor *om de opplever at det er et oppfølgingsbehov*. Dette er formet med bakgrunn i egen yrkeserfaring, samt kunnskap basert på tidligere forskning. Skulle politibetjentene ikke oppleve at det var noe behov ville dette likevel trolig kommet frem i intervjuet grunnet de veldig åpne spørsmålene i intervjuguiden.

Min forforståelse av politietaten er at den preges av en maskulinitetskultur der det kanskje kan være høy terskel for å oppsøke hjelp på eget initiativ. Gjennom min arbeidserfaring har jeg et syn på at psykososial oppfølging bør være proaktiv slik at det ikke er opp til den enkelte å be om hjelp selv. Dette kan legge føringer ved at en leter i datamaterialet etter det som underbygger egen forforståelse, men gjennom en bevissthet om egen forforståelse kan åpne muligheten for ny forståelse.

3.5 Forskningsetikk

Studiet ble meldt til Norsk senter for forskningsdata (NSD), der prosjektet ble godkjent (se vedlegg 8.3). Prosjektet ble også vurdert av Politidirektoratet for om det falt under politiregisterloven § 33 som forskersak. Det ble konkludert med at oppgaven etter sin art ikke berørte taushetspliktig informasjon, men at politiets ansatte uttrykkelig måtte gjøres kjent med at de ikke var løst fra sin taushetsplikt. Dette ble gjort ved at det ble innført et ekstra punkt i samtykkeerklæringen der de eksplisitt måtte krysse av for dette, samt at de også ble informert om dette muntlig før intervjustart. Skulle det mot formodning fremkommet taushetspliktig informasjon, ville det umiddelbart blitt anonymisert under transkribering av intervjuene.

Det vil her fremheves tre områder som er særlig knyttet til etisk forsvarlig forskningspraksis, i

tillegg til forskerens rolle som tidligere beskrevet. Disse er informert samtykke, konfidensialitet og konsekvenser av å bli med i studien.

3.5.1 Informert samtykke

Deltakerne fikk i forkant av intervjuene tilsendt pr mail informasjon om studiens formål og hva deltakelse innebar for dem, i tråd med NSDs mal for informasjonsskriv og samtykke. Det er viktig at deltakerne forstår formålet med prosjektet, også da det kan styrke deres tillit til å dele sine opplevelser i intervjuet (Kvale & Brinkmann, 2015, s. 104 - 105). En kortfattet versjon av denne informasjonen fikk de også muntlig før intervjuet startet, og det ble også da gjentatt at de kunne trekke seg uten konsekvenser om ønskelig, hvordan innsamlet data ville bli behandlet og om anonymisering. Alle deltakerne signerte samtykkeerklæring vedrørende deltakelse i studien.

3.5.2 Konfidensialitet

Prinsippet om konfidensialitet er viktig i all forskning. Lyddopptakene ble alltid slettet rett etter transkribering og alt ble oppbevart på kryptert minnebrikke i tråd med retningslinjer fra NSD.

Ingen av deltakerne sine navn ble tatt opp på bånd, og det ble kun benyttet deltaker 1-7 i alt materiale. Liste med oversikt over deltakerne ble holdt adskilt fra de øvrige dataene.

Prinsippet om konfidensialitet innebærer også at forskeren anonymiserer forhold som deltakerne omtalte, dersom det skulle fremkommet taushetspliktig informasjon. De transkriberte

intervjuene ble anonymisert fortløpende i transkriberingen, slik at alle personidentifiserbare detaljer og beskrivelser, som navn, alder, stedsnavn og hendelsesdetaljer ble fjernet. Jeg har

valgt å endre noen sitat der de omtaler for eksempel jente / gutt til barn og satt inn

firkantklammer med min tekst der jeg var usikker på om deltakeren kunne blitt gjenkjent.

Deltakerne fikk også tilsendt oppgaven og kunne dermed lese gjennom direkte sitater før

innlevering av oppgaven. Noen av deltakerne ønsket å redigere noen av sine egne utsagn, for å endre på talemåter eller bedre spesifisere meningsinnholdet. Dette var mindre justeringer.

3.5.3 Konsekvenser av å bli med i studien

En samtale om viktige spørsmål kan ifølge Malterud (2017, s. 213) sette i gang tanker som tidligere har vært undertrykt eller ubevisste for deltakerne. Et etisk spørsmål i denne studien vil være dersom kriminalteknikerne synes at alt går greit og ikke er plaget, men der jeg som forsker stiller spørsmålstegn ved mulig manglende oppfølging av vanskelige og krevende elementer i deres arbeidshverdag og på den måten øker faren for at de begynner å oppfatte hendelser som

potensielt traumatiserende. Vil en økt bevissthet om traumer gjøre at arbeidshverdagen oppleves mer vanskelig i etterkant av intervjuene? Det kan være to sider ved dette, en slik erkjennelse kan være en forutsetning for å kunne ta de nødvendige grep for å verne om kriminalteknikernes engasjement og helse (Isdal, 2017, s. 59). Den andre siden er at de som i forkant opplevde sin hverdag som uproblematisk nå vil oppleve den som mer problematisk. Datainnsamling representerer alltid en potensiell intervensjon som i seg selv kan åpne for prosesser og aktivere psykisk uro, derfor var det viktig å overveie hensikter og mulige konsekvenser allerede i planleggingsfasen, slik at prosjektets design inkluderer disse overveielsene på en forsvarlig og omsorgsfull måte (Malterud, 2017, s. 213). Som forsker har jeg vært varsom med spørsmålene jeg stilte deltakerne ved å unngå normative spørsmål og fjernet «traumeordene» fra intervjuguiden. Det ble tydelig i intervjuene at dette med oppfølgingsbehov var en tematikk som var relevant for deltakerne og noe de allerede hadde diskusjoner om på arbeidsplassen. Deltaker 4 fortalte om prosessen:

Jeg har aldri tenkt at jeg trenger noe mer oppfølging enn det jeg får, heller, før det ble mye fokus på det her på avsnittet at vi ikke hadde oppfølging, da begynte jeg å tenke at jeg kanskje kan trenge litt oppfølging - men jeg føler ikke at jeg har blitt noe skadet av å jobbe her heller, men til tider merker jeg vel at jeg kanskje har blitt litt empatisk avstumpet.
(Deltaker 4).

Dette sitatet demonstrer nettopp at datainnsamling kan sette i gang tanker som tidligere har vært undertrykt eller ubevisste for deltakerne, og det underbygger viktigheten av det etiske ansvaret en som forsker besitter.

4.0 Resultater

I håndteringen av problemstillingen om *hvilke belastninger opplever kriminalteknikere at deres yrkesgruppe har i sin arbeidshverdag, og hvordan kan deres oppfølgingsbehov best ivaretas ved arbeidsplassen*, og som resultat av analysetrinnene over, fremkom det tre tema:

1. *Emosjonelle belastninger* som sier noe om påkjenninger i arbeidshverdagen og når det oppstår et behov for oppfølging hos deltakerne.
2. *Mestringsressurser* der det presenteres en oversikt over uformelle mestringsmåter som allerede benyttes og som det fortsatt må legges til rette for i et oppfølgingstilbud.

3. *Oppfølgingsbehov* der det redegjøres for hvordan deltakerne opplever at deres behov best kan ivaretas ved arbeidsplassen gjennom et oppfølgingstilbud eller andre mulige intervensjoner for ivaretagelse.

Hvert tema har tre undertema, som presentert i tabellen nedenfor:

Tabell 1: Oversikt over tema

Tema	Undertema	Eksempel på sitat
Tema 1: Emosjonelle belastninger	1.1 Ekstra brutale situasjoner	«De fleste voldssaker og stygge saker er jo ondskapsfulle, men det er noen som er virkelig ondskapsfulle, ikke sant?» (Deltaker 1)
	1.2 Gjenkjennelighet	«At det er gjenkjennbart, [...] en gang så var det ei som hadde hengt seg, hun var så lik [ektefelle], og utseendemessig, liksom, bare sånne småting. Og det vil komme, samme hvordan du snur og vender på deg.» (Deltaker 7)
	1.3 Barn og pårørende	«Ofte hvis det er barn involvert, hvis du har egne unger, så... røkker det ved en del dypere følelser da.» (Deltaker 1)
Tema 2: Mestringsressurser	2.1 Fokus og distansering	«Ja, for når vi skal håndtere åstedet skal vi være så objektive som mulig. Vi bruker det som et slags skjold da, føler jeg. Vi prøver å se på det som en isolert hendelse og trekke ut forskjellige spor» (Deltaker 2)
	2.2 Det psykososiale arbeidsmiljøet	«Og vi har ikke noe fast [oppfølgingstilbud], men det er også veldig mye oppfølging i det at vi jobber på samme avdeling da» (Deltaker 7)
	2.3 Se arbeidsoppgavene som meningsfulle	Det er jo ikke vi som undersøker kjøretøyet, men vi og Vegvesenet, og alle får jo kanskje gitt etterlatte et svar sammen da. (Deltaker 4).
Tema 3: Oppfølgingsbehov	3.1 Obligatorisk faglig oppfølging	Også tenker jeg også at man to ganger i året burde ha obligatorisk samtale med en profesjonell aktør. (Deltaker 3)
	3.2 Struktur og fokus i arbeidshverdagen	Alle har jo ulike terskler på å ta opp ting, og jeg tror det er noen som ikke gjør det selv om de trenger det. Derfor må det være noen som tar tak og sier «Hei!», og setter av tid og tar tak i. (Deltaker 5)
	3.3 Kunnskap om ivaretagelse	Også hjelper det med samlinger hvor du kan få undervisning, får løftet kunnskapen på varselsignaler som du kanskje burde ta alvorlig, for det har jeg lite kunnskaper om. (Deltaker 4)

4.1 Emosjonelle belastninger

I diskusjonene rundt belastning og oppfølging på jobb, så er det tydelig at hverdagen er emosjonelt belastende. Deltakerne har en arbeidshverdag preget av oppgaver med svært høy alvorlighet, noe deltaker 2 påpeker: «Det er litt vanskelig å si at vi skal ha oppfølging etter alvorlige hendelser, for alt det vi driver med er alvorlig». En arbeidshverdag preget av elendighet gjør noe med en som menneske, og deltakerne kunne fortelle om at de på ulike vis ble påvirket av sin arbeidshverdag. Det kunne blant annet gi grubling og våkenetter som følge av det, slik som to deltakere her trekker frem:

Jeg har jo opplevd selv at jeg ligger og grubler på nettene; har jeg gjort det riktige? Tatt de riktige beslutningene? Hva hvis vi har glemt noe? Oversett noe? Gjort noe feil? Du vil jo gjerne bidra til å få en rask avklaring, for jo mer tid som går jo verre blir det å etterforske en sak og kanskje klare å oppklare den.
(Deltaker 6 om tidspress)

Vi er jo forskjellige, noen grubler mer enn andre. For noen så er det grublingen det tyngste. Har vi konkludert riktig? Var det et drap eller er det et selvdrap? Det blir lagt veldig stor vekt på det vi sier.
(Deltaker 7 om beslutningstagning)

Kriminalteknikerne har et stort ansvar og flere beslutninger de skal ta – tidvis med økt tidspress grunnet eksempelvis ukjent gjerningsperson. Av andre effekter av det at en til stadighet konfronteres med emosjonelt krevende hendelser i arbeidshverdagen, nevnes blant annet det å kjenne seg empatisk avstumpet, konsentrasjonsvansker, arbeidsvegning og flashbacks fra forskjellige åsteder. Fire av deltakerne trekker også frem at de nærmeste rundt merker påvirkningen arbeidet har på hjemmebane:

Så jeg har tenkt på det etterpå, og [ektefelle], sa det da jeg kom hjem etter, vi fikk pause etter at vi hadde holdt på halvannen uke, jeg hadde ikke sagt et ord den helgen jeg var hjemme.
(Deltaker 7 om egne reaksjoner etter en større hendelse)

Deltakerne tok opp flere ulike situasjoner og omstendigheter – som for eksempel høyt sakspress, tidspress, høy alvorlighet, stort ansvar, sporsikring i krevende miljø og den totale påkjenningen. I samtlige av intervjuene tar deltakerne opp dette med sterke sanseintrykk, deltaker 3 sier følgende om åstedsarbeidet: «Og det er sterke inntrykk på alle plan - visuelt, og både lukter, og ikke minst... Hele pakka kan du si. Så det er veldig tøft sånn sett. Men vi vet jo hva vi går til». Eksponeringen for unormale og sterke inntrykk pågår over tid og med relativt hyppig frekvens

for kriminalteknikerne. Det er særlig tre typer situasjoner som gjør at deltakerne snakker om ekstra belastning i arbeidshverdagen sin som her utgjør undertema for emosjonelle belastninger. Selv om deltakerne sier at de er vant til sterke sanseinntrykk, kan det i spesielle tilfeller likevel bli emosjonelt krevende. Dermed er første undertema av situasjoner som de omtaler som emosjonelle belastninger *ekstra brutale situasjoner*. I undertema to fokuseres det på *gjenkjennelighet* og belastningen som oppstår når de blir rammet på sine egne sårbare punkter. I undertema tre er det hendelser som berører *barn*, samt *tilstedeværelse av pårørende*.

4.1.1 Ekstra brutale situasjoner

Deltakerne understreker at død og lemlestelse er noe de ofte står i ved jobben, men at ekstra brutale situasjoner kan være mer krevende. I første undertema omtaler deltakerne hendelser med sterke sanseinntrykk, stor skade og død, og i disse situasjonene vil hendelsen i seg selv kunne oppleves som en belastning ved at den er «ekstraordinær», slik deltaker 3 påpeker: «ja, og der hvor det er noe helt ekstraordinært kan du si. Særdeles, hvis disse kroppene er i en forfatning som er nærmest ubeskrivelig, eller helt surrealistisk, så vil jo det også kanskje utløse et behov».

Et drap kan være helt greit det, men det var mange sånn her bestialske drap, sånn hvor mennesker er kappet i småbiter med kjøttøkser og kniver og... sånn... ordentlig sånne stygge synsinntrykk liksom. Og det har vært mange av dem. På rad. På kort tid.
(Deltaker 5)

Deltakeren understreker her at drap er del av hverdagen til kriminalteknikerne, men påpeker her den vesentlige forskjellen mellom ulike typer drap. Særlig brutale drap knyttes til belastning for seg selv, i det det settes i kontrast til drap som «kan være helt greit», altså som håndteres som en overkommelig arbeidsbelastning. Det at vedkommende har opplevd perioder hvor disse «ordentlig...stygge synsinntrykkene» har kommet hyppig, fremheves som belastende. Deltaker 2 snakket om hva slike saker gjør med en, og ens syn på menneskeheten:

Det var jo en sak vi hadde. Hvor det var to personer som var i en relasjon til hverandre, hvor da den ene parten var blitt påført... Det var blitt brukt en del redskaper... Hvor det var påført så mange skader på fornærmede da, og med en slik intensitet som på en måte sier noe om... Hva skal man si? Man håper det er psykisk sykdom da. Hvis det ikke er det begynner en å miste troen til menneskeheten, for folk er utrolig stygge med hverandre innimellom. Så det blir på en måte de sakene hvor skadene er så omfattende, at det sier noe om intensjonen til den andre parten som utfører det, grotesk liksom. Eller så kan det være. Selvdrap. Folk som er så på randen at de tar livet sitt på de mest grusomme måter som påfører de veldig mye smerte. Og familien veldig mye smerte.
(Deltaker 2)

Kriminalteknikerne får innblikk i lidelser andre ikke ville kunne forestille seg skjer eller aner eksistensen av. Skaden andre mennesker er i stand til å forvolde andre eller seg selv i ekstra brutale hendelser trekkes frem av denne deltakeren som spesielt krevende. Slike menneskeskapte hendelser blir stående i kontrast til saker der skadene er mindre omfattende. De er også mer fundamentale, i det at vedkommende sier det kan påvirke ens egen tro på andre mennesker. Også deltaker 1 trekker frem spesielt brutale og ondskapsfulle handlinger som krevende:

Og hvis det er sånn brutale saker, enten drap eller alvorlige voldshandlinger. Såne ekstremt brutale... Såne voldsomme... da tenker jeg det kan være greit å bare ta å stoppe opp litt. Og saker som er spesielt ondskapsfulle. Jeg er i hvert fall veldig var på det.
(Deltaker 1)

Her er deltakeren mer spesifikk på hva dette medfører for vedkommende selv, at det gir behov for «å stoppe opp litt», og at vedkommende selv er «veldig var på det.»

Flere av deltakerne snakker også om det spesifikke i den kriminaltekniske jobben, som kan gjøres mer krevende i det brutale i en hendelse. De er på åstedet lenge (undersøkelsene kan vare fra flere timer til uker), og får innsyn i livene og lidelsene til ofrene. Denne lange og nære tilstedeværelsen i hendelsen gjør at man kan ha vanskelig for å unngå å danne seg forestillinger om avdødes siste tid, noe som er ekstra krevende ved særlig brutale hendelser:

Så tror jeg det er det at vi får hele bildet. Etterforskeren får, snakker jo med de involverte, tar avhør, ser jo så klart på bilder på dataen fra åstedet og fra obduksjonen og... men vi er jo der, ikke sant? Vi lukter blodet, vi dokumenterer skadene, får på en måte et helt annet sanseinntrykk da. Pluss at vi også ofte undersøker både siktede og fornærmede da - noen ganger avdøde, vitner. Vi undersøker klær med blodsprut, hvor har kniven gått inn, og så er vi selvfølgelig på åstedet, vi får på en måte hele pakken da. Og jeg tror det er den pakka som gjør at du liksom i mange tilfeller sliter med å legge det fra deg når du kommer hjem. Fordi du... på en måte...noen ganger begynner en å tenke på hvordan har denne personen hatt det i den siste tiden av livet sitt da...
(Deltaker 2)

I sitatet benytter deltakeren et «vi» som her refererer til kriminalteknikere, som her blir satt i kontrast til etterforskerne. Her trekker deltakeren frem elementer ved sin arbeidshverdag som understreker at man får «hele pakka», som kan gjøre distansering vanskelig. Denne nærheten til hendelsen – at «vi lukter blodet», «vi undersøker klær med blodsprut» - bidrar da til at man kan gå og tenke på hvordan personen har hatt det før han eller hun døde. Denne fremstillingen av

arbeidshverdagen med denne nærheten til åstedet og avdøde gjør arbeidet mer krevende (for eksempel igjen sammenlignet med andre arbeidsgrupper innen politiet, som ikke står i død og dødsfall på samme, nære måte). Dette tas opp av mange av deltakerne, at de blir stående igjen så lenge på åstedet. Som deltaker 5 sa: «[...] så går de inn, så er det vi som overtar. Så prater de seg gjennom og har pizza, så står vi og jobber i gørra i kanskje åtte timer».

Der flere av deltakerne understreket særlig brutale hendelser som emosjonelle belastninger, så var dette samtidig synlig, innlysende og forventet. Deltakerne var klar over at ekstra brutale saker var mer krevende, og kunne dermed forberede seg og være klar over at dette kostet dem mer, slik deltaker 1 understreket i sitt sitat, med at det med sånne saker var «greit å bare ta å stoppe opp litt», og at vedkommende selv var «veldig var» på slike saker. Denne type saker kan dermed ha muliggjort både mer selvhåndtering av belastningen og samtidig utlyst mer støtte fra andre, og disse hendelsene vil også være lettere å fange opp i et oppfølgingstilbud da det er svært synlig. Det neste undertemaet derimot, er ikke like innlysende eller synlig.

4.1.2 Gjenkjennelighet

Felles for situasjonene i undertema gjenkjennelighet er når det oppstår en nærhet i situasjonene som deltakerne ikke klarer å forberede seg på, og den emosjonelle distanseringen, som mange snakket om viktigheten av, ryker. I dialogen om hva som kjennetegner en situasjon som utløser et behov for oppfølging svarer deltaker 5 blant annet følgende:

Så det kan være stygge synsinntrykk, men det kan også være en bagatell, eller kanskje ikke en bagatell da, men småting som du relaterer til noe hjemme. Jeg tror det er det som ofte er tingene som [blir vanskelige] for du prøver å distansere deg hele tiden. Ja, et eksempel sånn fra min side da, kan jeg si at vi plukket opp noen barn fra [en innsjø] som hadde druknet, det var jo ikke noe stygt med dette lille barnet som var død – barnet var helt og fint. Men så skal du liksom, ja, så må vi se på klærne, hvilken størrelse er det på klærne, vi må finne ut hvor gammel barnet var, så ser du på merkelappen så har du barn hjemme som er i akkurat samme alder – som bruker den samme størrelse i klærne, og da er det sånn... ja, jeg vet hvilken størrelse det er.

Det å skulle være i en jobbrolle blir her forstyrret av disse triggerne som gjør at en ikke klarer å beholde den samme distansen. Dersom inntrykkene kommer for nært eget liv blir den emosjonelle distanseringen vanskeligere å opprettholde. Det kan dermed gjøre situasjonen vel så belastende - selv om den i motsats til undertema 1 ikke nødvendigvis er like synlig brutal og ondskapsfull i selve hendelsen. Dette poengterte videre deltaker 5 spesifikt:

Så det er ikke det at det trenger å være det du ser som er stygt, det kan være ting som du plutselig relaterer til noe personlig, og det kan ikke folk se – de kan ikke fange det opp, det er så vanskelig! Hvis ikke du selv sier det da...

Her understrekes subjektiviteten og den individuelle opplevelsen av hendelser, noe som vil komplisere muligheten til å gi et oppfølgingstilbud. Dette viser skillet mellom synlige og mer «innlysende» oppfølgingsbehovene (for eksempel de ekstra brutale situasjonene), og disse hendelsene som treffer noe «nært» hos enkeltindividet. Som deltaker 5 selv sier så vil en i slike typer situasjoner være avhengig av å selv si fra om en slik situasjon blir ekstra krevende, nettopp på grunn av denne individuelle opplevelsen av ulike situasjoner. I dialog om det var situasjoner en burde være særlig oppmerksom på, uttaler deltaker 4:

Hvis du plutselig drar paralleller til noe i eget liv – ubevisst eller bevisst. Det er da du drar med deg oppdraget hjem. Jeg husker vi var på et åsted for en tid siden. Vi ble koblet inn fordi de lurte på om barnet var utsatt for vold, det hadde alvorlige skader og det var usikkert om det ville overleve. På dette oppdraget hadde vi ingen kontakt med barnet i hele tatt, vi møtte, eller snakket heller ikke med foreldrene. Vi dro hjem på en undersøkelse av hjemmet som de hadde samtykket til, vi skulle inn for å se og dokumentere. Da vi dokumenterte leiligheten så vi jo lekene som nylig har vært lekt med, spor etter en familie, som kanskje ikke returnerer dit som en familie. Den saken tenkte jeg en del på i ettertid, jeg dro paralleller fra det jeg så... [inn i eget liv] for jeg har jo [selv barn]. Slike åsteder drar jeg litt med meg. Og oppdraget, det er ikke mye blod, det er ikke gørr... Har ikke snakket med foreldrene. Ingenting som er noen sterke sanserintrykk, men det er bare det at den tråden ligger der, så du tar det med deg litt mer enn det du kanskje gjør på et annet åsted.

Deltaker 4 understreker her som deltaker 5 over at disse subjektive opplevelsene av disse ulike hendelsene nettopp gjør det veldig vanskelig å spesifisere hva som kommer til å være et ekstra krevende emosjonelt oppdrag. Deltakeren konkluderte med at dette kan man ikke bedømme i forkant: «Så jeg tror ikke det... det er ingen spesifikke oppdrag tror jeg». Videre er spennvidden i hva som oppleves belastende svært stor grunnet de individuelle variasjonene, noe deltaker 5 viser til:

Ja, det er jo også... det er jo veldig vanskelige spørsmål, fordi det er så individuelt. Noen takler jo alt, og andre kan reagere på noe som andre ikke tenker det er noe å reagere på, så det er veldig vanskelig å putte det i en, sånn konkret [boks] da...».

Alle deltakere viser til det at noe er gjenkjennbart som en påkjenning, da det blir en nærhet til hendelsen som gjør den vanlige håndteringen av arbeidshverdagen med å distansere seg vanskeligere. Som deltaker 7 nedenfor påpeker blir det lettere å holde fokus på det

kriminaltekniske når alt blir fjernt, og han fremhever den viktige distanseringen med å unngå å tenke på enkeltindividet en jobber med:

Ja, til egen situasjon, at det er gjenkjennbart. Og derfor er det jo ofte ikke de verste tingene, som de mest forkulla likene, eller togpåkørsel og sånn... Altså, det er veldig makabert og alt mulig sånn, men det blir på en måte så fjernt at da klarer du å holde deg til jobben din. Akkurat som en kirurg som står og skjærer, han bryr seg ikke så veldig mye om det som er rundt akkurat det han skjærer i, ikke sant? Hvis han hadde tenkt på fyren som lå der eller kvinnen som lå der, da hadde det blir annerledes, men han tenker på skadene ikke sant?

(Deltaker 7 i dialog om hva som kjennetegner situasjoner som utløser et behov for oppfølging).

Det å stadig konfronteres med at livet er skjørt kan gi mange tanker om en selv, ens nærmeste og ens fremtid. Det ble nevnt hvordan denne gjenkjennbarheten i situasjoner aktivt ble trukket inn eller gjorde seg gjeldende i eget liv, to eksempler inkluderer økt opplevelse av utrygghet for seg selv og egne barn:

Vi hadde et drap der en person ble drept [...] i bilen, og selve liket og drapsåstedet og alt dette her har jeg ikke tenkt så mye på i etterkant, men så satt jeg og ventet på [samboeren] min som var inne og handlet, og da litt ubevisst låste jeg dørene. Det var mørkt. Det tror jeg var første gangen jeg tenkte «åja, ok», jeg drar visst sakene med meg på et vis. Men man er på mange åsteder der det er så tilfeldig at personen er død, når noen bare har vært på feil sted til feil tid, vi ser jo ofte handlinger begått av de "sykeste av de syke", vold og drapshandlinger begått på impuls...Hvor noen ikke har fått leve lengre fordi de møtte feil person på feil sted, til feil tid... I jobben ser vi jo bare den siden så du tror kanskje de er mer representert enn det de egentlig er. Så tok jeg meg selv i at «herregud, nå låste jeg døra fordi at... », men jeg låste ikke opp igjen da, før [samboeren] kom. Hehe... Så en blir kanskje litt sånn, gjør sånne rare ting da. Så jeg tenker at jeg er nok mer preget enn det jeg kanskje tenker at jeg er. Men det tar ikke fra meg nattesøvnen i alle fall, og det er kanskje det viktigste.

(Deltaker 4)

Dette med forhåndsregler ble også nevnt av en annen deltaker der de hadde vært på et barnedødsfall, og hvordan dette ble trukket aktivt inn i eget liv senere på kvelden ved leggerutiner av eget barn:

Og da har jeg liksom sjekket [eget barn] i løpet av de to timene, men den kvelden der da sjekket jeg barnet sikkert seks ganger, puster barnet liksom..? Det var snakk om overoppheting, at barnet var for varm og det var dødsårsaken, så jeg var jo veldig på det; er barnet varmt? Har barnet på seg for mye? Er temperaturen i rommet riktig?

(Deltaker 6)

I undertema gjenkjennelighet indikerer disse intervjuene at det er vesentlig å være var på subjektiviteten som ligger i kriminalteknikernes oppfølgingsbehov. Ulike hendelser vil ramme den enkelte forskjellig, og på grunn av de individuelle forskjellene vil det heller ikke være like innlysende for kollegaer å plukke opp slike belastninger for å kunne være til støtte. Denne typen situasjoner fordrer at den enkelte selv sier fra om noe oppleves tungt. Situasjoner med gjenkjennelighet vil også være vanskeligere å forberede seg på for den enkelte i forkant av oppdraget.

4.1.3 Barn og tilstedeværelse av pårørende eller etterlatte

Samtlige deltakere snakket særlig om situasjoner som involverer barn, og situasjoner der pårørende eller etterlatte er på åstedet eller ulykkesstedet som ekstra krevende. En fellesnevner også for disse situasjonene er at det blir vanskeligere å distansere seg mentalt fra de emosjonelle aspektene ved situasjonen. Barn og tilstedeværelse av pårørende eller etterlatte utgjør siste undertema under tema emosjonelle belastninger.

I dialog med deltaker 6 trekkes det frem at andre mennesker tenker fort på andre ting som mer belastende i arbeidshverdagen enn det vedkommende selv opplever, og at utenforstående ofte tror håndteringen av selve liket er det mest krevende. Deltakeren selv trekker også frem at ved barnedødsfall skiller dette seg ut; «det også var en veldig rar følelse å legge lille... Det holdt med at bare jeg la barnet oppi en likpose, mens vanligvis når det er voksne så må du være to-tre [...]». Samtidig trekker deltakeren frem at det som gjorde mest inntrykk likevel var:

Det var ikke det som gjorde mest inntrykk, men mer den... At du kommer inn i et hjem hvor alt er sånn på stell da, du begynner å titte deg rundt og du blir liksom en del av, du skaper, du lager deg en tanke om den familien, så du ser liksom familiebildet som henger på veggen, familie på fire hvor alle smiler og er litt sånn fornøyde da, og plutselig er det ene borte. Det er de tinga der da som... De som ikke jobber med det her, tror jeg, det er ikke det de tenker på, jeg tror de tenker mer på «oi, må du løfte på kroppen, og.. Det må være rart, eller ekkelt, eller ubehagelig eller trist». Og ja, selvfølgelig er det trist – men det var faktisk det bildet som hang på veggen som gjorde mest inntrykk. Eller den matboksen som sto klar til neste dag, som hadde brødsiver med salami og gulost, og det var jo agurk og tomater og alt mulig oppi der, og alt var på stell, men det var liksom ikke noe barn som skulle ha med seg den neste dag – det er *det* som gjør inntrykk. Så ja, så barnesaker er... Ikke det enkleste...
(Deltaker 6)

Selv når ingen barn er involvert i situasjonen kan de være med i fantasien, slik dette sitatet fra deltaker 6 demonstrerer. Også her går det igjen at det blir vanskelig når en danner seg

forestillinger, i dette eksemplet om familien som bor i hjemmet de undersøker. Personlige effekter, i dette tilfellet familiefoto, trekkes igjen frem som noe som gjør inntrykk. Samtidig er alvorlige hendelser med barn noe som er universelt vanskelig, og situasjoner med barn blir trukket frem av alle deltakerne som ekstra belastende. Hendelser som involverer barn skiller seg spesielt ut da barn er ute av stand til å beskytte seg selv og derfor oppleves deres lidelse som spesielt urettferdig.

Sånn, jeg har jo hatt en del saker med vold mot barn, hvor barnet har dødd. Så fikk jo jeg selv et barn for X år siden. Så jeg merker jo at jeg har mye større vanskeligheter med å legge fra meg de sakene nå, enn det jeg hadde før jeg selv fikk barn.
(Deltaker 2)

Deltakeren tydeliggjør her det at en lever dynamiske liv, og at egen livssituasjon kan påvirke effekten av de belastningene en møter i løpet av sin yrkeskarriere. Saker som involverte barn var i utgangspunktet svært krevende forut for at deltakeren ble forelder, men nå har effekten av belastningen økt - vedkommende har fått enda større vanskeligheter med å legge fra seg disse sakene.

Kriminalteknikerne må tidvis forholde seg til pårørende og etterlatte, samt at de også gjennomfører sporsikring på levende mennesker, som både fornærmede, siktede og vitner. Flere av deltakerne peker også selv på belastningen med at møtet med pårørendes lidelse vanskeliggjør den emosjonelle distanseringen:

Men når du får de pårørende inn i bildet også, så blir det så mye følelser da. Så det blir veldig vanskelig å ikke sette seg inn i situasjonen til fornærmede. Ja... Så det er liksom den. Man prøver hele tiden å ikke tenke på hva fornærmede følte eller tenkte eller... Selv om vi prøver å finne ut alt om hvordan ting har skjedd. Det er vel det når en ikke klarer å være, eller man klarer å være objektivt, men man slipper ned garden litt da. Og tar inn over seg det som har skjedd. Føler jeg. Men den grensen er jo forskjellig, det er jo X antall forskjellige måter å håndtere det inne hos oss. Alle håndterer det jo forskjellig. Så ja.. sukk. Så det skal bli bra å få på plass [et oppfølgingstilbud] tenker jeg...
(Deltaker 2)

Pårørendes reaksjoner kan utgjøre en stor og krevende belastning. Som deltakeren her sier så virker det å bli overveldende med følelsene til de pårørende i situasjonen, noe som vanskeliggjør å holde fokus på det å være objektiv i undersøkelsene på stedet. Hele den emosjonelle distanseringen bryter litt sammen, og en tar innover seg mer i situasjonen enn dersom de pårørende ikke hadde vært der. Igjen påpekes dette med individuelle forskjeller i måten de håndterer ting på innad i avsnittet.

Sånn normalt sett så har vi jo ingen pårørende til stede, det er jo ganske lettvinnt. For da jobber og surrer vi for oss selv. Men av og til er pårørende til stede. Enten fordi de har viktig informasjon til oss, eller at.. det bare er sånn det er. De har ingen steder å reise til. Hvis det er en unge som har avgått med døden, noen har tatt livet sitt, eller... Da er jo de jo hjemme, får ikke sendt de avgårde, vi disponerer det rommet der det har skjedd og gjør våre undersøkelser der. Da tenker jeg som så at det er en ganske stor tilleggsbelastning å håndtere pårørende, levende mennesker ved siden av. Ehm... Men det er jo en ganske viktig del av jobben, man må bare. Rett og slett bare, stopp opp og ta seg tiden til å prate med de.

(Deltaker 1)

Deltaker 1 beskriver her to forskjellige arbeidssituasjoner: Den normale situasjonen der krimteknikerne får «jobbe og surre» for seg selv, og de situasjonene der pårørende er til stede hvor det blir en viktig del av jobben, men som «er en ganske stor tilleggsbelastning». Denne kommer da på toppen av den krevende jobben de er der for å utføre. Deltakeren påpeker samtidig at vedkommende liker pårørendekontakt, men at det er komplisert i kombinasjon med kriminalteknikerjobben:

Jeg er veldig glad i den settingen der, pårørendekontakt, men den i kombinasjon med kriminalteknikerjobben er egentlig litt komplisert. Men da hadde de et veldig stort ønske om å se den avdøde... eeh... og da skal en jo ikke avvise de. Men da fortalte jeg dem at det hadde vært utført ganske omfattende førstehjelp, som gjorde at [avdøde] har fått forskjellige ting montert på kroppen som ikke er noe pent å se på. Anbefalte de heller å se etter obduksjonen. Man må ta seg tid til å forklare i ro og mak, har aldri opplevd at de insisterer på å se likevel.

(Deltaker 1)

Undertema barn og tilstedeværelse av pårørende eller etterlatte utgjør siste undertema i tema 1 emosjonelle belastninger. Det er en del fellestrekk på tvers av de syv intervjuene med en del situasjoner de er enige om er belastende, som hendelser som involverer barn og ekstra brutale situasjoner. Det er også en stor grad av variasjon i forhold til hva som treffer den enkelte. Deltakerne trekker også frem at det tidsmessige aspektet – om de står midt i et samlivsbrudd eller nylig har fått barn – som vil påvirke hvor belastende en hendelse oppleves. På samme vis trekker de frem at slike hendelser i privatlivet også vil påvirker evnen til å håndtere arbeidshverdagen, og neste tema redegjør for mestringsressurser.

4.2. Mestringsressurser

Deltakerne snakker om at håndteringen av arbeidshverdagen, med disse emosjonelle belastningene som de redegjør for ovenfor, er tidvis veldig vanskelig. Alle gir uttrykk for at de savner mer formell hjelp til å håndtere belastningene de møter, men de gjør likevel så godt de

kan for å mestre arbeidshverdagen sin. Det er da blant annet disse punktene de trekker frem for håndtering som her er undertema: Distansering og fokus på arbeidsoppgavene, det psykososiale arbeidsmiljøet og det å se på aspekter ved arbeidsoppgavene som meningsfulle.

I løpet av livet vil evnen til å håndtere arbeidshverdagen og belastningene en møter variere, da vi alle har levd et liv med alt hva det innebærer. Egen livssituasjon vil også påvirke mestringsevnen noe deltaker 6 påpeker:

Du tåler kanskje mindre hvis du står midt i et samlivsbrudd eller mistet et eller annet familiemedlem, eller hva enn det skulle være da, enn hvis alt er på stell og det ikke er noe som forstyrrer tankene dine.

Flere deltakere snakket om dette, og som deltaker 6 viser til vil det en står i av personlige utfordringer som samlivsbrudd, tap av familiemedlemmer og andre krevende perioder i privatlivet tappe energi og ressurser.

4.2.1 Distansering og fokus

Denne strategien for håndtering av arbeidshverdagen opplyser alle de syv deltakerne at de benytter seg av, og en deltaker forteller at det fungerer som et slags «skjold» der de fokuserer på isolerte arbeidsoppgaver fremfor de menneskelige konsekvensene av en hendelse.

Du er nødt til å se på det som en jobb, og du er nødt til å finne arbeidsoppgaver og tenke «nå skal jeg lete etter det, nå skal gjøre jeg det, hvis det er et lik så skal jeg... nå må vi finne ut hvorfor han er død, vi må ditt, vi må datt». For hvis man begynner å tenke «åh, stakkars, åh du, åh guri meg - hva har skjedd med deg?» da er du kjørt, det går bare ikke. (Deltaker 5)

Dette skillet mellom å se på jobb som en jobb og dette med å involvere seg i opplevelsen til den som har forulykket, gjøres her svært relevant av deltaker 5. Dersom du blir stående i et syn på «jobb som jobb» og fokuserer på arbeidsoppgavene, så klarer en seg godt i jobben. Da kan arbeidsoppgavene bli en beskyttelse mot å fokusere på offerets skjebne. Dersom en begynner å gå dit hen at man lever seg for langt inn hva som har skjedd med enkeltindividet, så orker en ikke stå i dette. Andre deltakere er også tydelig på at de bevisst forsøker «å se på det som en jobb» eller «skrur på en bryter» for å holde de emosjonelle dimensjonene av hendelsen på avstand.

Jo, men noen ganger sier vi at «ja, men det går bra for det er bare en jobb», og det er ikke for å tøffe seg, det er faktisk sant. For du ser det på en annen måte når du har vakt, blir ringt opp hjemme, får masse informasjon drar til stedet, møter makker.

(Deltaker 7)

Strategien med distansering for håndtering gjør at en «ser det på en annen måte» som deltaker 7 påpeker. Deltaker 2 snakker i det følgende om det at å være så objektive som mulig fungerer som et slags skjold:

Ja, for når vi skal håndtere åstedet skal vi være så objektive som mulig. Vi bruker det som et slags skjold da, føler jeg. Vi prøver å se på det som en isolert hendelse og trekke ut forskjellige spor.

(Deltaker 2)

En slik distansering fungerer godt fremhever deltakerne. Men så vil det da oppstå situasjoner hvor den distanseringen vanskeligjøres. I utdraget nedenfor snakker deltaker 4 om den krevende balansegangen mellom distansering og det å plutselig skulle møte etterlatte / pårørende med empati ved utlevering av bevisbeslag:

Så det er jo klart, det syns jeg er slitsomt! Jeg burde kanskje ikke det, men jeg syns jo det. For jeg vet at jeg kanskje er litt sånn empatisk avstumpet, etter mange år. Så må du på en måte prøve å møte dem med det beste av empati som du klarer å dra frem, samtidig som det er en sak som du kanskje har gjort mye ubevisst for å skyve de tingene bort, de pårørende, etterlatte, de som sørger. Det er vanskelig. Føler du står og balanserer mellom to ting da. Å være empatisk og ikke være det, når du står og ser på en bukse med blod og skjønner at barnet her har stått nært der ting skjedde fordi blodspruten er så lav. Også prøver du å ikke tenke på barnet i hele tatt, og plutselig skal du møte... Og møte med empati i tillegg... Ja, det syns jeg er noe skikkelig dritt. Fordi det rører ved ting som jeg kanskje prøver å holde på avstand for å håndtere jobben på en god måte...

(Deltaker 4)

Deltakeren beskriver at vedkommende føler seg empatisk avstumpet, men snakker om nødvendigheten av denne distansen som de i arbeidshverdagen forsøker å opprettholde til de sakene de jobber med. Dette viser at distansering og fokus på arbeid som strategi for håndtering av arbeidshverdagen kan være vanskelig å gjennomføre i praksis, når man havner i denne typen situasjoner. Ute på selve hendelsesstedet fremkommer mestringsmåten distansering og fokus som den viktigste måten å håndtere belastninger på for alle deltakerne.

4.2.2 *Det psykososiale arbeidsmiljøet*

Alle deltakerne tok aktivt opp dette med arbeidsmiljø og fellesskap når de snakket om mestring og håndtering av en tidvis krevende arbeidshverdag. En av deltakerne understreket kontinuiteten på arbeidsplassen:

De som jobber her, det er veldig lite gjennomtrekk. De sitter her til de nærmest ligger på obduksjonsbordet selv, de trives godt med det. Det må nesten et drap til her på avsnittet for å skifte ut noen.
(Deltaker 3).

Det at arbeidsplassen oppleves som stabil i henhold til kollegaer, og at det er dyktige kollegaer med lang erfaring, løftes frem som positivt og viktig for håndteringen av arbeidshverdagen. Felles for alle deltakerne er viktigheten av gode kollegarelasjoner som en buffer mot belastninger. Flere påpeker at tilstrekkelig arbeidsressurser ute på oppdraget også er til svært stor hjelp, og trekker frem mange fordeler med å jobbe i vaktlag på to eller tre personer. Tidligere reiste de ut alene på åsted eller ulykkessted. En eldre deltaker viser til at det er stor forskjell fra da en reiste ut alene som kriminaltekniker, mot at de nå reiser ut to eller tre i vaktlag. Vedkommende forteller at det blant annet hjelper på grublingen, og fremhever dette som en enorm forbedring. I tillegg til å være flere på åstedet sammen, så påpeker alle deltakerne viktigheten av ventilering med kollegaer, eksemplifisert gjennom følgende sitat fra deltaker 3: «For mitt vedkommende har det vært, det jeg har vært innpå, å snakke med de nærmeste kollegaene her, og lufte ut på den måten over en litt mer uhøytidelig kopp kaffe. Ikke sant?».

Selv om det ikke kalles debrief eller noe som helst, så vi prater jo sammen – og det og er veldig viktig! Og det tror jeg kommer mer eller mindre av seg selv. Det er slutt på det der at vi er høye og stille, sånn som det var før.
(Deltaker 7)

Her viser begge deltakerne viktigheten av sosial støtte og fellesskap. Deltaker 7 trekker også frem kontrasten til hvordan dette var før. I det deltaker 7 sier at det er «slutt på det der at vi er høye og stille», kan snakke til endringer i forventinger til hvordan man skulle mestre og håndtere hverdagen sin enkeltvis heller enn i fellesskap. En deltaker trekker frem viktigheten av ventilering gjennom bruk av galgenhumor sammen med kollegaer, og påpeker at det er en nødvendighet for å holde ut i jobben:

Deltaker 3: Og vi har jo en egen sånn... ja, en sjargong kanskje... Vi har åpenbart en galgenhumor her. Det har vi jo... Og det er slik jeg ser det da, en mulighet for å få utløp for disse, kall det vonde følelser, som bygger seg opp i forbindelse med de vi ser og

opplever.

Intervjuer: ja

Deltaker 3: så det har vært vår utluftningsmekanisme. [...] Også har vi jo en ganske uttalt galgenhumor altså, men det er et helt åpenbart must i den sammenhengen som vi befinner oss i. Uten det så tror jeg knapt jeg hadde holdt ut her. Men jeg har bare utluftet da, for å bruke det uttrykket, mot kollegaer, og da er det de nærmeste som jeg omgås, de som er på mitt vaktlag kan du si da. Vi er et fast makkerpar.

Tryggheten ved å kjenne hverandre og at det er forutsigbart hvem en reiser ut på oppdrag med løftes også frem som svært viktig for flere. Tryggheten løftes frem som essensiell av deltaker 5 i sitatet nedenfor når det kommer til «å si fra» ved vanskeligheter:

Men jeg tenker at det at vi er tre, og at vi er faste vaktlag, og ikke plutselig må sammen med den – og plutselig sammen med den, det gir jo en trygghet. At du vet... Du kjenner de du er sammen med, du vet hvordan de jobber, og du vet at dersom det er noe som kjennes vanskelig ut for meg, så kan jeg si det til de – for det er jeg trygg nok på de til å gjøre.

Deltaker 6 sier «Den her praten i bilen, den er jo veldig avhengig av at du faktisk kjenner den du skal sitte og prate med». Og videre at blant annet tryggheten gjør at terskelen «for å ta opp slike ting» lavere:

Men vi er jo to, sånn som, jeg og [navn] da, om vi hadde vært på en sak sammen, og jeg sier at «jeg kan skrive jeg, det går fint det», så kommer vi inn og det er noe som skjer som gjør at jeg synes det blir veldig tungt å skrive den rapporten. Så vet jeg jo at [navn] vil si «selvfølgelig tar jeg den». [...] Men det går igjen på det med tryggheten, på å kjenne de en jobber med, ikke sant? Jeg er så trygg på [kollegaer] at jeg vet at det ikke er noe problem å ta opp slike ting. Og skulle det være sånn at det kommer inn en sak, og jeg kjenner at nå er det bare... Jeg kan ikke ta mer, så vet jeg at de ville sagt «selvfølgelig tar vi det, du kan ta bilder du, så skriver vi rapporten».

[...] Og det er jo igjen rundt det punktet med relasjoner, bli kjent med hverandre og trygge på hverandre, å tørre å si fra.

(Deltaker 6)

Deltaker 5 påpeker også fordelen med å være tre på vaktlag. Årsaker til at tre på vaktlag trekkes frem som viktig er fleksibiliteten dette gir, blant annet at pauseavvikling kan skje uten at sporsikringsarbeidet stopper opp. Andre situasjoner som nevnes er at dersom en kriminaltekniker må møte i retten så vil ikke vaktlaget nødvendigvis berøres av det, da det gjenstår to som kan dra ut på oppdrag. Deltakerne peker riktignok på at samtalene med kollegaer ofte har et faglig fokus og i stor grad dreier seg om oppgaveløsningen, men fremhever at også det å rådføre seg om saker med kollegaer er til hjelp for håndteringen av arbeidshverdagen. Men som deltaker 1 påpeker er det «litt tid» til denne praktiske praten:

Da har en gjort seg ferdig med den akutte delen. Da har vi litt tid til å sette oss ned å ta en kopp kaffe. Så kan vi snakke bare oss, vi som har vært ute. Og det er ofte nyttig. [...] Det blir jo litt sånn teknisk gjennomgang. Av hva som er gjort - ikke gjort. Men utrolig nyttig syns jeg.

(Deltaker 1)

Og det hjelper jo selvfølgelig, at du ikke står helt alene. Vår debrief blir vel fort den samtalen vi har i bilen på vei tilbake. Egentlig. Uten at noen er veldig trent på å ta den gode samtalen etterpå. Ofte ender det opp med at vi snakker mest om oppgaveløsning. Vi snakker om spor og, hva vi kunne ha gjort bedre, om det er noe vi mangler, litt fremtid liksom, hvem skriver rapporten og... Hvem tar de ulike oppgavene, mye oppgavefordeling egentlig.

(Deltaker 4)

Her viser deltaker 4 til en kontrast mellom behovet og hva man får. Fellesskapet får man, som er viktig. Men det foregår mellom folk som ikke er «veldig trent på å ta den gode samtalen etterpå», og som da medfører at man snakker oppgaveløsning.

Når det gjelder å gå gjennom oppdraget i etterkant med andre kollegaer så peker en deltaker på at det er til veldig hjelp for vedkommende i forhold til «har vi gjort en god nok jobb».

Deltakeren trekker videre frem at det er positivt og at det avhjelper grubling, da en får flere synspunkter inn på den jobben som er gjort og at andre kriminalteknikere som ikke har vært på stedet kan se ting med «nye øyne»:

Det som er veldig til hjelp er å gå gjennom etterpå. Å se at «ja, men det var lurt. Det var riktig. Hvis det skal være sånn, da har vi lukka *den* teorien». Ikke sant? Det er veldig til hjelp, da slipper du den der «har jeg gått glipp av noe?»

(Deltaker 7)

Samtidig påpeker en annen deltaker at selv om det er til hjelp med en slik oppgavegjennomgang, så viser vedkommende til den vanskelige avveiningen mellom noe som er til nytte, samtidig som det bidrar til ytterligere eksponering av stygge bilder utover egne saker hver kriminaltekniker sitter med:

Også har jeg notert det at, jeg vet at det er en hjelp å komme gjennom en sak hvis en på en måte får gå gjennom saken; vise bilder, forklare hva en gjorde, hvordan det så ut, ikke sant, til andre, får snakket seg gjennom ting, men vi skal være litt forsiktig med det, fordi at... Det vil hjelpe dem – men jeg syns vi skal være litt forsiktig med å ukritisk gjøre det til alle, for det er så mye stygge bilder, så mye stygge saker, og at da vil en påføre det til

alle som skal sitte og se og høre på det, det holder at en dykker skikkelig ned i sakene en har ansvaret for selv, og ikke eksponerer flere enn man må.
(Deltaker 5)

Deltakeren sier videre i intervjuet at en slik gjennomgang er svært viktig, men at den kanskje heller bør gjøres innenfor teamet, og fremhever da viktigheten av at en faktisk er tre kriminalteknikere på vaktlag, og at en kan ha oppgavegjennomgang med for eksempel teamleder i tillegg.

Kriminalteknikerne må bære historier om andre menneskers smerte, og taushetsplikten legger også begrensninger for hva de kan dele med familie eller nære venner. Dette gjør at en blir svært avhengig av at kollegaer har tid til en prat, om ikke risikerer en å bli gående med sine tanker helt alene. I tillegg til gode kollegarelasjoner er det ikke minst viktig at et formelt oppfølgingstilbud kommer på plass, slik deltakeren her poengterer:

Ja, det er egentlig å snakke med kollegaer da. For vi jo har jo en taushetsplikt. Det også er jo en ekstra belastning, at vi ikke kan... Vi kan jo ikke ventilere ovenfor familie og venner. Du kan på en måte ikke, hvis du har hatt en hard dag på jobb da, kanskje vært på et barnedødsfall, så kan du ikke dra hjem til samboeren din og si at i dag har jeg sett et annet... Eller et barn bli.. Sett merkene etter at barn har blitt kvalt da for eksempel. Du kan ikke si det. Da vil det jo på en måte, det vil jo være en ekstra belastning for samboer også, og familie, som ikke kan hjelpe til i den situasjonen der da. Og det er jo derfor det er så utrolig viktig at vi får på plass den oppfølgingen, som vi, som jeg føler vi absolutt trenger og som skulle vært gjort for mange, mange år siden.
(Deltaker 2)

Her understrekes oppfølgingsbehov ut over kun samtaler med kollegaer. Samtidig viser en annen deltaker til at en også er redd for å dra ned sine kollegaer, noe som også underbygger viktigheten av et formelt oppfølgingstilbud:

Det synes jeg var vanskelig men vet ikke helt hvorfor, at en får satt til ord på det da. Sånn som nå - det jeg snakker med deg om, det er jo ikke sånn vi går og snakker, eller i hvert fall ikke jeg da, sitter og snakker med kollegaer i gangen om. For en vil jo liksom ikke dra de ned heller, en må holde hodet over vannet hele gjengen.
(Deltaker 4)

Det å stå sammen med kollegaer løftes frem som viktig for å mestre jobben, og det beskrives god nytte i å søke råd for beslutningstaking hos hverandre. Trygghet og forutsigbarhet beskrives som viktig for å kunne «si fra» ved vanskeligheter.

4.2.3 *Se arbeidsoppgavene som meningsfulle*

Samtidig som de håndterer jobben ved å distansere seg og fokusere på isolerte arbeidsoppgaver, ritualer og forberedelser, samt støtte seg på kollegaer, er det å se på aspekter ved arbeidsoppgavene som meningsfulle noe som bidrar til håndteringen av arbeidshverdagen. Det at de har et tydelig formål med jobben de gjør – det er viktige og meningsfulle arbeidsoppgaver da de får gitt svar på en del ubesvarte spørsmål hos for eksempel de etterlatte. Her demonstrert ved at deltaker 4 snakker om kriminaltekniske undersøkelser ved mistenkelige dødsfall og opplevelsen av å bidra med noe, i dette tilfellet svar på spørsmålet om det er en bilulykke eller et selvmord til de etterlatte:

Det er jo mange ubesvarte spørsmål etterpå, også sånn som jeg nevnte når det er mistenkelige dødsfall da, om de har gjort noe galt selv, det er jo det du [etterlatte] ofte bebreider deg selv for hvis du tenker at «oi, har vedkommende valgt det selv? Kjørte han inn i den fjellveggen for at han ville dø eller var det et uhell? Var det noe feil med kjøretøyet?». Det er jo ikke vi som undersøker kjøretøyet, men vi og Vegvesenet, og alle får jo kanskje gitt etterlatte et svar sammen da.

Og her om andre spørsmål etterlatte ofte kan sitte igjen med, som om vedkommende led før den avgikk med døden:

Noen pårørende synes kanskje det er godt å få [svar] – selv om noen ganger kan det være vondt, hvis det er sånn at «ja, her har kanskje vedkommende vært lenge i live og pintes lenge», men noen ganger, de aller fleste gangene, har det gått fort fra de i alle fall mister bevisstheten.
(Deltaker 4)

Også deltaker 7 snakker om det meningsfulle ved å kunne gi svar og det å få anerkjennelse for jobben:

Du har svar å gi, samme om de er ubehagelige, men du i hvert fall har svar å gi. Det er ofte en litt befriende sak. Eller når du får takk etterpå, altså det er litt sånn... Og ikke fra sjef, det er ikke så viktig, men for de vi jobber for, og det er jo for publikum, det er der vi skal være lojale, vi skal ikke være lojale mot linja, men mot publikum. Og da vi en sjelden gang får noe tilbakemelding fra publikum vi på teknisk, det er så hyggelig. [...] Ja, det er det faktisk altså, og det er sjeldent, men det er fordi vi jobber så innerst lengst vekk, bort. Og det er hyggelig, det er kjempegøy.
(Deltaker 7)

Samtidig, selv om aspekter ved arbeidsoppgavene kan gis positiv mening som det at en får gitt svar til de som står igjen eller sørget for rettferdighet gjennom fellende bevis, understreker også deltaker 2 at alvoret i jobben oppleves som tyngende:

Nei, det er jo rett inn på det vi snakket om i stad da – at som kriminalteknikere har man et veldig ansvar i de sakene vi etterforsker. Og vi kan jo være med på å få en person frikjent eller dømt for i verste fall drap eller andre alvorlige handlinger. Det er absolutt et sakspress der og en alvorlig jobb som tynger. Det vil jeg si.

Deltaker 3 drar også inn det at jobben i seg selv er spennende, samtidig som han viser til at på tross av det så er det også en veldig utfordrende jobb, og at behovet for oppfølging absolutt er tilstede:

Det er veldig mye spennende, å løse gåter og legge puslespill. Det er veldig spennende, så det er egentlig... Jeg vil jo tro at grunnen til at annenhver serie på TV dreier seg om sånn kriminal-greier, for det er jo en veldig stor interesse for drapsgåter. Det er jo underholdning så det holder. Så sånn sett er det jo rart at ikke flere ønsker seg inn i det yrket her, men det har vel mye med det vi nettopp egentlig snakker om her, at det er et tøft yrke, at det er... Det er ikke uten grunn at det behovet [for oppfølging], den problemstillingen du tar opp melder seg. Ikke sant? Det er jo ikke tilfeldig, det er jo nettopp fordi det er et spesielt yrke. Og at et slikt behov kan være høyst relevant. Og det er det jo.

Her vektlegges tosidigheten: At jobben er spennende og meningsfull, men at det er et tøft yrke. Som understreket i sitatene over også så hjelper det at oppgavene og arbeidet oppleves som meningsfullt og viktig. Men oppfølgingsbehovet jobben i seg selv utløser fremstilles som relevant, der det «ikke er uten grunn at det behovet [for oppfølging]... melder seg.»

I tema 2 om mestringsressurser har det blitt gjennomgått hva deltakerne selv gjør for å mestre sin arbeidshverdag. Alle de syv deltakerne trekker frem håndtering gjennom distansering, men det viser seg at det ikke alltid er tilstrekkelig, eksempelvis når de står ansikt til ansikt med de pårørende. Det vil også være tilfeller der det ikke vil være mulig å forberede seg da det kan oppstå situasjoner med gjenkjennelighet. Alle deltakerne viser til viktigheten av arbeidsmiljøet, men også her vil det begrense seg til at en selv klarer å si fra om sitt behov. Og selv om jobben i seg selv er meningsfull, så utløser også selve jobben et oppfølgingsbehov.

4.3 Oppfølgingsbehov

På tvers av intervjuene tok deltakerne opp dette med oppfølgingsbehov. Dette ble både diskutert som svar på direkte spørsmål om oppfølgingsbehov, men også aktualisert gjentagende ganger gjennom eksempler fra hverdagslivet i yrket av deltakerne. Det er ikke satt i system noe

oppfølging av kriminalteknikerne i avsnittet, men det er påbegynt et arbeid der det kartlegges oppfølgingsbehov i hele avsnittet, samt at det er gjennomført risikovurderinger.

Det blir jo et lite hjertesukk i forhold til at man ikke ser verdien i å gi ordentlig oppfølging til de ansatte da. At man ikke ser den menneskelige verdien av at folk ikke er sykemeldte. Det er liksom en ting jeg har tatt med meg... Hvorfor tar dette arbeidet så langt tid? Hvorfor er det ikke mer fokus på det når man kan spare veldig mye penger senere ved å ha ansatte som er... Har mentalt overskudd og som ikke er sykemeldte.
(Deltaker 2)

Deltakeren kommer med et hjertesukk og det virker å være lite anerkjennelse høyere opp i systemet av deltakernes behov for oppfølging etter store påkjenninger i en krevende arbeidshverdag. På tross av viktigheten for deltakernes helse og for å unngå sykemeldinger, oppgir deltakeren ovenfor at arbeidet med oppfølgingstilbudet ikke prioriteres. På spørsmål om deltakerne trodde det ville være noen utfordringer med å få etablert et oppfølgingstilbud var det flere som kommenterte at det ville være knyttet til «money talks», og at økonomiske ressurser kunne forhindre å legge forholdene til rette for et bra oppfølgingstilbud.

Det eksisterer en bedriftshelsetjeneste og Kollegastøtteordningen (KSO) i etaten, dog har kriminalteknikerne ingen KSO i sitt avsnitt. For å benytte KSO vil en være avhengig av at den som er kollegastøtte er tilgjengelig for en samtale, for det å være KSO er en tilleggsoppgave politibetjenten har i tillegg til sine ordinære oppgaver. Det er kun en deltaker av de syv som har benyttet seg av ordningen. Det beskrives blant annet at ordningen «ikke er dekkende for det de driver med» og at ordningen fort «koker ned til en samtale over en kaffe det også». En deltaker beskrev at en var i behov av profesjonelle dersom en skulle «vrenge sjela si». Deltaker 1 sier følgende om KSO-ordningen:

Det har vært tilbud om kollegastøtte i noen tilfeller, men det har liksom aldri høve seg sånn. Og i med at det ikke folk som vi ikke jobber med til daglig, vi ser de jo ikke annet enn «jo, han er KSO». Men så... Der er jeg litt usikker på nivået. Eller.. Den er jeg litt usikker på. Jeg har brukt de veldig lite, men ser verdien av det».

I perioder er arbeidsmengden svært høy, og kvalitetskravene og sakens alvorlighet tillegger den enkelte kriminaltekniker et stort faglig ansvar. Kriminalteknikerne har en spisskompetanse, og fagmiljøet er lite og sårbart. Noe som påpekes av deltaker 6:

Kriminalteknikere er jo ikke akkurat noe som vokser på trær heller, så det er jo et eller annet med å få tatt vare på de man har. Det tar lang tid før man blir god. Mye sakstrening og erfaring. Jeg opplever jo selv, nå etter X år, at jeg lærer noe nytt hele tiden. «Åh, det har jeg ikke tenkt på», så man bygger jo videre på erfaringer, og samtidig gjør seg nye erfaringer. Kanskje innser at «det burde jeg gjort i den saken, hvorfor gjorde jeg ikke det?». Vi lærer jo støtt og stadig noe nytt når vi er ute sammen.

Det er bred enighet om at det må på plass et formelt oppfølgingstilbud, som ville stått i kontrast til nok «en samtale over en kaffe». Det savnes et profesjonelt tilbud, og alle deltakerne hadde tanker rundt utformingen av dette tilbudet. Flere av deltakerne peker på dette med vaktlag på tre som svært virkningsfullt, slik enkelte vaktlag er organisert i dag. I tillegg til at tilstrekkelig ressurser i arbeidshverdagen vil være en nødvendighet, vil jeg i dette undertema trekke frem hva de anser som deres oppfølgingsbehov med vekt på undertema: Obligatorisk faglig oppfølging, struktur og fokus i arbeidshverdagen og kunnskap om ivaretagelse.

4.3.1 Obligatorisk faglig oppfølging

Deltakerne fikk to ulike spørsmål som spesifikt omhandlet oppfølgingstilbudet; hvordan de tenker at et oppfølgingstilbud ville sett ut ideelt sett, og dersom de ble satt som sjef for oppfølging og skulle lage rutiner for oppfølging, ville de endret på noe og hva ville de eventuelt innført. Flere deltakere ønsker en statussjekk årlig eller to ganger i året hos en psykolog eller annen fagperson:

Men det som kanskje kan gjøres er jevnlig, som rutine, oppfølginger, og kanskje også tvungne. For når vi har sagt «nei, det er ikke nødvendig», så er det ærlig og oppriktig ment, men jeg tror egentlig at det burde være sånn og, at en gang i året, en gang i halvåret, hva vet vel jeg – sånt noe vet du mer om. Så enhver tekniker skulle inn til en psykolog eller fagperson, og nærmest avhøres... hehe!
(Deltaker 7)

Det blir litt det jeg sa i stad kanskje, at det blir noe som er obligatorisk – litt for å fange opp de som ikke er så flinke til å snakke og dele.... Jeg har jobbet lenge i dette "gamet" nå, og jeg er ikke den som... Altså, det ligger så innbakt, du skal ikke gi beskjed hvis du syns at ting er ubehagelig eller vanskelig, kanskje det henger litt sammen med at jeg var veldig ung da jeg begynte. Jeg ville ikke bli oppfattet som en pyse, feig.. ikke tøff nok. Det har kanskje blitt litt innbakt hos meg Hehe! Så da tenker jeg at obligatorisk deltagelse på å snakke med noen som faktisk kan pirke litt, og som ikke bryr seg om du er tøff, pysete, tåler lite eller mye... Det kan nok være bra!
(Deltaker 4)

Begge deltakerne fremhever her at denne oppfølgingen burde være obligatorisk slik at den fanger opp alle, og deltaker 4 påpeker hvor «innbakt» det er at du ikke skal si fra. Dette kan

trekkes tilbake til aspekter med rollen som politi, og hvilke oppfatninger det er hos den enkelte på hva som er «korrekt» og «forventet» reaksjonsmønster etter krevende arbeidssituasjoner. En annen deltaker peker på dette med vanskeligheter rundt bevisstheten av påkjenninger i hverdagen og viser til at prosedyrer med faste samtaler for å «sjekke status på ryggsekken»:

Fordi at den hverdagslige belastningen, den syns jeg er litt sånn vanskelig å tidfeste. Eller, si at nå er den full, nå må vi ha en prat. Den tror jeg må implementeres på den måten at du har faste samtaler, for eksempel to ganger i året. At du på en måte har faste prosedyrer på det, i håp om at du på en måte kan, sjekke status på ryggsekken.
(Deltaker 1)

Deltaker 1 sier videre at «Det har lett for å bli sånn at vi i hverdagen blir oppslukt og at man ikke tar seg tid til det, at det er vanskelig å få det til. Men det er jo egentlig ikke noe vanskelig. Vi må bare sette av tid til det». Deltakerne viser også til at det er et skille på behov etter større hendelser / ekstreme hendelser og den mer «hverdagslige belastningen».

Med jevne mellomrom, at det var en standard, at det var et vedlikehold akkurat som du går til bedriftslegen for å sjekke blodtrykket og sånne ting. Det tror jeg kunne vært bra. Så kan du ta de store, ekstreme hendelsene for seg selv. Men jeg tror ofte det er det daglige.
(Deltaker 7)

Deltakeren viser også til at han tror den daglige påkjenningen er minst like ille som de ekstreme hendelsene, og fremhever her «alt det rundt» dagligdagse hendelser, noe som peker på at strukturer i arbeidshverdagen må ivareta dette behovet også:

Men hvilke behov vi har, det er vanskelig. For det er ikke sikkert det er de store sakene som er de verste. Det som kanskje er det tyngste over langden, det tror jeg er vel så viktig, det er alle de selvdrapene, alle de mista [mistenklig dødsfall], alt det rundt, som egentlig er dagligdagse hendelser, som en kanskje i større grad enn en tror tar med seg, selv om hver enkelt ting ikke er så veldig ille. Så vi pleier å si det litt sånn flåsete, vi har jo vasset i dette i snart X år, så det er klart det blir noen tanker etter hvert.
(Deltaker 7)

Og deltakeren påpeker at selv om hver enkelt ting ikke er så veldig ille – så påvirkes en i større grad en man tror. Dette med skillet mellom de store sakene og mer dagligdagse hendelser gir gjenklang i hvordan deltakerne under tema en beskrev spekteret i de ekstra krevende sakene – at dette var alt fra det ekstremt brutale, til det helt vanlige, men som av ulike årsaker traff en. Videre peker flere på at det er ønskelig med samtaler individuelt og noen nevner grupper, men en deltaker trekker frem at grupper ikke er ønskelig fordi vedkommende syns det var belastende

å høre om hva andre kollegaer opplevde som traumatisk (deltakerne ble ikke spurt eksplisitt om oppfølging individuelt eller på gruppenivå, så dette kan gjelde flere deltakere også). Det poengteres av noen deltakere at de ønsker oppfølging av fagfolk med kompetanse, samtidig som enkelte trekker frem viktigheten av at denne fagpersonen har kjennskap til politietaten og de belastningene de står i:

Nå har det jo vært en del runder på akkurat det, litt sånn spørreundersøkelse, hva ønsker folk. Og jeg ga tilbakemelding på at, tror i hvert fall, for det første så må vi ha en psykolog som vet hva vi driver med, som vet hva vi står i, og som kjenner etaten litt.
(Deltaker 6)

I tillegg trekkes fleksibilitet i oppfølgingstilbudet frem, og det er ønskelig at fagpersoner er tilgjengelig utover faste tider også:

Så ville jeg gjort som følger, satt i system da et profesjonelt apparat som vi kan henvende oss til 24/7 når vi måtte trenge det, over en lav terskel. Så det skulle være et 24/7, noe så enkelt som et telefonnummer til noen som kan dette godt med yrkespsykologi og traumepsykologi og sånt, slik at vi hadde muligheten til det hvis det var en situasjon som tilsa at det var fornuftig, eller at man følte at man trengte det.
(Deltaker 3)

4.3.2 Struktur og fokus i arbeidshverdagen

Deltakerne etterlyser også jevnlig oppfølging i hverdagen der det er satt av tid og rom for psykososial oppfølging fra politikontoret. En deltaker trekker frem viktigheten av støtte fra ledelsen. Flere fremhever at noen må ha det overordnede ansvaret for oppfølgingen og at det må bli en del av den faste strukturen på avdelingen:

Det må bli en del av møtestrukturen, dette med å ta en slik gjennomgang etter en sånn hendelse. Det må bli en naturlig del av hverdagen vår. Det må ikke bli slik at vi selv må ta initiativ, «du, nå må vi ta en prat». Det kan være nødvendig det også, men det må bli en naturlig del etter hendelser at «ok, da er det en del av opplegget her». Jeg tror det er lettere å få det til, eller, lettere å få gjennomført det. Og at det er lettere å fange opp faresignaler. For at i hverdagen, kan det fort bli sånn at du bare lar det passere, du tenker ikke så mye over det.
(Deltaker 1)

At oppfølgingen ikke er satt i system medvirker også til at det virker å være en høyere terskel for den enkelte å skulle melde fra om sitt behov. Som demonstrert hos de to deltakerne nedenfor hadde begge vært innom tanken om at «de burde kanskje snakke med» kollega eller

profesjonelle, men i den daglige strukturen er det ikke satt av tid der dette ville være naturlig å ta opp. Et egnet tilbud er heller ikke tilgjengelig:

Sånn som [en hendelse med barnedødsfall], da var jeg faktisk ikke i full jobb en gang, og reiste hjem, og hadde fri dagen etter. Det var liksom ikke noe, da tenkte jeg «dette burde jeg egentlig kanskje snakke med de jeg jobbet med om», men så, reiste hjem, fri dagen etter, kom på jobb neste dag så var saken borte ikke sant. Det var liksom ikke noe sånn... «Åja, nei, nei, det går sikkert bra». Men nå er jeg så gammel og inngrodd, at nå har jeg ikke noe problem å si fra.
(Deltaker 5)

Deltaker 3: Men det skal sies, at hvis jeg hadde spurt helt konkret, og jeg åpenbart hadde uttrykt et eksplisitt behov for å ha en samtale med en profesjonell, en traumepsykolog eller noe sånt, så tror jeg nok jeg ville fått det. Men hvor, om det faktisk ville skjedd, og hvor tung den veien er, eller ville vært å gå, det vet jeg ikke. For det har jeg egentlig aldri prøvd ut i praksis. Men det har vært noen sånne få situasjoner hvor jeg har vært inne på tanken om at her burde man kanskje egentlig utlufte mot noen profesjonelle, men det har ikke blitt til det.

Intervjuer: ja, for da må du ta initiativ selv?

Deltaker 3: ja, og det har vært en liten sånn kvern å sette i gang. Ikke sant?

Intervjuer: ja

Deltaker 3: Det har vært en byråkratisk flaskehals til en viss grad

Her vitner samtalen med deltaker 3 at dette gjøres så lite at vedkommende ikke vet gangen i å få et slikt tilbud på plass.

Støtte fra ledelse i hverdagen trekkes også frem av en deltaker som viktig, vedkommende forteller at det har vært god støtte i at leder kjenner sine ansatte og også har kjennskap til livssituasjonen til den enkelte. Når det kommer til oppgavefordeling vil det også være til hjelp at leder har oversikt over hvor mye hver enkelt ansatt har å gjøre:

Men det at i hvert fall nærmeste leder klarer å ha en noenlunde oversikt over hvor mye har hver enkelt å gjøre nå, sånn at man eventuelt kan skjerme de som har veldig mye. Både med bakgrunn i at de selv ber om å bli skjermet, men også at kanskje leder spør «hvordan føler du at det er med saksmengden din nå, for nå har vi en ny sak, og det er egentlig du som nå skal ut, hvordan går det? Går det greit for deg eller blir det bare stress liksom?» At de er litt på det der da.
(Deltaker 6)

Når det gjelder tidsaspektet for når oppfølgingen skal skje, så trekker flere deltakere frem at det ikke nødvendigvis må være rett etter et krevende oppdrag, da en gjerne er så utmattet at en har mindre kapasitet til en slik samtale da:

Det er jo det å finne riktig tid for en sånn samtale og da. For det er jo ikke sikkert at, si man har vært ute og jobbet i 12 timer på et åsted da, så er det første du får beskjed om når du kommer inn at «nå skal vi sette oss ned å prate». Da har du bare lyst til å reise hjem og sove, få i deg mat og bare sove, så at en sånn debrief eller samtale skal komme med en gang – det er ikke nødvendigvis riktig.

(Deltaker 6)

I likhet med deltaker 6 trekker en annen deltaker frem at en ofte er i et helt annet modus rett etter oppdraget, og tenker at dagen etter eller noen dager etter vil være passende for oppfølging:

Vi har litt sånn tidspress. Vi bare kjører på. Veldig mye sånn kriminalteknisk-faglig fokus. Så kan man kanskje dagen etter, eller noen dager etter tenke på, nå skal vi prioritere kanskje å tenke litt mer sånn bearbeiding, litt mer sånn psykososialt, et eller annet sånt der.

(Deltaker 1)

Videre trekker en deltaker frem aspektet med turnusjobbing, og at det da kanskje kan være fordelaktig å få reflektert over oppdraget før en samtale:

Men så jobber vi skift, så har vi fri, så det kan gå noen dager etter at vi har vært på noe før vi er på jobb. Men det er ikke sikkert det er så krise at det går noen dager, det kan godt gå noen dager, så kanskje har man da rukket å gruble ferdig eller man har rukket å finne ut at dette faktisk henger litt igjen.

(Deltaker 5)

Det fremheves at det må være fastlagt i strukturen slik at en vet at det kommer en samtale eksempelvis neste dag en er på jobb, og på den måten får hjelp til det deltaker 4 her etterlyser: «da hadde vi kanskje fått hjelp til å ta inn igjen de følelsene som vi er veldig flinke til å skyve til side».

4.3.3 Kunnskap om ivaretagelse

En større åpenhet på avdelingen om temaet ivaretagelse og ufarliggjøring gjennom kunnskap fremheves som viktig. Flere deltakere etterlyser kunnskap om egne og kollegaers reaksjoner, samt kunnskap om håndteringen av slike reaksjoner.

Så har vi også snakket om å ha temadager. Fagdager hvor vi setter fokus på det [oppfølgingsbehov], og ufarliggjør det. For det er jo tabubelagt. Politiet er jo fra gammelt av en ganske mannsdominert organisasjon. Nå begynner det å bli bedre da, kjønnsbalansen er bedre, og det er begynner å bli mer og mer normalt å snakke om følelser, men rutinene er jo ikke på plass. Så da merker man på en måte at fokuset ikke

har vært på det da. Ja, så... vi får jo, har jo noen ganger fått tilbudet om å være med på debrief slik de operative er med på. Problemet vårt da er jo at de går gjennom selve hendelsen som politiet har vært med på da, den operative biten, og prøver å fange opp de som sliter med akkurat den politi-operative biten. Men vi står jo igjen på åstedet når de andre debriefes, og vi kan jo på en måte ikke avslutte og ta en time-out da.
(Deltaker 2)

Kontrasten mellom tilbudet som det operative politiet får og strukturerer som fanger de opp, og det som er tilgjengelig for kriminalteknikerne oppleves som skjevt. På spørsmål om de hadde hatt noe i sin utdanning om egenomsorg / ivaretagelse eller kurs i etterkant var det en deltaker som kunne huske at vedkommende fikk et kurs om normale reaksjoner etter en større hendelse. Dette kurset kom riktignok to år etter hendelsen, noe deltakeren påpekte var for sent. Det var ingen av deltakerne som husket at det ble fokusert på håndteringen av vanskelige og krevende situasjoner i studietiden. Deltaker 3 sier blant annet «Så jeg vil nok si at skolen som utdanner dette folket kunne nok lagt noe større vekt på det i utdanningsforløpet, men ikke minst – hatt et større fokus på det også her, som arbeidstaker da». Flere deltakere påpeker at det er vanskelig å skulle si hva de har behov for når de ikke har kunnskap om temaet ivaretagelse eller erfaring med dette:

Deltaker 5: Også har det jo vært et tema nå om vi skal ha en samtale med en fagperson da, det kan jo være at det er smart, men jeg har jo aldri prøvd det så jeg vet ikke...

Intervjuer: Om det faller i smak?

Deltaker 5: Jeg vet ikke noe om det, men vi burde i hvert fall få noe opplæring. At noen kommer og forteller om mekanismer og hvilke faresignaler. Og kanskje noen strategier for å ... Nei, jeg aner ikke, jeg kan ikke noe om dette, derfor det er vanskelig å svare for jeg har ikke peiling.

Flere deltakere trekker frem at kunnskap om normale reaksjoner og faresignaler hadde vært nyttig «jevnt og trutt». Det påpekes også at det hadde vært hensiktsmessig ikke bare for sin egen del, men også til hjelp for hvordan en skal ivareta sine kollegaer:

Det er veldig mange sanser. Og lukt er jo den sterkeste sansen har jeg hørt. Og det er noe med å få litt forklaring på hva som er normale reaksjoner og hva som er unormale reaksjoner. Hva skal du gjøre hvis sånn og sånn skjer, hvis du opplever kollegaer som begynner å lukke døra, hvordan skal du håndtere det? Hva er faresignaler – både hos en selv og hos andre. Det har jo vært nyttig, jeg syns jo absolutt det, men man trenger en påminnelse. [...] Men jeg hadde jo reagert hvis [navn på kollega] plutselig hadde gått en uke, eller en dag for den saks skyld, uten å le den latteren sin, «nå er det noe galt med [kollega]! Nå har det skjedd ett eller annet». Men det er jo det der, hvordan skal jeg håndtere det liksom, hva er riktig å gjøre nå? Så hvis en får litt sånn drypp da, og påfyll jevnt og trutt, så er det liksom litt lettere.

(Deltaker 6)

I temaet om oppfølgingsbehov har deltakerne etterlyst formell hjelp fra fagperson, struktur og rutiner for ivaretagelse på arbeidsplassen. Det gjøres et skille på hverdagslige hendelser kontra mer ekstreme hendelser opp mot oppfølgingsbehov. Tidsaspektet for oppfølging vil også være vesentlig. Som deltaker 6 påpeker så er det mye vanskeligheter rundt dette med individuelle behov og det å utforme et oppfølgingstilbud, og hun sier videre: «Så jeg tror ikke det finnes noe fasitsvar, men jeg tror nok man bør ha en form for minimumsløsning, og så får en ta det ut fra det». Forebygging gjennom blant annet kunnskap om reaksjoner, håndtering, faresignaler og hvordan bearbeide påkjenninger vil være essensielt for å ivareta dette dyktige og sårbare fagmiljøet:

Før var det litt sånn at du bare må tåle det, at det bare skal være sånn, og tåler du det ikke så må du finne deg noe annet å gjøre. Så... Det er kanskje ikke sånn, kanskje er det bare at du trenger litt oppfølging og litt... Så kan du fortsette i veldig mange år til da.
(Deltaker 4)

5.0 Diskusjon

På bakgrunn av problemstillingen om hvilke belastninger kriminalteknikere opplever at deres yrkesgruppe har i sin arbeidshverdag og hvordan oppfølgingsbehov best kan ivaretas, er diskusjonskapittelet organisert ut fra de to delspørsmålene i problemstillingen: Belastninger og oppfølgingsbehov. Disse funnene drøftes i lys av relevant forskning og litteratur som det er redegjort for i teorikapittelet. Deretter følger implikasjoner av funn. Diskusjonskapittelet avsluttes med metodiske betraktninger, der drøfting av studiens validitet er vektlagt. Det redegjøres også for tanker om fremtidig forskning.

5.1 Belastninger i arbeidshverdagen

Som nevnt i teorikapittelet vil samme type belastning (stressor) ha ulik påvirkning på forskjellige mennesker siden individets vurdering og opplevelse av belastningen spiller inn. Her er det et skille mellom de synlige belastningene som det er enkelt for folk og systemene rundt å fange opp, versus de mer usynlige belastningene som handler om kriminalteknikernes egne opplevelser og subjektive liv. I tillegg til de mer universelle påkjenningene.

5.1.1 Synlige belastninger

Det deltakerne forteller om belastninger i sin arbeidshverdag gir også gjenklang fra litteraturen. De trekker frem «ekstraordinære situasjoner» med blant annet ekstra brutale, groteske og ondskapsfulle handlinger, og påpeker at det er forskjell mellom ulike typer drap de møter i sin arbeidshverdag. Her virker det å være kjennetegnene ved måten den kriminelle handlingen har blitt utført på som gjør at deltakerne trekker det frem som belastende. Flere av de samme trekkene ved de arbeidsrelaterte stressorene som beskrives, som sterke inntrykk og menneskeskapt, finner en igjen i Dyregrovs modell (2018, s. 257). I likhet med deltakerne peker Isdal (2017, s. 55) på flere forhold som avgjør om noe fester seg i oss, og trekker blant annet frem at noe er overveldende og sjokkerende, og at det er noe som skiller seg fra det andre vi ser og hører - det er noe «ekstraordinært».

I tillegg vil påkjenningen bli ytterligere forsterket av forestillinger kriminalteknikerne danner seg. Selve den kriminaltekniske jobben handler om å utarbeide hypoteser, og når etterforskningen avsluttes har man en hovedteori og et sannsynlig hendelsesforløp som bygger på de kriminaltekniske sporene. Med utgangspunkt i det gamle forskningseksperimentet til Speisman (1964) der fortolkningsrammen bidrar til økt eller mindre stress, og opp mot det en deltaker forteller om at vedkommende i noen situasjoner ikke klarer å unngå å danne seg forestillinger om den siste tiden til avdøde, er det nærliggende å tro at kriminalteknikerens fortolkning forsterker stressoren med de sterke sanseintrykkene. Her blir forestillingene om «den siste tiden» trolig en tilleggsbelastning, men på samme vis vil det at de tillegger aspekter ved arbeidsoppgavene mening gjennom cognitive reconstructing» (Larzarus og Folkmans, 1984), som det at det er viktig å gi de etterlatte svar eller bidra til oppklaringen av en sak, muligens dempe reaksjoner etter påkjenningen.

Gjennom sin jobb på åstedet eller møte med berørte får de også en nærhet til hendelsen som kan ha stor betydning for i hvilken grad en blir påvirket, den lidelsen som er langt unna berører oss ikke på samme måte som den som er helt nær (Isdal, 2017, s. 53). Også i den nederlandske forskningen trekkes den intense eksponeringen for død over et lengre tidsrom frem som en påkjenning, og igjen ytterligere forsterket dersom det er belastninger som tidpress eller høy arbeidsbelastning, som deltakerne både i studien og litteraturen fremhever som krevende.

5.1.2 Individuelle belastninger

En mindre synlig påkjenning som alle deltakerne fremhever som emosjonelt belastende er når det oppstår en nærhet i situasjonene gjennom gjenkjennelighet. Ifølge Dyregrov (2018, s. 241) skyldes følelsesmessige reaksjoner ofte at spesielle sider ved arbeidet kjennes overveldende. I tråd med deltakerne viser Dyregrov til det å finne sko som passer til ens egne barn, dukker, familiefoto eller annet som minner om at de rammede er mennesker som en selv, kan føre til sterk identifisering og emosjonelle reaksjoner. Konfrontasjon med personlige effekter kan gi en følelse av å kjenne offeret, noe som intensiverer identifiseringen. Evnen til å leve seg inn i andres smerte eller tanken om at «det kunne ha vært meg eller mine» gjør at enkelte hendelser treffer veldig nært.

Dette samsvarer med funn fra Nederland der kriminalteknikerne viser til situasjoner som er lik det personlige livet til en selv fører til sterkere empatisering, og derav større belastning (Sollie et al., 2017, s. 1590). I tillegg så ble slike belastninger med gjenkjennelighet rangert som signifikant mer stressende av de amerikanske kriminalteknikerne enn de mer synlige belastningene som beskrevet ovenfor (Clark et al., 2015, s. 13). Ut fra det Isdal (2017, s. 46) beskriver om bevissthet vil de synlige belastningene (som de brutale) også være mer synlig for den enkelte selv, og det kan være lettere å forstå egne reaksjoner fordi en kan tilskrive det ut fra eksempelvis siste åsted, mens med de mer usynlige belastningene som ved gjenkjennelighet, reagerer en på «noe som ingen skjønner hvorfor noen reagerer på». Gjenkjennelighet vil være mer diffust enn de synlige og mer ekstreme belastningene, og det er trolig ikke alltid like åpenbart hva en kan knytte egne reaksjoner til. Som en deltaker beskrev, så er den «hverdagslige belastningen vanskelig å tidfeste» eller «si nå er den full», det blir som Isdals (2017) metafor om vandråpene som faller på samme stein gjennom flere år, og at de til slutt vil sette varig merke. I likhet med en annen deltaker som sier «vi har jo vasset i dette i X år, så det er klart det blir noen tanker etter hvert».

Det vil trolig også være vanskelig å forberede seg på en slik gjenkjennelighet i situasjonene. Isdal (2017, s. 57) beskriver forberedelse gjennom å låne et ord fra militærspåket, og viser til at vi etablerer en front for å møte og takle det som kommer. Videre at vi gjør oss klare både for forsvar og angrep, og der vi har satt opp fronten er vi sterke. Dersom det kommer et angrep der en ikke har etablert en front kan en virkelig bli rammet. Deltakerne forteller at de kommer når «etterdønningen» har lagt seg, noe som gjør at de i større grad enn andre politibetjenter kan forberede seg på det de møter, men en annen studie trekker frem at forberedelsen fordrer at de

får god informasjon i forkant av oppdraget (Sollie et al., 2017). I situasjoner med aspekter av gjenkjennelighet kan det også tenkes at den viktige støtten fra kollegaer uteblir, siden situasjonen ikke er like synlig innlysende som de brutale situasjonene. Da det heller ikke er noen form for oppfølgingstilbud som fanger opp dette, risikerer en at kriminalteknikerne må streve med slike påkjenninger alene – siden hjelp og støtte fra andre vil være avhengig av at de selv sier fra.

5.1.3 Universelle belastninger

Barnesaker og tilstedeværelsen av pårørende eller etterlatte trekkes også frem som sterke belastninger i arbeidshverdagen av deltakerne. Gjennom vår naturlige evne til empati er vi alle utstyrt med en kapasitet til å kjenne andres følelser og til å reagere på det vi kjenner, ikke bare forstår vi andres sorg eller smerte - vi føler den (Isdal, 2017, s. 151). I likhet med situasjonene som var gjenkjennelige, blir det også her en følelsesmessig overbelastning og en nærhet til hendelsen som gjør at deltakernes mestringsmåte i form av emosjonell distansering og fokus på arbeidsoppgavene blir vanskelig å benytte.

I motsetning til situasjonene med gjenkjennelig, der belastningen er av svært individuell karakter, er dette belastninger som er mer universelle. Forskning trekker også frem at situasjoner som involverer barn lettere kan utløse umiddelbare emosjonelle reaksjoner enn hendelser der utelukkende voksne er involvert (Dyregrov & Mitchell, 1992, s. 5). Dyregrov (2018, s. 255) påpeker at hendelser som rammer barn, utløser tanker om tilværelsens meningsløshet. Videre at alle har i sitt private liv en personlig relasjon til barn som foreldre, søsken, besteforeldre, onkler og tanter eller lignende. Det kan dermed bli lett å forestille seg at hendelsen kunne ha rammet noen av ens kjære, og siden de fleste av og til tenker på at noe forferdelig kan hende med barn de er glade i, så er det ikke vanskelig for en å la indre bilder av disse barna ta de rammede barnas plass. I forskningsstudien til Langvik og Rostad (2020, s. 21) vises det til internasjonal forskning der politibetjenter oppgir det å bli eksponert for barns lidelse som like stressende som å se en kollega bli skadet eller drept i tjeneneste.

Dette underbygges også av forskningen der de nederlandske kriminalteknikerne også trekker frem at tilstedeværelse av etterlatte og det å forestille seg hva familien til avdøde gjennomgår som en stor kilde til stress (Sollie et al., 2017, s. 1581). Det kan tenkes at en opplever en form for hjelpsløshet i møte med de pårørendes lidelse da det er en oppgave de vanligvis ikke håndterer, kjenner seg forberedt på, eller kan kjenne seg mindre kompetente for (Dyregrov,

2018, s. 242; Isdal, 2017, s. 69). De norske etterforskerne i studien til Langvik og Rostad (2020, s. 65) oppga informantene at en som etterforsker av digitale spor får en distanse til fornærmede i sakene, og at de i liten grad har kontakt med fornærmede, siktede eller pårørende i saken. De opplever at distansen til menneskene i saken gir en slags beskyttelse mot å ta innover seg skjebnene disse menneskene står i. De uttalte også at om de skulle måtte forholde seg til menneskene i saken ville dette blitt en uholdbar situasjon. For deltakerne i min studie blir dette annerledes da de tidvis må forholde seg til både pårørende, vitner, siktede og fornærmede / offeret, for eksempel ved sporsikring etter voldtekt eller voldshendelser, og som de selv sier så kan det i slike tilfeller med levende mennesker bli vanskelig å benytte sine vanlige mestringsmåter som distansering.

I Alexander og Wells (1991, s. 552 - 554) forskning etter Piper Alpha-ulykken så de på ettervirkninger politibetjenter som identifiserte omkomne opplevde. På tross av påkjenningen med svært sterke sanseinntrykk konkluderte denne studien med at effekten arbeidet hadde på helsen var ingen økning i sykefravær, angst eller depresjon. Det var faktisk en nedgang i angstskårer fra undersøkelsestidspunktet før ulykken skjedde til undersøkelsestidspunktet etter at de hadde deltatt i håndteringen av de omkomne. Forfatterne peker på at politibetjentene var valgt ut på bakgrunn av erfaring fra slikt arbeid med døde, de fikk god forberedelse, de fikk meget god informasjon om hva de gikk til og hvilke reaksjoner de kunne vente seg. Det var fokus på godt samarbeid i teamene, og politibetjentene som deltok fikk mer støtte enn vanlig fra både kollegaer og annet personell. Dette medførte en nedgang i konflikter og stress som ellers preget deres vanlige arbeidshverdag.

Sett i forhold til det deltakerne i min studie trekker frem som belastninger; kjennetegn ved måten den kriminelle handlingen har blitt utført på (som brutal, ondskapsfull, menneskeskapt), gjenkjennelighet og hendelser som involverer barn eller at de må forholde seg til de etterlatte, er det færre slike situasjoner som informantene i studien fra Piper Alpha måtte håndtere etter ulykken. Det er nærliggende å tro at på en steril obduksjonssal så fikk informantene jobbe helt i fred med sine tekniske undersøkelser – upåvirket av sterke følelser fra etterlatte eller andre. Dermed er det grunn til å anta at de kunne benytte sine mestringsmåter som distansering og fullt fokus på isolerte arbeidsoppgaver. Det er nok også mindre sannsynlig at politibetjentene skulle oppleve å bli berørt av gjenkjennelighetsfaktoren, kontra en åstedsundersøkelse i et hjem med ekstremt mange flere personlige effekter enn i en obduksjonssal. Det var heller ingen barn involvert i denne ulykken. Samtidig peker også deltakerne i denne studien på at det skjer en naturlig seleksjon innad i etaten, fordi «en vet hva en går til» som kriminaltekniker, og at en

«ikke ville jobbet med det dersom en ikke var komfortabel med å jobbe med lik». Studien fra Piper Alpha underbygger viktigheten for støtte forut, underveis og etter arbeidet. Deltakerne i min studie må i tillegg til sterke sanseinntrykk, slik som i Piper Alpha-ulykken, håndtere det daglige stresset og alle disse emosjonelle belastningene som de har gjort rede for uten en slik formell støtte. Det vil svært være viktig med formelle strukturer og oppfølgingstilbud for å dempe den kumulative effekten av stressorer som kriminalteknikerne møter i sitt arbeid.

Valsiner (1984) beskriver to rammeverk innenfor psykologien; «the typological» og «the variational modes of thinking». Innenfor det ene rammeverket har psykologien en tendens til å tenke i generaliserende, universelle former, men innenfor «variational mode» er en mer ute etter variasjon. Deltakerne i denne studien trekker frem stor grad av variasjon i hva som oppleves som belastende i arbeidshverdagen og dermed ulike oppfølgingsbehov, og det er nyttig og verdifullt å få kunnskap om denne variasjonen. Behovene til deltakerne bør gi gjenklang i tilbudet, og med utgangspunkt i en tenkemåte ut fra «variational mode» vil ikke nødvendigvis samme tilbud passe for alle.

5.2 Oppfølgingsbehov

Det vil være situasjoner der deltakerne ikke klarer å nyttiggjøre seg sine mestringsressurser i møte med belastninger i arbeidshverdagen, slik at de må komplementeres med et formelt oppfølgingstilbud for å ivareta deltakerne.

Alle deltakerne beskriver det å distansere seg som en viktig, og i likhet med deltakerne beskriver Dyregrov (2018, p. 247) at aktivitet for å hindre refleksjon er en av de viktigste og vanligste strategiene for håndtering. Også de nederlandske kriminalteknikerne benyttet seg samme håndtering for å minimere den psykologiske innvirkningen det å møte menneskelig lidelse. Samtidig viser situasjoner som omhandler barn og pårørende, samt situasjoner med aspekter av gjenkjennelighet, at denne formen for håndtering ikke alltid er tilstrekkelig.

Deltakerne trekker også frem viktigheten av det sosiale arbeidsmiljøet. De viser til at de ventilerer med kollega som nyttig mestringsstrategi, men for å bruke denne strategien er en avhengig av at kollegaer er villige og i stand til å gi denne typen støtte (Sollie et al., 2017, s. 1595). Hva skjer når kollegaen ikke har tid til samtale fordi arbeidsmengden er for stor? Eller kollegaen er for utmattet til å ivareta andre enn seg selv? I tillegg fordrer dette at kriminalteknikerne selv ber om slik støtte og har mot til å vise sin sårbarhet for andre (Sollie et

al., 2017, s. 1595). Flere av deltakere har pekt på at det er en terskel – både at de selv må be om det, men også av redsel for å dra andre kollegaer ned jf. «vi må holde hodet over vannet alle sammen». Det nevnes også av en deltaker at taushetsplikten i tillegg begrenser hva de kan dele med nære andre, så da er det viktig at arbeidsplassen tar det overordnede ansvaret med å følge opp kriminalteknikerne og ivareta dem i et støttende miljø – uten å skyve dette ansvaret over på individet selv eller de nære relasjonene (Djup, 2020).

Deltakerne etterlyser mer formell hjelp til håndtering av belastninger i sin arbeidshverdag, og de trekker blant annet frem faglig oppfølging «for å sjekke status på ryggsekken», og peker på at den bør være obligatorisk. Funn om hjelpeadferden i politiet i studien til Berg et al. (2006 b, s. 145) underbygger dette da politibetjenter sjelden oppsøkte psykolog på tross av store behov. Et slikt oppfølgingstilbud ville kunne være til hjelp for en større bevissthet på hvordan belastninger i arbeidshverdagen påvirker de (jf. «det daglige» som nevnt i teorien), og ved en slik bevissthet kan en i mye større grad forberede seg. Dermed må oppfølgingen gi tid og rom for å utforske det for å komme til den utløsende faktoren.

Denne faglige oppfølgingen av kriminalteknikerne bør være uavhengig av etaten, men samtidig ha kjennskap til arbeidsbelastningene kriminalteknikerne står i. I tillegg til lav hjelpeadferd er også faktoren om de organisatoriske belastningene noe som gjør at denne oppfølgingen burde være obligatorisk, for hvor lett er det å prioritere seg selv når en står midt i en heftig sak med stort tidspress? Og hvor lett er det å konsentrere seg i en slik samtale dersom «det koker» og tankene vandrer til alt annet en skulle gjort? Hele grunnlaget vil være at tilstrekkelig med arbeidsressurser er på plass i utgangspunktet da tilpasset arbeidsmengde er helt fundamentalt for helsen. Deltakerne peker på at de i hverdagen har lett for å bli «oppslukt», så i tillegg til denne statussjekken bør det «jevnt og trutt» være samtaler og strukturer som fanger de opp. Det vil kreve en fleksibilitet i oppfølgingstilbudet, og det bør være mulighet for å kontakte de eksterne ressurser utover de tidspunktene som er fastsatt.

Deltakerne beskriver ofte langvarige oppdrag, og ivaretagelse underveis i arbeidet vil også være essensielt. Det vil være viktig å gi rom for avspenning og innhenting, da helseforebygging vil være å iverksette tiltak som skaper brudd i den kroniske aktiveringen (Isdal, 2017, s. 167). Hvordan skal kriminalteknikerne få hjelp til å regulere seg i det tidkrevende åstedsarbeidet? Dette fordrer igjen at det må være tilstrekkelig med ressurser i arbeidshverdagen, og slik deltakerne beskriver virker det best å være ivaretatt gjennom at en er tre personer i hvert vaktlag

slik at de ikke blir gående i helspenn men tar seg tid til pauser. I tillegg vil det trolig dempe noen organisatoriske stressorer, de det blir en ansvarsfordeling og hjelp i beslutningstaking. Politi i urbane områder opplever oftere et høyt arbeidspress, og de vurderte også mangelen på støtte som mer alvorlig enn politi i mindre distrikter (Berg et al., 2005, s. 118). Andre tiltak vil være å dempe belastningen ute på åsted ved at en blant annet legger til rette med varmetelt, tilgang til mat (som ikke gir assosiasjoner til arbeidsoppgavene) og mulighet for hvile.

Forebygging starter med kunnskap, og deltakerne etterlyser behovet for psykoedukasjon for å bli bevisst egne, men også kollegaer reaksjoner. Det vil også bidra til hverandreivaretagelse. Isdal (2017, s. 235) viser til at arbeidsgiver og leder har et ansvar for å oppmuntre og legge til rette for at ansatte får tid og rom til å utvikle et støttende kollegamiljø. Da dette også er en mestingsressurs alle benytter seg av, vil det være viktig at en fortsatt legger til rette for det ved at det er tid til den «uhøytidelige kaffekoppen» med kollegaer. Og på samme vis vil det også være viktig fra leders side, kanskje for å bli mer klar over det livsstresset den ansatte står i her og nå, og gjennom det bidra til «skjerming». I studien av de nederlandske kriminalteknikerne pekes det på at det er en fare for at gjennom flere år i dette arbeidet kan en bli nonchalante over risikoen som er involvert, og det kan bli vanskelig å oppdage problemer før det er for sent. Forfatterne av studien oppgir at det av den grunn vil årvåkenhet til kolleger og de nærmeste være en uvurderlig ressurs. Signalene de gir, kan være en mulighet for refleksjon og iverksette forebyggende tiltak der det er nødvendig (Sollie et al., 2017, s. 1597). En annen mulig tolkning vil være at de nederlandske kriminalteknikerne ikke er nonchalante over risikoen, men at det i større grad handler om manglende bevissthet om hverdagslige påkjenninger (Isdal, 2017, s. 46). I særlig krevende jobber skulle kanskje alle ansatte fått tilbud om eksempelvis kollegastøttekurset eller lignende, også da evalueringen av KSO-ordningen viser at generelt rangeres kollegaer som viktigere støtte enn den som er kollegastøtte (Strype & Barland, 2007). Som studien til Langvik og Rostad (2020, s. 33) viser er fokuset på stressbelastninger begrenset til operativt arbeid, og en naturlig konsekvens av dette er at det heller ikke er satt fokus på opplæring i hvilke teknikker som kan benyttes for å redusere belastningene ved etterforskningsarbeidet. Ut fra det deltakerne forteller virker det også å være svært lite fokus i utdanningsløpet på Politihøgskolen og i etaten generelt på ivaretagelse, en deltaker uttalte at temaet var «stemoderlig behandlet».

I tillegg vil det fortsatt være viktig med faglig støtte gjennom kurs og etterutdanninger, da det kan spille inn på hvor trygt de står i sine beslutninger. Noen nevner grubling som svært

tyngende, og til en viss grad kan det være konstruktivt å tenke gjennom ens egne handlinger for å hente lærdom, men når tankene tar form som destruktiv og repeterende grubling er veien kort til å føle på selvbekreidelse og skam (Djup, 2020). I en studie av nødetater nevnes det at små feil kan få store konsekvenser, og det er nærliggende å tro at også deltakerne i denne studien vil kjenne på dette på bakgrunn av det de har fortalt om det store ansvaret de sitter med (Mitchell & Dyregrov, 1993, s. 907).

5.3 Implikasjoner av funn

Det jeg har funnet betyr i praksis at oppfølgingstilbudet må favne den subjektive variasjonen i hva en opplever som en ekstra krevende hendelse. I det ene øyeblikket ekstremt brutale situasjoner og i det andre øyeblikket noe hverdagslig, slik at det er et stort spenn i hvordan de vil oppleve ulike situasjoner. I tillegg er det også et intrapersonlig spenn, da det de står i privat også vil påvirke jobbhåndteringen.

Dette betyr at oppfølgingstilbudet må være både subjektivt og dynamisk:

1. Det må inneholde en stor grad av fleksibilitet.
2. Det må inneha både formelle og uformelle strukturer slik at helheten blir større enn delene. Gjennom å legge til rette for et godt arbeidsmiljø i samspill med et nytt formelt tilbud kan en utnytte synergieffekten av eksisterende mestringsressurser og det nye oppfølgingstilbudet.
3. Det må vektlegges forebyggende intervensjoner: Tilpasset arbeidsmengde, psykoedukasjon, jevnlig oppfølging av ekstern fagperson og statussjekk, oppmuntre og legge til rette for at ansatte får tid og rom til å utvikle et støttende kollegamiljø, tilbud om kollegastøttekurs eller lignende for alle, og størst mulig forutsigbarhet i arbeidshverdagen.
4. Intervensjonene må rettes både mot individ og system (i form av eksempelvis rutiner og strukturer i organisasjonen).
5. Deler av oppfølgingstilbudet burde trolig være obligatorisk. Dette grunnet stor arbeidsmengde som kan gjøre prioriteringen av seg selv vanskelig, men også som deltakerne selv trekker frem, at det vil være hensiktsmessig for å fange opp alle. Ved et slikt tilbud tar man også restene etter tidligere eller nålevende rolleforventninger på alvor, der enkeltpersoner kan oppleve at det er normer og forventninger om hvordan man skal takle jobben og hva man skal føle om vanskelige hendelser (se forskning på emosjonsregler hos Hochschild, 1979).

6. Leder som kjenner sine ansatte og har oversikt over arbeidsmengde for å kunne gi best mulig støtte.

5.4 Metodiske betraktninger

Denne masteroppgaven er et bidrag til et område som har blitt lite undersøkt tidligere, både utvalget med kriminalteknikere og belastninger i deres arbeidshverdag, men også hvilke oppfølgingsbehov de har. Dette er et viktig tema da det som nevnt innledningsvis er essensielt for å ivareta god helse.

Intern og ekstern validitet

En vanlig kritikk av forskningsintervju er at funnene ikke er valide fordi intervjupersonenes informasjon kan være usanne. Det kan være at intervjupersonen ikke forteller sannheten om faktiske forhold, men utsagnene kan likevel uttrykke sannheten om personens oppfatning av seg selv (Kvale & Brinkmann, 2015, s. 281). Det blir en form for svar-skjevhet, og kan også handle om at deltakerne responderer slik at det samsvarer med politiets eget narrativ /prototypen politi (social desirability responding). Hvilket inntrykk skal politibetjentene gi av seg selv og avsnittet? Dersom karakteristikk som er verdsatt i politiet eksempelvis er rasjonell, modig og tøff vil dette stå i sterk kontrast til det å svare at en er lei seg fordi en har opplevd noe vanskelig på jobb, og kanskje det å snakke om ivaretagelse etter dette (jf. forståelse og fortolkning av utsagn i kontekst). Det er en risiko for at politibetjentene ikke ønsker å engasjere seg i narrativ som er i kontrast til de aksepterte måtene å være politi.

Som nevnt i teorien er kravene til god helse og riktig opplæring for inntak ved Politihøgskolen (PHS) utvilsomt viktige, men dette «perfekte» bildet som starter allerede ved PHS, kan imidlertid også utgjøre en ulempe for politiets ansatte ved at det kan oppmuntre til en generell holdning til at i politiet finnes ikke arbeidsrelaterte eller personlige problemer, spesielt ikke psykiske lidelser. En konsekvens av denne holdningen kan være at politiet underreporterer symptomer, især psykiske helsesyntomer (Berg et al., 2006 a, s. 26). Slike barrierer mot å si fra kan ha hatt betydning for resultatene i denne studien. Samtidig var dette også noe jeg hadde forberedt gjennom et spørsmål i intervjuguiden som gikk på hvilke forventninger de følte hvilte på seg som politi i forhold til det de skulle takle i jobben (prototypen politi). En pekte på forventninger om at en som politi skulle takle alt uten problemer var et problem før, men at «vi begynner å bli en utdøende rase». En annen deltaker fortalte at det var en viss logikk i at en

måtte evne å sette andre følelser tilside under oppdraget, men påpekte samtidig behovet for et oppfølgingstilbud. Deltaker 5 responderte følgende:

Det forventes jo at vi skal takle alt, men samtidig så har det jo blitt... Samfunnet har endret seg litt da. Det er jo mye mer fokus på at alle har en grense på en måte. Så jeg tror ikke, jeg tror selv, nå har vi en ledelse i distriktet her som også skjønner det. For de har jo vært åpne for at vi skulle få noe opplæring nå fra noen som har peiling.
(Deltaker 5)

Selv om en slik feilkilde ikke kan utelukkes, snakket deltakerne med meg frivillig og delte åpent om påkjenninger de møtte i sin arbeidshverdag, og også det faktum at de understreket at det var et behov for ivaretagelse. Deltakerne var allerede i en prosess om etablering av oppfølgingstilbud da jeg gjennomførte intervjuene, og sånn sett var det trolig en større åpenhet på avsnittet om tematikken. Forskningen til Berg et. al (2006 a) om jobbstress i norsk politi er allerede 15 år gammel, og som deltakerne i dette prosjektet påpeker så har det skjedd en endring både i samfunnet og innad i politiet. Selv om en nyere norsk studie (Langvik & Rostad) fra 2020 også påpeker dette med barrierer, så var dette også noe deltakerne selv løftet frem ved flere anledninger, og var åpne på at det var «innbakt» at en ikke skulle si fra og at det hadde vært vanskeligheter med å si fra tidligere i yrkeskarrieren. Dette kan indikere at studien har høy pålitelighet og høy intern validitet. Samtidig kan intervjusituasjonen kan ha hatt begrensninger knyttet til opplevelse av anonymitet, spesielt med tanke på at intervjuene foregikk på tjenestested i politiavsnittet, noe som også kan ha noe å si for feilkilden sosialt ønskelig svargiving (social desirability responding). Det problematiske ved å validere kvalitativ forskning skyldes ikke nødvendigvis svakheter ved de kvalitative metodene, men at det tvert imot kan være den kvalitative metodens særegne evne til å beskrive og stille spørsmål ved den sosiale virkeligheten som undersøkes (Kvale & Brinkmann, 2015, s. 281).

Studien og resultatene vil være begrenset av at det kun inkluderer informanter fra ett politidistrikt og at det kun er syv deltakere, men i tråd med oppgavens omfang og tilgjengelig tid var dette helt nødvendige valg. Syv personer viste seg å være tilstrekkelig til å svare på problemstillingen. Det kunne styrket studien dersom en presenterte resultatene for kriminalteknikere i et annet politidistrikt, for å sjekke om resultatene var gjenkjennbare der, og et slikt samsvar ville styrket gyldigheten og overføringsverdien. Samtidig underbygges det deltakerne forteller av flere andre forskningsstudier, noe som kan tyde på ekstern validitet. Alle

deltakerne var i fullt arbeid, jeg mistet en deltaker som ble sykemeldt før intervjuet, og det kan tenkes at resultatene ville vært mer varierte om også den sykemeldte var inkludert.

Funnene som er gjort i internasjonale studier, er ikke nødvendigvis overførbare til norske forhold, ettersom arbeidshverdagen er ulik for de ulike yrkesgruppene avhengig av hvilket land de arbeider i (Skogstad et al., 2011, s. 29). I søk etter litteratur ble det forsøkt å begrense forskningen til skandinaviske land, samtidig er det som poengtert i innledningen svært lite fokus på belastninger erfart av politifolk som har andre oppgaver enn arbeid med fare for egen sikkerhet (slik som de operative), så ved mer spesifikke søk på «crime scene technicians» og «body handlers» er det ingen begrensning på område.

Videre forskning

Nyere forskning (Lee et al., 2020, s. 10) viser til at bare noen få studier har undersøkt effektiviteten av evidensbaserte behandlinger, og det bør gjøres evalueringsstudier på hvordan ulike oppfølgingstilbud i politiet fungerer. Da det virker å være varierende, kunne det vært hensiktsmessig med en gjennomgang av de eksisterende oppfølgingstilbudene i etaten, hva fungerer bra og hva fungerer ikke? Forskning som eksempelvis kan lede til forbedring av intervensjonsmetoder som allerede eksisterer. Kriminalteknikerne i denne studien er i gang med å etablere et tilbud, og en ny studie etter implementeringen av dette oppfølgingstilbudet for å evaluere effekten ville vært nyttig.

6.0 Konklusjon

Et hovedfunn i denne studien er at det vil være en del belastninger som deltakerne tenker likt om, som brutale hendelser, hendelser som involverer barn og møte med pårørende, men hovedaspektet er at det vil være stor grad av variasjon som et godt oppfølgingstilbud må være fleksibelt nok til å favne. Deltakerne peker på at det er behov for oppfølging, men det er ikke noe tydelig og distinkt skille på etter hvilke belastninger det vil være behov for oppfølging. I tillegg trekker de frem at det er flere aspekter som virker inn sammen, blant annet hjemmeliv og den totale arbeidsmengden, og en forenkling av dette kompliserte samspillet er demonstrert i modellen til Dyregrov. Videre har de også mestringsmåter som de allerede benytter, og et oppfølgingstilbud bør utnytte synergieffekten av eksisterende mestringsressurser og det nye tilbudet – og på den måte vil helheten bli større enn delene. Med gode rutiner for både forebygging og oppfølging kan en ivareta kriminalteknikerens helse på tross av en belastende arbeidshverdag.

7.0 Referanseliste

- Abdollahi, M. K. (2002). Understanding Police Stress Research. *Journal of forensic psychology practice*, 2(2), 1-24. https://doi.org/10.1300/J158v02n02_01
- Alexander, D., & Wells, A. (1991). Reactions of Police Officers to Body-Handling after a major disaster a before-and-after comparison. *British Journal of Psychiatry*, 159 (4), 547-555. Doi: 10.1192/bjp.159.4.547
- Alvesson, M. & Sköldbberg, K. (2009). *Reflexive methodology : new vistas for qualitative research* (2nd ed. utg.). Sage.
- Anker, T. (2020). *Analyse i praksis : en håndbok for masterstudenter* (1. utgave, 1. opplag. utg.). Cappelen Damm akademisk.
- Arbeidsmiljøloven. (2005). Lov om arbeidsmiljø, arbeidstid og stillingsvern mv. LOV-2005-06-17-62. Lovdata. <https://lovdata.no/dokument/NL/lov/2005-06-17-62>
- Berg, A. M., Hem, E., Lau, B. & Ekeberg, Ø. (2006 a). An exploration of job stress and health in the Norwegian police service: a cross sectional study. *J Occup Med Toxicol*, 1(1), 26-26. <https://doi.org/10.1186/1745-6673-1-26>
- Berg, A. M., Hem, E., Lau, B. & Ekeberg, Ø. (2006 b). Help-Seeking in the Norwegian Police Service. *J Occup Health*, 48(3), 145-153. <https://doi.org/10.1539/joh.48.145>
- Berg, A. M., Hern, E., Lau, B., Haseth, K. & Ekeberg, Ø. (2005). Stress in the Norwegian police service. *Occup Med (Lond)*, 55(2), 113-120. <https://doi.org/10.1093/occmed/kqi023>
- Bjørndal, A., Flottorp, S. & Klovning, A. (2013). *Kunnskapshåndtering i medisin og helsefag* (3. utg. utg.). Gyldendal akademisk.
- Braun, V. & Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. *Qualitative research in psychology*, 3(2), 77-101. <https://doi.org/10.1191/1478088706qp063oa>
- Braun, V. & Clarke, V. (2013). *Successful qualitative research : a practical guide for beginners*. Sage.
- Burke, R. J. & Mikkelsen, A. (2006). Burnout Among Norwegian Police Officers: Potential Antecedents and Consequences. *International Journal of Stress Management*, 13(1), 64-83. <https://doi.org/10.1037/1072-5245.13.1.64>
- Clark, R., Distelrath, C., Vaquera, G., Winterich, D. & Dezolt, E. (2015). Critical-incident trauma and crime scene investigation: A review of police organizational challenges and interventions. *Journal of Forensic Identification*, 65, 929-951.
- Djup, H. W. (2020). *Ivaretagelse av hjelpere*. Klinikk for krisepsykologi

- Dyregrov, A. (2018). *Katastrofepsykologi* (3. utg. utg.). Fagbokforl.
- Dyregrov, A. & Mitchell, J. T. (1992). Work with traumatized children — Psychological effects and coping strategies. *Journal of Traumatic Stress*, 5(1), 5-17.
<https://doi.org/10.1007/BF00976807>
- Dyregrov, A. (1990). Hjelperes psykologiske reaksjoner under og etter katastrofer. *Tidsskrift for Norsk Psykologforening* 27, 255-265.
- Dyregrov, A. (1986). Belastninger i politimannskapers arbeidssituasjon. *Politibladet*, 12.
- Ersland, S., Weisæth, L. & Sund, A. (1989). The stress upon rescuers involved in an oil rig disaster: "Alexander L. Kielland": 1980. *Acta Psychiatrica Scandinavica*, 80(355, Suppl), 38-49. <https://doi.org/10.1111/j.1600-0447.1989.tb05252.x>
- Hansson, J., Hurtig, A.-K., Lauritz, L.-E. & Padyab, M. (2017). Swedish Police Officers' Job Strain, Work-Related Social Support and General Mental Health. *Journal of police and criminal psychology*, 32(2), 128-137. <https://doi.org/10.1007/s11896-016-9202-0>
- Henry, V. E. (2004). *Death Work*. Oxford University Press.
<https://doi.org/10.1093/med:psych/9780195157659.001.0001>
- Haavik, M. & Toven, S. (2020). *Ivaretakelse av hjelpere : er vi ikke betalt for å tåle dette?* Universitetsforlaget.
- Hochschild, A. R. (1979). Emotion work, feeling rules, and social structure. *American Journal of Sociology*, 85(3), 551–575. <https://doi.org/10.1086/227049>.
- Isdal, P. (2017). *Smittet av vold : om sekundærtraumatisering, compassion fatigue og utbrenthet i hjelperyrkene*. Fagbokforl.
- Johannessen, A., Christoffersen, L. & Tuft, P. A. (2016). *Introduksjon til samfunnsvitenskapelig metode* (5. utg. utg.). Abstrakt.
- Kvale, S., Brinkmann, S., Anderssen, T. M. & Rygge, J. (2015). *Det kvalitative forskningsintervju* (3. utg., 2. oppl. utg.). Gyldendal akademisk.
- Langvik, E. & Rostad, I. S. (2020). Å jobbe med etterforskning av vold og overgrep mot barn. Sentrale belastninger og ressurser hos ansatte i Trøndelag Politidistrikt. Resultater fra forskningsprosjektet STRESOB. I. NTNU.
- Lazarus, R. S. & Folkman, S. (1984). *Stress, Appraisal, and Coping*. Springer Publishing Company. <https://books.google.no/books?id=i-ySQQQuUpr8C>
- Lee, W., Lee, Y.-R., Yoon, J.-H., Lee, H.-J. & Kang, M.-Y. (2020). Occupational post-traumatic stress disorder: an updated systematic review. *BMC Public Health*, 20(1), 768-768.
<https://doi.org/10.1186/s12889-020-08903-2>

- Malterud, K. (2017). *Kvalitative forskningsmetoder for medisin og helsefag* (4. utg. utg.). Universitetsforl.
- Mitchell, J. & Dyregrov, A. (1993). Traumatic Stress in Disaster Workers and Emergency Personnel. https://doi.org/10.1007/978-1-4615-2820-3_76
- Naushad, V. A., Bierens, J. J., Nishan, K. P., Firjeeth, C. P., Mohammad, O. H., Maliyakkal, A. M., ChaliHadan, S. & Schreiber, M. D. (2019). A Systematic Review of the Impact of Disaster on the Mental Health of Medical Responders. *Prehosp Disaster Med*, 34(6), 632-643. <https://doi.org/10.1017/S1049023X19004874>
- Padyab, M., Backteman-Erlanson, S. & Brulin, C. (2016). Burnout, Coping, Stress of Conscience and Psychosocial Work Environment among Patrolling Police Officers. *Journal of police and criminal psychology*, 31. <https://doi.org/10.1007/s11896-015-9189-y>
- Papazoglou, K. & Tuttle, B. M. (2018). Fighting Police Trauma: Practical Approaches to Addressing Psychological Needs of Officers. *SAGE open*, 8(3), 215824401879479. <https://doi.org/10.1177/2158244018794794>
- Pavšič Mrevlje, T. (2016). Coping with Work-related Traumatic Situations among Crime Scene Technicians. *Stress Health*, 32(4), 374-382. <https://doi.org/10.1002/smi.2631>
- Skogstad, M., Skorstad, M., Lie, A., Conradi, H. S., Heir, T. & Weisaeth, L. (2013). Work-related post-traumatic stress disorder. *Occup Med (Lond)*, 63(3), 175-182. <https://doi.org/10.1093/occmed/kqt003>
- Skogstad, M., Skorstad, M., Lie, A., Conradi, H. S., Lau, B., Heir, T. & Weisæth, L. (2011). Posttraumatisk stresslidelse (PTSD) og arbeidslivet. I.
- Sollie, H., Kop, N. & Euwema, M. C. (2017). Mental Resilience of Crime Scene Investigators: How Police Officers Perceive and Cope With the Impact of Demanding Work Situations. *Criminal justice and behavior*, 44(12), 1580-1603. <https://doi.org/10.1177/0093854817716959>
- Speisman, J. C., Lazarus, R. S., Mordkoff, A. & Davison, L. (1964). Experimental reduction of stress based on ego-defense theory. *Journal of abnormal and social psychology*, 68(4), 367-380. <https://doi.org/10.1037/h0048936>
- Strype, J. & Barland, B. (2007). En evaluering av kollegastøtteordningen i politi- og lensmannsetaten. I. Politihøgskolen.
- Valsiner, J. (1984). Two Alternative Epistemological Frameworks in Psychology: The Typological and Variational Modes of Thinking. *The Journal of Mind and Behavior*, 5(4), 449-470. <http://www.jstor.org/stable/43853057>

Watts, S. (2014). User Skills for Qualitative Analysis: Perspective, Interpretation and the Delivery of Impact. *Qualitative research in psychology*, *11*(1), 1-14.
<https://doi.org/10.1080/14780887.2013.776156>

8.0 Vedlegg

8.1 Intervjuguide

Hva tenker du om tema oppfølging etter påkjenninger i arbeidshverdagen i politiet?

Opplever du at ulike grupper ansatte kan ha ulike behov (alder, kjønn, bakgrunn, ansiennitet)?

Hva tenker du kjennetegner en situasjon som utløser et behov for oppfølging?

- Er det andre hendelser?
- Er det noen situasjoner en burde være særlig oppmerksom på?

Hva slags oppfølging opplever du at en har her hos dere?

- Formelle, strukturelle aspekter

Hva er de viktigste uformelle ressursene og strategiene for å håndtere belastningene?

Hva tenker du avgjør om en får tilbud om oppfølging? / Ingenting som svar på oppfølging: Hvor ekstremt skal det være før en får noe oppfølging?

- Er det fastlagt etter rutiner?
- Hvem definerer hvilke hendelser som er spesielle nok?

Hvordan tenker du et oppfølgingstilbud ville sett ut, ideelt sett?

- Er det noen utfordringer med å få til dette?

Hva tenker du om kollegastøtteordningen?

Har du hatt noe i din utdanning om egenomsorg / ivaretagelse eller kurs i etterkant?

Hvilke forventninger føler du hviler på deg som politi i forhold til det du skal takle i jobben (prototypen politi)?

Om du ble satt som sjef for oppfølging hos dere og skulle lage rutiner for oppfølging, ville du endret på noe og hva ville du eventuelt ha innført?

Er det noe du vil legge til, som jeg ikke har spurt om?

Kjønn, alder, ansiennitet.

8.2 Informasjonsskriv og samtykkeskjema

Vil du delta i forskningsprosjektet *Hvordan opplever politibetjenter å bli ivaretatt etter påkjenninger i sitt daglige virke?*

Dette er et spørsmål til deg om å delta i et forskningsprosjekt hvor formålet er å belyse hvilket oppfølgingsbehov politibetjenter opplever at deres yrkesgruppe har etter kritiske hendelser eller daglige påkjenninger i jobben, og hvordan de opplever at disse behovene best kan ivaretas ved arbeidsplassen. I dette skrevet gir vi deg informasjon om målene for prosjektet og hva deltakelse vil innebære for deg.

Formål

Jeg tar en master i psykisk helsearbeid ved OsloMet, og ønsker i forbindelse med min masteroppgave å intervjuer åtte politibetjenter ved Kriminalteknisk om deres opplevelse av ivaretagelse etter dramatiske hendelser og påkjenninger i arbeidshverdagen (ikke nødvendigvis bare de større hendelsene). Det er ønskelig å belyse strukturene som skal fange opp behovet for hjelp, og om dette samsvarer med funn i teori om hvordan ivaretagelse bør skje på en hensiktsmessig måte.

Hvem er ansvarlig for forskningsprosjektet?

Fakultetet for helsevitenskap, OsloMet er ansvarlig for prosjektet.

Hvorfor får du spørsmål om å delta?

Vi spør deg om å delta i denne studien da vi gjerne vil vite hva du tenker om oppfølgingsbehovet til din yrkesgruppe, og hvordan du opplever at disse behovene best kan ivaretas ved arbeidsplassen. Det vil bli valgt ut åtte informanter ved din avdeling.

Hva innebærer det for deg å delta?

Dersom du ønsker å delta vil jeg gjerne treffe deg til et personlig intervju, det vil ta i underkant av en time. Du vil bli spurt om spørsmål som:

«Ut fra din erfaring, hvilke behov tenker du man har for oppfølging etter vanskelige situasjoner som kan oppstå i en slik jobb?»

«Hvilke situasjoner tenker du utløser det største behovet for oppfølging?»

«Om du ble satt som sjef for oppfølging hos dere og skulle lage rutiner for oppfølging, hva ville du implementert da?»

«Har du hatt noe i din grunnutdanning om egenomsorg / ivaretagelse eller kurs i etterkant?»

Intervjuet blir tatt opp på lydbånd, og deretter skrevet ned i anonymisert form. Etter at intervjuet er nedskrevet vil opptaket bli slettet. Dataene som samles inn skal kun benyttes i masteroppgaven.

Du er ikke løst fra din taushetsplikt ved deltakelse på dette forskningsprosjektet.

Det er frivillig å delta

Det er frivillig å delta i prosjektet. Hvis du velger å delta, kan du når som helst trekke samtykket tilbake uten å oppgi noen grunn. Alle dine personopplysninger vil da bli slettet. Det vil ikke ha noen negative konsekvenser for deg hvis du ikke vil delta eller senere velger å trekke deg.

Ditt personvern – hvordan vi oppbevarer og bruker dine opplysninger

Jeg vil bare bruke opplysningene om deg til formålene vi har fortalt om i dette skrivet. Jeg behandler opplysningene konfidensielt og i samsvar med personvernregelverket.

Ditt navn vil jeg erstatte med en kode som lagres på en egen navneliste adskilt fra de øvrige dataene. Jeg lagrer datamaterialet på krypterte minnepinner. Lydfilene destrueres med engang disse er skrevet inn på data. Det er kun jeg og min veileder Dag Nordanger som har tilgang til de dataene som kan identifisere enkeltpersoner, som for eksempel samtykkeskjema og eventuelt din kontaktinfo. Dersom jeg bruker direkte sitater fra intervjuet kan du få mulighet til å lese gjennom disse. I den publiserte masteroppgaven vil alle informantene være anonyme.

Hva skjer med opplysningene dine når vi avslutter forskningsprosjektet?

Opplysningene anonymiseres når prosjektet avsluttes/oppgaven er godkjent, noe som etter planen er mai 2021. Ved prosjektslutt slettes navnelisten, og alt av materiale gjøres helt anonymt.

Dine rettigheter

Så lenge du kan identifiseres i datamaterialet, har du rett til:

- innsyn i hvilke personopplysninger som er registrert om deg, og å få utlevert en kopi av opplysningene,
- å få rettet personopplysninger om deg,
- å få slettet personopplysninger om deg, og
- å sende klage til Datatilsynet om behandlingen av dine personopplysninger.

Hva gir oss rett til å behandle personopplysninger om deg?

Vi behandler opplysninger om deg basert på ditt samtykke.

På oppdrag fra *OsloMet* har NSD – Norsk senter for forskningsdata AS vurdert at behandlingen av personopplysninger i dette prosjektet er i samsvar med personvernregelverket.

Hvor kan jeg finne ut mer?

Hvis du har spørsmål til studien, eller ønsker å benytte deg av dine rettigheter, ta kontakt med:

- Faktultet for helsevitenskap, OsloMet, ved professor II Dag Nordanger, mobil 97636300, Dag.Nordanger@oslomet.no
- Vårt personvernombud: Ingrid Jacobsen, telefon 67235534, ingrid.jacobsen@oslomet.no

Hvis du har spørsmål knyttet til NSD sin vurdering av prosjektet, kan du ta kontakt med:

- NSD – Norsk senter for forskningsdata AS på epost (personverntjenester@nsd.no) eller på telefon: 55 58 21 17.

Med vennlig hilsen

Dag Nordanger
Prosjektansvarlig

Karoline Fjeldstad
Student

Samtykkeerklæring

Jeg har mottatt og forstått informasjon om prosjektet *Hvordan opplever politibetjenter å bli ivaretatt etter påkjenninger i sitt daglige virke?* og har fått anledning til å stille spørsmål. Jeg samtykker til:

- å delta i intervju for denne studien
- at opplysninger om meg publiseres i anonymisert form
- jeg er klar over at jeg ikke er løst fra min taushetsplikt

Jeg samtykker til at mine opplysninger behandles frem til prosjektet er avsluttet, tentativt mai 2021.

(Signert av prosjektdeltaker, dato)

8.3 Godkjenning fra NSD

Prosjekttittel

Hvordan opplever politibetjenter å bli ivare tatt etter kriseeksponering i sitt daglige virke?

Referansenummer

912001

Registrert

05.09.2020 av Karoline Fjeldstad - s164566@oslomet.no

Behandlingsansvarlig institusjon

OsloMet – storbyuniversitetet / Fakultet for helsevitenskap / Institutt for sykepleie og helsefremmende arbeid

Prosjektansvarlig (vitenskapelig ansatt/veileder eller stipendiat)

Dag Nordanger , Dag.Nordanger@oslomet.no, tlf: 97636300

Type prosjekt

Studentprosjekt, masterstudium

Kontaktinformasjon, student

Karoline Fjeldstad, fjeldstad@mac.com, tlf: 97034586

Prosjektperiode

20.08.2020 - 15.05.2021

Status

03.12.2020 - Vurdert

Vurdering (2)

03.12.2020 - Vurdert

NSD har vurdert endringen registrert 26.11.2020.

Det er vår vurdering at behandlingen av personopplysninger i prosjektet vil være i samsvar med personvernlovgivningen så fremt den gjennomføres i tråd med det som er dokumentert i meldeskjemaet med vedlegg den 03.12.2020. Behandlingen kan fortsette.

