

Frykten bredte seg raskt: Må vi dumpe et kull?



Fanny Tufte Johansen

profesjonsstudent 5. semester ved Universitetet i Bergen

I minuttene etter innføring av de strengeste restriksjonene på fri ferdsel i fredstid, marsjerte tusenvis av studenter hodeløst over Torgallmenningen i Bergen med trillekofferten etter seg.

KORONAHVERDAG

Hvordan opplever du psykologhverdagen etter at koronaepidemien snudde livet på hodet? Hva forbauser deg? Hva setter deg og pasientene dine på prøve? Skriv personlig, konsist og kort, og send teksten til: per@psykologtidsskriftet.no.



Fanny Tufte Johansen. Foto: Nora Skjerdingsstad

De skulle hjem til mor og far, og til hytta på fjellet. I likhet med Torgallmenningen etter folkevandringen forble hyttene tomme.

Selv rakk jeg akkurat å bli ferdig med praksisperioden i klinisk nevropsykologi før Norge ble koronastengt, noe nær halvparten av mine medstudenter ikke gjorde. Frykten bredte seg raskt. Må vi dumpe et kull? I motsetning til uforutsigbarheten som utspiller seg på omtrent alle andre samfunnsarenaer, varte denne heldigvis ikke lenge, da de raskt fikk beskjed om å levere inn en oppgave som et kompenserende tiltak. Så kan bekymringene heller gå til permitteringer fra deltidsjobben, en

rød X over alle sommerplanene som var oppført i kalenderen, og om vi blir fullverdige psykologer uten to ukers observasjonspraksis fra tredjeåret.



Ex on the Beach

Jeg fylte 24 år uten én klem

Når hjemmekontor går fra å være en frihet til et påbud, endrer hjemmekontoret sin karakter. Som student er jeg vant til å strukturere hverdagen selv, men ikke i en tilværelse med fravær av holdepunkter. Ingen forelesninger å gå til. Ingen å møte på lesesalen. Møtepunkter har forsvunnet, og kollektivet har blitt familien – heldigvis for noen, uheldigvis for andre. I uken etter 12. mars eksisterte jeg i et vakuum, og når verden stopper opp rundt deg, er det visst noen innebygde mekanismer som stopper deg i forsøket på å åpne pensumboken i kognitiv psykologi for å lese litt om «de tre variablene som tiltrekker oppmerksomhets-spotlighten». Dersom min spotlight var rettet mot noe den uken, må det ha vært liveoppdatering på VG.no, tusenbrikkers puslespill og hjernedøde TV-program som Ex on the Beach. Og jeg fylte 24 år uten én klem.

Det kunne absolutt vært verre. Folk bor med folk de ikke liker. Tvangssosialisering eller isolasjon på rommet? Andre bor alene og har ikke engang valget. Ute i Bergens gater har jeg passert flere (med to meters avstand!) som står ute på gaten og roper opp til en stakkar i vinduet i tredje etasje. La oss finne frem ropestemmen og rope inn de vinduene det trengs.

Isolasjon og psykiatri klinger ikke så godt

Helgen kom og jeg dro på jobb, endelig litt etterlengtet struktur i den ellers opp ned-snudde hverdagen. Siden sist gang jeg var på jobb, har stressnivå økt og antibac-forbruket skutt i været. Deler av den psykiatriske avdelingen jeg jobber på i helgene, skal bli isolasjonspost for koronasmittede psykiatripasienter. Isolasjon og psykiatri klinger ikke så godt. Foreløpig er det stille, men er det stille før stormen? Jeg reiser hjem fra jobb. Vi er tre passasjerer på bussen, og fingrene skriker etter håndkrem.

Tilbake i Ghana

Konsentrasjonen vinner sakte, men sikkert tilbake sin posisjon på hjemmekontoret. I tankene har jeg flere ganger vært tilbake i Ghana, der jeg i høst hadde praksisperiode på et sykehus. Hvordan takler de denne krisen i land med svakere helse-system og færre ressurser? Denne krisen er så kompleks og har så mange ringvirkninger at jeg blir uvel av tanken.

I limboen mellom evig påskeferie og elendighet er det nok viktig å logge seg av nyhetsbildet og puste ut. Nå kan du ta opp kontakten med vennen du har tenkt du skulle ringe i ett år, men som det liksom aldri har passet å slå på tråden til sånn mellom skole og trening. Unntakstilstand gir rom for unntakshandling (sikter ikke til hamstring). Som statsministeren sa under pressekonferansen: Nå må vi stå sammen ved å holde avstand. Husk at avstand ikke nødvendigvis utelukker nærhet. Tenk muligheter, bruk utestemmen og ta vare på hverandre. I helgen var jeg i det som kanskje var verdens første 75-årsdag på Google Hangouts.