

Seniorpolitikk

## **Seniorene vil dele sin kunnskap og erfaring**

Svein Arthur Kallevik

psykolog og journalist. Han er påtroppende spesialrådgiver hos RVTS ØST – Regionalt Ressurssenter om vold, traumatisk stress og selvmord, Region Øst

Bo Mathisen

Seniorpsykologene er blitt en stor gruppe innenfor Norsk Psykologforening. De har mye kunnskap og lang erfaring som de gjerne vil dele både med yngre kolleger og samfunnet for øvrig.



– Hvorfor bruker ikke det offentlige seniorpsykologenes kunnskap mer, undres Åse Hoff og Grete Bryhn.

522 av medlemmene i Norsk Psykologforening er 60 år eller eldre. Men denne store sammensatte gruppen har ikke samme synlighet som for eksempel yngre psykologer og har heller ikke fått sin egen seniorpolitikk. Temaet engasjerer de to psykologene Åse Hoff (66 år) med lang klinisk bakgrunn og Grete Bryhn (68 år) med lang nevropsykologisk erfaring. Studiekameratene fra innføringskurset i psykologi ved Universitetet i Oslo i 1957 har valgt ulike karrierer og ulikt faglig ståsted, men engasjementet rundt seniorspørsmålet er sterkt hos dem begge. Til sammen har de 84 års erfaring som psykologer. At vi sitter i møterommet «Schjelderup» i foreningens lokaler, er kanskje ikke så tilfeldig.

– Det var et kultursjokk å begynne på innføringsseminaret i det gamle universitetet i Oslo.

Jeg var 18 år og preget av opplevelsene fra krigen. Jeg trodde psykologien skulle være med på å gjøre slutt på krig, men i gangene på psykologisk institutt var det ikke fred. Interessen for faget og å høre professor Harald Schjelderup var enorm. Men blant psykologene var det dype fagskiller, slik at psykoanalytikeren Schjelderup og Per Saugstad med sitt ståsted innen kognitiv psykologi med empirisk grunnlag ikke hilste på hverandre, forteller Åse Hoff.

Hoff fikk selv merke fagskillene da hun underviste på Vernepleierskolen på 1970-tallet.

– Atferdspsykologien sto veldig sterkt. Da jeg fram la moderne synspunkter om barnets tilknytning til mor, holdt jeg på å bli lynsjet, sier hun.

Bryhn forteller at det blant enkelte klinikere var en uttalt holdning at nevropsykologi ikke var «ordentlig» psykologi, og at det nærmest var uetisk å teste pasienter med nevropsykologiske prøver.

– Dette har endret seg, fastlår hun.

## Biologi og positiv psykologi

– Hva er dere mest opptatt av faglig i dag?

– Jeg er opptatt av at den biologiske tenkningen ikke skal få et tilbakeslag, bli for alminneliggjort og forsvinne ut i kulden. Biologisk kunnskap bør bli mer integrert i den kliniske utdanningen. Opprettelsen av «nevroteam» ved mange poliklinikker er et stort fremskritt. På den annen side er det en fare for at faget blir en spesialitet som bare brukes i enkelte tilfeller. Nevropsykologi krever spesialisert kompetanse, men å integrere nevropsykologi med annen klinisk psykologi byr på utfordringer det fortsatt må jobbes med, sier Bryhn.

Hoff trekker fram Martin Seligmans foredrag på årets psykologikongress om positiv psykologi.

– Det er artig å høre at det som i dag presenteres som «nytt», slik som kreativitet, styrke de sterke sidene og ikke revitalisere det som har gått galt, stemmer med den hverdagspraksisen jeg har med mine pasienter, sier Hoff.

## Fulltidsarbeidende

Åse Hoff arbeider fulltid som privatpraktiserende psykolog i samme praksis som hun har hatt siden 1978.

– Jeg har til og fra hatt kontakt med noen pasienter helt siden 1978. Jeg lurer på om vi i fremtiden kommer til å arbeide som fastpsykologer, på lignende måte som fastlegene gjør, sier hun.

Hoff har allsidig erfaring fra blant annet Emma Hjorths hjem, Nic Waals institutt og Dikemark. Hun karakteriserer seg som en «allmennpsykolog», men hjertet banker sterkt for familier som venter barn og for familier med spesielle behov.

– Jeg kunne ikke tenke meg å pensjonere meg nå. Sol Seim sa til oss studenter at i dette yrket skal man være glad for hvert grått hår man får. Og det er sant. Etter å ha levd et familieliv med to kull

barn, stebarn og to menn, føler jeg for første gang etter 43 år som psykolog at jeg kan konsentrere meg om faget. Jeg håndterer utfordringer i terapien lettere, sier Hoff. Hun forsøkte å være pensjonist i én dag. Hørte et godt foredrag på pensjonistuniversitetet og gikk ut og shoppet med en venninne. Men konklusjonen ble at «det gidder jeg ikke».

## Pensjonist

Grete Bryhn pensjonerte seg for to år siden etter en lang karriere som nevropsykolog blant annet ved nevrokirurgisk avdeling på Ullevål sykehus, Berg Gård (Rikshospitalet) og Nasjonal kompetanseenhet for ADHD, Tourettes Syndrom og Narkolepsi.

– Nå sier jeg ja til skriveoppdrag og annen konsulentvirksomhet. Det er morsomt å skrive fagstoff, men det aller morsomste er at jeg sammen med en skuespiller og to andre holder på å lage et skuespill om Suzannah Ibsen. Det jeg savner fra jobben, er å arbeide tverrfaglig i klinikk og forskning – og det sosiale.

Begge trekker frem betydningen av å ha mentorer gjennom hele karrieren.

– Carl-Martin Borgen var min mentor på terapi. Han var den store, inspirerende gurun på barneterapifeltet. Jeg husker at han etter en veiledning kom hjem til meg med bøker om Piagets tenkning og eksperimenter rundt fuglespråk. Da tenkte at jeg ville bli terapeut, sier Hoff.

Grete Bryhn trekker frem Per Saugstad, Holger Ursin og Halgrim Kløve som viktige inspirasjonskilder.



– Det er for galt hvis vår utdanning og lange yrkeserfaring bare skal puttes i en skuff og glemmes, mener Grete Bryhn og får støtte av Ase Hoff. De håper at seniorpsykologene kan bli mer brukt.

## Vil være mer synlige

Bryhn og Hoff mener det er viktig at seniorpsykologene blir brukt og er synlige.

– Det er for galt hvis vår utdanning og lange yrkeserfaring bare skal puttes i en skuff og glemmes. Hvis Norsk Psykologforening skal utforme en seniorpolitikk, må vi selv bidra aktivt. Vi kan jo bidra med rådgivning til yngre kolleger, samfunnsinstitusjoner, faglige utredninger, offentlige utvalg, asylmottak, Røde Kors, Redd Barna, osv. Jeg føler at jeg får dårlig samvittighet hvis jeg ikke får brukt meg faglig, sier Bryhn.

– Vi spør ofte for fleip hvorfor ikke det offentlige bruker oss mer. Vi har jo selv vært yngre og fått råd hos flinke mentorer. Nå kan vi selv gå inn i slike roller, sier Hoff. Bryhn tenker at en fast mentorvirksomhet kan være vanskelig å få til, men ønsker å kunne gi råd rundt enkeltsaker og enkeltområder.

– Med seniorennes erfaring og kunnskap er det viktig å markere seg i viktige diskusjoner om tverrfaglige samfunnsproblemer som finansieringen av psykisk helsevern, samarbeidsformer mellom skole- og helsesektoren og privatiseringen av helsesektoren, sier Bryhn.

Begge har engasjert seg for å samle flere av seniorpsykologene de kjenner, både med tanke på sosiale og faglige gjøremål. Hvordan forumet til syvende og sist skal bli, vet de ikke ennå.

– Jeg var på et møte for nevropsykologer tre kvart år etter at jeg hadde pensjonert meg. Da kom en yngre kollega bort til meg og sa «Så morsomt at du interesserer deg fremdeles». Det var sterkt. Jeg svarte at «jeg er ikke død ennå», ler Bryhn.

Hoff mener det å ha kommet «litt lenger nord i livet» er en styrke som terapeut.

## Ting tar mer tid

– Er det noe som er blitt vanskeligere som eldre yrkesutøver?

– Ting tar mer tid. Den ene dagen skriver jeg i vei, mens neste dag bruker jeg til å rette opp fordi jeg ikke er fornøyd. Det er som med skigåing når man blir eldre. Du klarer ikke å gå like langt og like fort, sier Bryhn.

– Det handler ikke om at du er blitt mer kritisk?

– Det var en fin måte å si det på ...

Åse Hoff synes data er en stor utfordring.

– Det er noen måneder siden at jeg fikk e-post. Å bruke data ville nok vært mye enklere hvis vi hadde vært oppvokst med det, slik dagens unge. Når man blir eldre, tar det lengre tid å lære. Dataopplæringskurs for eldre psykologer kunne være noe. Jeg har jo alltid brukt papirjournaler og vil nok fortsette med det. Orker ikke installere mer nå.

Som eldre psykologer henter de inspirasjon og påfyll fra faglitteraturen, men også fra skjønnlitteratur, teater, film og fra personer fra andre fagfelt. Og livet utenom faget er selvfølgelig også viktig.

Hoff trekker frem inspirasjonskilder i dag som en amerikansk og en hollandsk kollega, begge 76 år, som hun har samarbeidet med i over 20 år. I tillegg livsveiledere i form av en professor i nordisk litteratur, en lyriker på 87 år og en god venninne på 91 år som er «bondekjerring».

## «Som en god venn»

Deres tanker om hva Psykologforeningen har betydd for dem, handler mye mer om faglighet og støtte enn om lønn.

– Jeg ville aldri ha drevet som privatpraktiserende uten foreningen i ryggen. Gjennom hele mitt psykologliv har jeg tenkt på foreningen som min venn. Jeg har følt at jeg kunne regne med den.



For noen år siden opplevde jeg at jeg måtte politianmelde en pasient. Da var det godt å kunne ringe foreningen og få rask hjelp, sier Åse Hoff.

## Senior-rådgivning

– Hva mener dere Psykologforeningen kan gjøre for dere seniorer?

– Det kunne trenge noen som er gode på pensjonsrådgivning, slik at man kan få innspill til nedtrapping i yrkeslivet, hvordan slike overganger er i forhold til driftstilskudd og kombinasjoner med pensjon, sier Hoff.

Andre behov knytter seg mer til praktiske råd knyttet til hva man gjør med pasientarkiv etter en lang karriere.

Men det viktigste for seniorene akkurat nå er å få de eldre psykologenes kunnskap og erfaring frem i lyset og i bruk. Som en kvalitetsvare som er en god årgang, og ikke en ferskvare med holdbarhetsdato.

## Fakta om psykolog-seniorer

Norsk Psykologforening har 522 medlemmer over 60 år. Totalt er det 274 menn blant seniorene og 248 kvinner. 383 er spesialister, og av disse er 210 menn og 173 kvinner.

## Her bor de norske senior-psykologene:

|                   |     |
|-------------------|-----|
| Østfold:          | 16  |
| Akershus:         | 56  |
| Oslo:             | 196 |
| Hedmark:          | 13  |
| Oppland:          | 13  |
| Buskerud:         | 18  |
| Vestfold:         | 20  |
| Telemark:         | 11  |
| Aust-Agder:       | 9   |
| Vest-Agder:       | 6   |
| Rogaland:         | 26  |
| Hordaland:        | 62  |
| Sogn og Fjordane: | 4   |
| Møre og Romsdal:  | 14  |
| Sør-Trøndelag:    | 30  |
| Nord-Trøndelag:   | 0   |
| Nordland:         | 7   |

|           |    |
|-----------|----|
| Troms:    | 11 |
| Finnmark: | 3  |
| Utlandet: | 7  |