

TV-psykologene gjør faget morsommere

Nina Strand

journalist i Tidsskrift for Norsk psykologforening

Bjørn Hansen

Sverre Hoem beundrer Dr.Phil. på TV3 og de norske barnepsykologene på TV2. Nå er han selv i gang med ny bok. – Kunsten er å brenne akkurat passe for faget, sier han.



Navn: Sverre Hoem

Utdanning: Cand.psychol. fra Bergen, spesialist i klinisk voksenpsykologi

Stilling: Selvstendig praksis i Kristiansund

Forfatterskap: ADHD – en håndbok for voksne med ADHD (2004)

– *Hvorfor ble du psykolog?*

– Jeg syntes terapeutrollen virket spennende. Irvin Yalom sier at terapeuten ofte kan ha et element av kikkeren i seg, og jeg kjenner meg igjen i det. Terapi innebærer en særegen menneskelig kontakt, både nær og sterk, innenfor definerte rammer. En dosert nærhet, der en sitter på første rad som tilskuer til et menneskes liv. Jeg visste ikke så mye om psykologer og psykologi da jeg begynte studiet, men det har vært et godt valg.

– *Hvilken fagperson har betydd mest for deg?*

– Snefrid Møllersen, som var veilederen min da jeg kom som fersk psykolog til PPT i Kirkenes på slutten av 80-tallet, har vært faglig dannende for meg. Jeg har tatt med meg hennes måte å tenke på.

Da jeg flyttet tilbake til hjembyen Kristiansund i 1990, jobbet jeg under sjefpsykolog Arvid Solli, og lærte mye av ham. Modell-læring er viktig, og minner meg på hvor rik psykologien er på kunnskaper og metode.

– Så vil jeg trekke frem Dr.Phil., psykologen som praktiserer for åpen scene på TV3. Han er utrolig dyktig! Programmene til Dr.Phil. viser en terapeut som er konfronterende, men varm og ivaretagende – en uslåelig kombinasjon. Han er flink til å popularisere, og gjennom programmene formidler han psykologisk kunnskap til et stort antall mennesker. Jeg tror det kan ha en forebyggende og selvhjelpende effekt på seerne.

– *Hva er den beste fagartikkelen du har lest det siste året?*

– Det er ofte lettest å huske det siste man har lest. I Tidsskriftets augustnummer hadde Atle Dyregrov en artikkel om komplisert sorg. Den var god og nyttig. Det er jo begrenset hva en får lest av faglitteratur, og derfor er Tidsskriftet så godt å ha. Når det kommer i postkassa hver måned, får en fulgt med litt. I det siste har jeg hatt flere pasienter med sorgproblematikk. Artikkelen til Dyregrov var en fin oppdatering, ikke minst fordi han er klinisk orientert.

– *Hva er din faglige favoritt-kjæpphest?*

– Det fyller meg med undring at selvstendig praksis ser ut til å være en vernet del av helsetjenesten. Her er ingen koordinering av henvendelser og inntak. Så lenge en får offentlige tilskudd, mener jeg helseforetaket bør ha innflytelsesrett. Ta for eksempel pasienter med behov for langvarig poliklinisk behandling. Slik det er nå, får de kanskje et kortvarig tilbud ved DPS-en, før de blir sendt hjem med en lang telefonliste med navn på aktuelle terapeuter. Noen terapeuter tar telefonen, andre ikke. Noen vil ha brev, andre vil bare ha personer med spesielle diagnoser. Dette er et system på terapeutens premisser, som skaper stor og forståelig frustrasjon hos pasienter og fastleger. Systemet virker forbløffende lite kvalitetssikret og er etter mitt skjønn i utakt med de krav til brukervennlighet som stilles i det øvrige helsevesen.

– *Hvilken sak burde psykologer gå i bresjen for?*

– Levekårene for flyktninger i Norge. Blant flyktninger finner vi mennesker i stor nød. Mange lever liv uten trygghet og forutsigbarhet. Dette kunne vært dempet dersom de ble tatt imot på en mer human og verdig måte. I dag kan det virke som om kontrollsystemet, som selvsagt er nødvendig, har blitt for dominerende. Det kan i verste fall føre til at folk blir retraumatisert. Dette kunne vi psykologer som gruppe sagt noe om.

– *Hvilken norsk psykolog fortjener mer oppmerksomhet?*

– Stål Bjørkly ved distrikthøgskolen i Molde er en dyktig representant for psykologifaget. Han har sin doktorgrad fra aggresjonsforskning og har oppnådd internasjonal anerkjennelse innenfor sitt felt. Han jobber tett opp mot det psykiske helsevernet og bidrar på den måten til faglig og metodisk utvikling i behandlingstilbudet for potensielt voldelige pasienter. Det er fint å tenke på at han som reiser rundt i verden med sin forskning, har sin base i en norsk provins.

– *Hva brenner du for som psykolog?*

– Det er å brenne sånn passelig! Det er viktig for meg at det er litt futt igjen når jeg kommer hjem etter jobb. Jeg prøver å legge jobben fra meg når jeg kommer hjem. Jeg ser en fotballkamp, tar en tur på pub eller drar på fisketur. I perioder har jeg tatt noen måneder fri for å gjøre andre ting. Psykologyrket

er spennende og interessant, men risikabelt når det gjelder det å ivareta seg sjøl. Skal jeg beholde engasjementet og gjøre en ordentlig jobb, trenger jeg å ha det bra privat, og jeg trenger pauser. Livet er jo en utpreget langdistanse, og det er ikke smart å legge det opp som en sprintetappe!

– *Hva ville du gjort om du var minister for en dag?*

– Jeg ville møtt opp med godt humør, og øyeblikkelig sørget for å gi henvisningsrett og sykemeldingsrett til psykologer. Min rettferdighetssans roper ut mot dagens ordning, som faglig sett bare virker rar og unødvendig tungvint. Etter å ha ordnet opp i dette ville jeg gått litt rundt for å se på hvordan det var å jobbe i et departement, og så ville jeg gått tidlig hjem.

– *Hva er din største skrekk?*

– Etter at jeg fikk barn, var det at ett av dem falt i sjøen, og at jeg ikke skulle greie å redde barnet. Det var denne lammende følelsen av å være vitne til katastrofen, og så ikke kunne ordne opp. I dag er barna store, og det er godt, for jeg ser at det å dykke er blitt enda vanskeligere enn tidligere siden alderstillegget midt på kroppen gir mer oppdrift.

– *Hva irriterer deg med psykologien?*

– Noen ganger bruker psykologer mange og spesielle ord, som gjør dem vanskelige å forstå. Det er selvsagt nødvendig å ha et faglig begrepsapparat, men vi må unngå å flutte oss med ordene, og vi må unngå svada. Når det blir for ordrikt, risikerer vi at substansen forsvinner. Likevel: Når jeg ser psykologer opptre i radio og på TV, blir jeg ofte imponert over at de greier det så bra. Er redd jeg ville blitt helt stum hvis jeg skulle opptre hos Skavlan, for eksempel.

– *Hvordan kan psykologi bli et morsommere fag?*

– Psykologi er et morsomt fag! Men det blir spesielt morsomt når det kommuniseres ut til folk flest. At Torkil Berge fikk Åse Gruda Skards formidlingspris nå i september, var velfortjent. Han har gjort mye for å folkeliggjøre psykologien i et enkelt og godt språk, med faglig høyt nivå. Så vil jeg trekke frem høstens TV-serie «I de beste familier», med psykologene Knut Halvdan Svendsen og Egil Launes. Det jeg har sett, er utrolig bra. Det er modig av familiene å delta, men også psykologene viser mot. Ved å vise frem hvordan de jobber, stiller de seg lagelig til for hugg. Etter mitt syn gjør de psykologifaget mer interessant, det er spennende å få innblikk i hvordan de praktiserer faget.



PÅ KAIA: Sverre Hoem har egen psykologpraksis i hjembyen Kristiansund

– *Aktuelt nå: Bør spilleautomater forbys?*

– Ja. Eller i alle fall begrenses. Vi vet at spilleautomatene ved hjelp av atferdspsykologi er konstruert for å gjøre folk avhengige. Dette er en skitten butikk, som kan sammenlignes med salg av narkotika. Mange av dem som blir avhengige av spilleautomatene, er mennesker som allerede sliter med dårlig økonomi. Som psykiateren Hans Olav Fekjær har sagt: Vi får en omvendt skatteordning, der vi tar fra de fattige og gir til de rike.

– *Har du en psykologvits på lager?*

– Av de småmorsomme har vi jo den med hvor mange psykologer som skal til for å skifte lyspære. Svaret er en, men lyspæra må ville det sjøl. Eller svaret kan være 41, en til å skru og førti til å dele opplevelsen. Ellers er det dessverre sånn at jeg i mørke stunder kan tenke på meg sjøl som en stor psykologvits!