

Møtet med psykisk helsevern

## - Sønnen vår ble avvist 52 ganger

Nina Strand

journalist i Tidsskrift for Norsk psykologforening

Musikeren St. Thomas slet i årevis med psykiske problemer. Da han døde 31 år gammel, hadde han fått til sammen 52 brev med avslag fra psykologer i Oslo. Gjennom et minnefond ønsker foreldrene å bidra til et bedre helsetilbud for barn og unge.



**VIL HJELPE ANDRE:** St. Thomas minnefond skal brukes til å støtte prosjekter og tiltak for barn og unge som sliter psykisk, sier foreldrene til musikeren Thomas Hansen. Foto: Lars Eivind Bones/Dagbladet/Alloverpress

I september 2007 ble Thomas Hansen, kjent som popsangeren St. Thomas, funnet død hjemme hos seg selv. Dødsfallet skyldtes en kombinasjon av reseptbelagte medisiner. Thomas la aldri skjul på at han hadde psykiske problemer, og de rundt ham visste godt at han i perioder døyvet angst og depresjon med piller og alkohol. De ofte enkle og skjøre sangene han skrev, inneholdt sterkt selvbiografiske tekster som kunne uttrykke angst, depressive følelser og lengsel etter nærhet og vennskap.

Helt fra han var liten gutt, hadde Thomas i perioder kontakt med hjelpeapparatet, og han ønsket hjelp for sine problemer. Tilbudet han fikk, var ikke godt nok, mener foreldrene, som sammen med plateselskapet Racing Junior og Rådet for psykisk helse har opprettet St. Thomas minnefond. Inntektene fra en samleboks med musikken hans skal brukes til støtte for bedre psykisk helsetilbud for barn og unge.

## Redd liten gutt

Allerede i barnehagen viste Thomas tegn på utrygghet og sinne, noe som skulle følge ham hele livet.

- Han var redd for de andre barna og skeptisk til de voksne, og ville helst bare sitte bak jakka si i garderoben, forteller foreldrene Beth og Terje Hansen.

I årene som fulgte, ble de godt kjent med hjelpeapparatet, slik det fortonte seg for en gutt som strevde med angst, depresjoner, sinne og fortvilelse. Helt til det siste støttet de sønnen sin i tykt og tynt. De kjørte ham til behandlere, snakket med ham på telefonen til alle døgnets tider når han ringte under panikkanfall eller i rus, og tok imot ham hjemme når han ikke greide å bo for seg selv. Pappa Terje var også engasjert som sjåfør for bandet til sønnen, og ble fortvilet vitne til at Thomas helte i seg alkohol eller piller før han torde å gå på scenen.

- Han ville jo fremføre musikken sin selv, men måtte ruse seg for å greie det, forteller Terje.

- Men han viste også sterk viljestyrke, og kuttet rusen helt ut i perioder. Han var redd for å bli avhengig, og la til tider opp til en ekstremt sunn livsstil. Alt gikk i perioder med den gutten, og han gikk 100 prosent inn for det han drev med, som musikken. Han kunne være høyt oppe, trene hardt, han løp og løp, og spiste ekstremt sunt. Men så kom uker og måneder hvor han murte seg inne. Da spiste han ikke, stelte seg ikke og isolerte seg helt. Han var fylt av angst.

## God psykolog

- *Hvordan var tiden like før han døde?*

- Han var i full gang med å planlegge ny cd, han hadde mange ferdige sanger. Så hadde han begynt på lydteknikerskole, det var noe han hadde lyst til. Men han fortalte at det ikke var lett. Han satt der i klasserommet og følte at alle stirret på ham. Det var vanskelig, forteller Beth.

Thomas var innom en lang rekke behandlingstilbud, men det endte ofte med at han selv avbrøt behandlingen. Foreldrene husker at de kjørte ham til en institusjon for rusmisbrukere. Der ble han plassert på et rom uten tilsyn. Da stakk han hjem igjen, og hørte aldri mer fra institusjonen. Det reagerte foreldrene på. Men på Ullevål sykehus traff de en psykolog som engasjerte seg på en helt annen måte.

- Denne psykologen dro hjem til Thomas når han uteble fra behandlingen. Og hun tok kontakt med oss foreldre, og lot oss fortelle historien om Thomas slik vi hadde opplevd ham fra han var barn. Dermed fikk hun begge historiene, hans og vår, forteller Beth og Terje. De mener at samtalene med psykologen førte til at de selv fikk bedre forståelse for sønnen. Mange brikker falt på plass. De glemmer heller ikke at hun viste sin medfølelse ved å være til stede ved urnedsettelsen.



**SÅRBAR PÅ SCENEN:** St. Thomas hadde sosial angst, men trosset den for å formidle musikken sin. Nå er det beste av musikken hans samlet i en innholdsrik boks, som skal gi inntekter til St. Thomas minnefond. Foto: Reidar A. Eik.

## Skulle blitt inkludert

Familien, for eksempel foreldre og søsken, bør inkluderes mer i behandlingstilbudet, mener Beth og Terje Hansen. Terapeuter og hjelpere burde komme hjem og se hvordan pasienten har det, da ville de nok forstå mer, tror ekteparet. Selv syntes de det var vanskelig å snakke med venner og familie om det som skjedde med Thomas, og følte seg ganske alene med problemene.- Vi kjørte Thomas til behandling og venta utenfor, men skulle gjerne blitt mer involvert, sier de.

- Vi ville jo så gjerne være med og hjelpe, det var hardt å stå utenfor. Han var jo ungen vår selv om han var en voksen mann, og ringte oss alltid når han hadde det vanskelig. Det kunne være midt på natta, når han hadde et angstanfall. Vi klarte å roe ham ned og skaffe hjelp. Han ga alltid behandlerne tillatelse til å ha kontakt med oss. Hvis vi hadde blitt mer inkludert, så kanskje noen kunne gitt oss noen råd om hvordan vi kunne gjøre ting annerledes. Vi trengte slike råd. Uvissheten og maktesløsheten vi følte, slet på parforholdet, og det kunne få utløp i krangler og konflikter.



**MINNEKONSERT:** Sivert Høyem og Cato Salsa var blant de mange musikerkollegene som ville hedre St. Thomas og bidra til minnefondet på verdensdagen for psykisk helse i oktober 2008. Foto: Rådet for psykisk helse/Steinar Sværen.

## Ønsket behandling

Thomas avbrøt ofte behandling når han følte seg bedre, men i perioder kunne han ikke få nok. Han ønsket hyppigere kontakt med behandleren sin, og ble frustrert over å måtte vente på neste terapitime. Derfor ble han glad da han fikk støttekontakt, en ung mann som jobbet på en behandlingsinstitusjon han hadde vært i kontakt med. De gikk på fotballkamper og kino, og Thomas hadde tillit til ham.

- Men han fikk avslag fra privatpraktiserende psykologer?

- Ja. Han ønsket mer hjelp, han visste at han trengte det. Det var tungt å få alle avslagene fra psykologene. 52 avslag. En skal jammen være frisk for å være syk. Thomas skrev lange brev, og han var jo flink til å sette ord på problemene sine. Likevel kom alle disse avslagene: Beklager, jeg har ikke ledig kapasitet, skrev de.

Thomas var ikke syk nok til å bli innlagt, men både foreldrene og han selv mente han trengte mer enn bare tilbud om behandling for rusavhengighet. De andre problemene var jo fortsatt der. Følelsen av maktesløshet steg etter som bunken med avslagsbrev vokste.

Foreldrene kan ikke huske av brevene inneholdt noen råd om hva han burde gjøre med situasjonen. Det nærmeste han kom et positivt svar, var avslagsbrevet som også inneholdt et skjema, der Thomas kunne fylle ut informasjon om seg selv. Det ga håp om at han kunne komme i betraktning senere.

## Minnefond gir håp

Sorgen over sønnens død er fortsatt tung å bære. Men oppslutningen om minnefondet for St. Thomas gir håp. To hundre frivillige stilte opp for å få prosjektet i gang. På verdensdagen for psykisk helse i oktober i fjor, opptrådte 26 fremtredende artister gratis for å hedre Thomas med en minnekonsert. Imponerende og rørende, synes Terje og Beth Hansen.

Noen dager etter intervjuet med Tidsskriftet skal ekteparet reise bort.

- Det er bursdagen til Thomas. Da er det for vondt å være hjemme. Vi reiser til et sted hvor vi ser andre ting rundt oss.

De hører jevnlig på musikken hans.

*Take care of me/ I can't be alone longer/ Come take my hand/I dare not see/ With my eye/As long as I walk with you/ I think I can be safe*, skriver Thomas i sangen «Walk with me».

- Jeg hører på sangene hans hver dag, sier Beth, og siterer en strofe:

*Yes, I'm special, but it hurts.*

### St. Thomas 1976 - 2007

- Låtskriver og sanger
- Debuterte i 2000 med «Mysterious walks», og utga til sammen seks album
- Var helt fra første avisintervju åpen med sin ustabile psykiske helse
- I tekstene sine gjorde han seg til talsperson for personer som var ensomme og følte seg mobbet og utestengt

### St. Thomas minnefond

Opprettet av familien i samarbeid med plateselskapet Racing Junior og Rådet for psykisk helse. Pengene skal gå til:

- Et bedre helsetilbud for barn og unge
  - Støtte til psykisk rusrelatert helsevern for unge mennesker
  - Å sette psykisk helse på dagsordenen og snu negative holdninger og stigma
- Se også [www.stthomas-minnefond.no/minnefondet.html](http://www.stthomas-minnefond.no/minnefondet.html) og [www.psykiskhelse.no](http://www.psykiskhelse.no)