

På farefull ferd med Odyssevs

Svein Øverland

psykologspesialist, leder av Nasjonal enhet for rettspsykiatrisk sakkyndighet (NERS)



Svein Øverland, denne månedens kronikkforfatter, er psykologspesialist og assisterende seksjonssjef ved Sentral Fagenhet, avdeling Brøset, St. Olavs Hospital, og forfatter. Sammen med Arnulf Kolstad, Karen Kollien Nygaard, Ole Jacob Madsen, Nadia Ansar og Guri Vindegg er han invitert av Tidsskriftet som fast kronikør. Neste måned: Arnulf Kolstad.

Hun hvisker at hun skammer seg over arrene sine. Hun gråter at hun har laget livet til en labyrint som hun ikke finner veien ut av. Hun forbitres over de andre som får til ting som hun bare kan drømme om. Et par sinte og skamfulle øyne kikker opp på meg, på ansiktet mitt. Øynene hennes søker både å finne og unngå mine. Med oppspilt blick skanner hennes øyne mine for å lete etter reaksjoner på alt dette. Hun forventer avsky og forakt. En naturlig reaksjon på blod, tårer og gjør. Men håper på noe annet, noe annet som hun ikke en gang vet hva er og som kan være like skremmende.

Det er vel med oss som med prestene. At vi tviler. Vi tviler på om hjelpen hjelper, om planen er god. Og vi tviler på oss selv

Han hvisker noe jeg ikke klarer å høre. Når jeg spør han om å gjenta det, så smiler han bare rolig og selvsikkert. Smilet er ment for ham alene, men han vil at jeg så vidt skal fange det opp. Smilet blir tydeligere når jeg spør rett ut om jeg skal ta ordene hans som en trussel. Men selvsagt truer han meg ikke. På samme måte banner han ikke, gråter ikke, ler ikke. Bortsett fra at alle de små menneskene kan bestemme over han i en begrenset periode – så er han sin egen fucking herre. Unntatt når den jævlige følelsen kommer, tomheten, som av og til koddet det til om kvelden. Han undrer seg på om også jeg

kjenner den tomheten. Han finner øynene mine og leter etter tegn. Han har spørsmål om tomheten. Han frykter at den kan bli større.

To pasienthistorier lik så mange andre. To mennesker som på hvert sitt vis står fast i livet, og som har det til felles at de møter en psykolog. Jeg presenterer eksemplene fordi jeg har lyst til å undre meg sammen med deg som også er terapeut. Ofte får jeg spørsmål som «Hvorfor er du psykolog?», «Hvordan orker du å være psykolog?». Og jeg er sannsynligvis ikke den eneste psykologen som med ujevne mellomrom stiller meg selv de samme spørsmålene. Det er vel med oss som med prestene. At vi tviler. Vi tviler på om hjelpen hjelper, om planen er god. Og vi tviler på oss selv.

Selv jobber jeg i sikkerhetspsykiatrien. Hver arbeidsdag begynner med at jeg låser meg inn med nøkler og elektronisk adgangskort. Jeg husker hvordan jeg tenkte og følte om det da jeg begynte å jobbe her. Hvordan ekkoet fra nøkkelklirr og de harde sålene på skoene mine ga meg assosiasjoner til Alcatraz og Abu Graib. At jeg var en hvileløs vokter i underjordiske korridorer i en lang tradisjon fra «den store innesperringen» og «skandalen på Reitgjerdet». Nå er jeg vant til det. Det bekymrer meg ikke. Men tvilen titter allerede der frem med sine dobbeltbunnede spørsmål. «Hvorfor reagerer du ikke slik lenger? Kanskje fordi du er avstumpet? En tungpsykiatriens lakei?»

Men jeg vet at det blir for naivt. For svart-hvitt. Psykologers rolle er vesentlig endret bare i løpet av de femten årene jeg har vært psykolog. Å være psykolog betyr i dag i mitt og mange andre sine systemer at man er både hjelper og maktmenneske. Og jeg tror at den kombinasjonen er mulig. Man skulle tro at avdeling Brøset var et dystert sted, men nei da. Det er hyggelige folk overalt. Store mannlige pleiere som kommer med halvdårlige, men godhjertede vitser. Og kjappe, supertøffe kvinnelige pleiere som raskt får respekt av kollegaer og pasienter. Fagfolk som tar sikkerhet alvorlig, men som også kan vise kjærlighet når det er på sin plass. Jeg vet at denne balansen er mulig. Spørsmålet blir heller: «Hvordan får man det til?»

Å bli psykolog er å be om bråk. Uansett hvor dyktig og belest du er, uansett hvor godt planlagt behandlingen er – det å hjelpe andre er og blir en ulidelig utfordrende oppgave. Koerner og Dimeff (2007) formulerer det presist: «Therapy can feel like a car veering out of control, barely averting disaster, with a sense of forward motion but no meaningful progress». Det krever mye å gi seg ut på en slik biltur dag etter dag, med pasient etter pasient.

Jeg jobber både med «tunge» og «lette» pasienter, siden jeg har en deltids privatpraksis der jeg treffer Ola og Kari Nordmann. For meg er det ikke verre å forholde meg til psykotiske drapsmenn enn til utro ektemenn. Det som gjør meg sliten, er den stadige tilpasningen og inntoningen, til pasientenes bakgrunn og behov. Hvert «vær så god neste» innleder et forsøk på å forstå som krever vilje og energi.

En av verdenslitteraturens mest kjente historier er den om Odyssevs som bandt seg selv til skipsmasta for ikke å la seg friste av Sirenene. I likhet med mannskapet kunne han unngått fristelsen ved å stoppe igjen ørene. Men han ville høre. Han vil kjenne lengselen og fristelsen som fortapte sjømenn før ham. Men han ville ikke risikere å gi etter for fristelsen som var ensbetydende med den visse død. Hvorfor ville han høre Sirenene? Og hvorfor ville du bli psykolog? Hvorfor er du fremdeles psykolog?

Odyssevs overlevde og fortsatte ferden som en klokere mann. Men han opplevde flere kriser. En av de andre kjente historiene fra Odysseen er da han måtte passere et farefullt sund der uhyrene Skylla og Karybdis regjerte på hver sin side. Odyssevs valgte å seile tettest inntil Skylla. Han overlevde, men flere av mannskapet hans ble slukt av henne da de stirret på den fryktelige Karybdis på den andre siden. Situasjonen kan illustrere psykologens forsøk på å gi støtte til pasientene, samtidig som han vil hjelpe dem til endring. Eller det å sperre pasientene inne når de vil ut, og dytte dem videre når de vil bli. I retts- og sikkerhetspsykiatri kan dette være et spørsmål om liv eller død. Dersom man

undervurderer risiko for ny vold, kan uskyldige bli drept. Dersom man overvurderer risikoen, vil man uberettiget berøve pasienten utvikling og frihet.

Som Odyssevs forsøker man fortvilt å finne en seilbar rute gjennom dilemmaet, og som Odyssevs opplever alle psykologer at virkeligheten er mer grusom enn den vi ble presentert for i lærebøkene på studiet. Kartene og draftene vi får utdelt, er ikke alltid nøyaktige nok eller oppdatert, og resultatet er at vi før eller siden grunnstøter. Dette vet vi etter hvert, men vi fortsetter de farefulle seilasene, og vi avviser ikke invitasjonen til enda en skjebnesvanger biltur. Om du hadde visst hvordan det var, ville du da valgt et annet yrke? Jeg tror ikke de fleste angrer på at de ble psykologer. Ikke lenge, ikke på alvor. Selv er jeg fornøyd med og stolt av å være psykolog, selv om jeg til tider synes det er vanskelig. Det er noe uutsigelig her, noe vi har til felles med Odyssevs. Noe dypt etisk eller filosofisk. For meg er psykologi filosofi i praksis.

Som psykolog har du sikkert opplevd at det du planlegger av hjelp, faller annerledes ut enn du hadde planlagt. At du ikke klarte å hjelpe, men at pasienten likevel er takknemlig for at du forsøkte. Sannsynligvis er du snillere og smartere enn mange andre. Og nettopp de egenskapene er en ønsket og effektiv kombinasjon. Mental helse og Norsk Gallup gjennomførte for noen år siden en undersøkelse av hva ungdom ønsket seg av en profesjonell helper. Svaret var enkelt og presist: «At han/hun er hyggelig og har peiling».

Etter noen strafferunder grunnet en nagende tvil rundt det å være psykolog kan jeg finne på å svare pasientene som jeg beskrev innledningsvis med ord som: «Du sier at du skammer deg over arrene dine. Det er det *du* føler. For *meg* er de bevis på at du har overlevd smerte som få andre har opplevd. Du har vært fristet til å drepe deg selv, men du lever. Hvis du stryker arrene dine, så vil du kjenne at huden i midten av arret et mykere, sartere, mer sårbar. Men sårbart betyr sterkt. Huden er sterkere enn du tror. Du er sterkere enn du tror.»

I sannhet patetiske ord. Men du kan slippe unna med slikt. For pasienten ser i øynene dine at du mener det, at det ikke er bløff og svada, og både psykologen og pasienten blir hjulpet videre i sitt felles prosjekt.

arkimedes.svein@gmail.com

<http://psykologivirkeligheten.blogspot.com>