

Sirkuspsykolog

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

Jeg har en blogg. Der legger jeg ut tanker, essays og forelesninger. Etter hvert har jeg fått ganske mange lesere, og stadig oftere kommenterer de tekstene mine. Noen ganger får jeg ros, andre ganger kritikk – som jeg takker for, eller forsvarer meg mot. Jeg prøver å fremstille faget og meg selv på best mulig måte, og kanskje prøver jeg å fremstille meg selv bedre og klokere enn jeg er. Så, for noen dager siden, fikk jeg en kritisk kommentar som avsluttet med: «... da oplever jeg din retorik lidt som, at du har brug for at forsvare dig, fordi du egentligt godt ved, at det du gør, når du diagnosticerer, respektive beslutter tvangstiltag, er at du krænker et andet menneske».

Jeg regner med at mange vil mislike at psykologene skal flytte inn i kapitalismens høyborg for å ta del i dansen rundt gullkalven, men jeg tror at de fleste som misliker det, ikke er pasienter

Sterke ord. Sinte ord. Ord som gjorde noe med meg. Jeg fikk lyst til å skrive noen like harde ord tilbake, noe om at «Nei da, jeg trengte ikke å forsvare meg. I hvert fall ikke, så det så, nemlig!»

Det er naturlig å bli usikker når man beveger seg i ukjent terreng. Ta deg en tur på venterommet der du arbeider, og kjenn på atmosfæren. Eller sett deg i et annet og ukjent venterom, på en psykiatrisk poliklinikk der ingen kjenner deg – og kjenn på hvilke tanker og følelser som dukker opp. Slapper du av og oppfører deg som vanlig, eller blir du mer opptatt av hva andre tror om deg? Selv husker jeg at jeg ønsket å ha med en plakate da jeg gikk til veiledning hos en privatpraktiserende psykolog. På den skulle det stått med stor skrift noe om «Jeg er ikke pasient, jeg er ikke gal, jeg er bare her for å få veiledning». Og når jeg reagerer så sterkt, betyr det at pasienter med skamproblematikk sannsynligvis har tilsvarende verre selvinstruksjoner der de «sitter på utstilling».

Om du er enig med meg så langt, blir spørsmålet hva vi skal gjøre med det. I mange år jobbet jeg som psykolog på Helsestasjon for ungdom i Skien. Det er det mest givende arbeidet jeg har hatt. Der lærte jeg hvor viktig det var å gjøre psykologien og seg selv tilgjengelig for dem som trenger det. Byens ungdommer visste at man der kunne møte både helsesøster og lege, og ofte var det kø utenfor før dørene ble åpnet. Jeg var helsestasjonspsykolog to kvelder i uka, og ble hver gang smittet av den gode atmosfæren når jeg kom dit. Ungdommene bestemte over venterommet. Det var ikke behov verken for resepsjon, penger eller henvisning. Musikk, latter og en diger bolle med kondomer sendte et tydelig budskap om: «Kom når du trenger det, og kom som du er». Og ikke tro at problemene var stort annerledes enn dem jeg møtte på min 8-4-jobb på BUPen. Jo da, det var flere som kom innom

for å diskutere kjærlighetsproblemer og andre (for oss voksne) bagateller. Men jeg møtte også flere psykotiske ungdommer der enn på BUP.

Siden har jeg arbeidet som psykolog for Røde Kors i internettverdenen habbo.no. Der møtte jeg 12-åringer og 17-åringer med de samme spørsmålene og problemene som på helsestasjonen. Forskjellen var at vi møttes som «avatarer», små personer som ble styrt fra våre respektive datamaskiner. Barn og ungdommer er trygge i dette formatet, mens jeg måtte lære mye nytt for å tilpasse innholdet til formen. Inspirert av mine opptredener der utvidet jeg privatpraksisen min til secondlife.com. Second Life er en Internettbasert virtuell 3D-verden som ble lansert i 2003. Den har over 16 millioner registrerte kontoer, og omtrent en million aktive brukere.

For meg er det viktig å gjøre psykologisk kunnskap og behandling tilgjengelig for flest mulig. Det er også Psykologforeningens uttalte mål. Men dessverre har useriøse aktører utnyttet den økte anerkjennelsen av psykologisk kunnskap bedre enn psykologene. For et lavterskeltilbud betyr ikke et lavkompetansetilbud. Som psykologer, med økt makt og gjennomslagskraft, bør vi aktivt oppsøke de som trenger våre tjenester. I stedet for å opprette tilbud som er «more of the same», bør vi spørre oss selv hvordan vi bedre kan nå ut til grupper som ellers sjelden tar kontakt og ofte dropper ut av behandling.

Vi bør tilby en meny av tiltak. Ikke bare med forskjellige behandlingsformer, men med ulike behandlingsarenaer. Alle psykologer kjenner sin Kierkegaard og hans:

At man, naar det i Sandhed skal lykkes En at føre et Menneske hen til et bestemt Sted, først og fremmest maa passe paa at finde ham der, hvor han er, og begynde der. Dette er Hemmeligheden i al Hjælpekunst. Enhver, der ikke kan det, han er selv i en Indbildning, naar han mener at kunne hjælpe en Anden.

Vel, du møter «den Anden» på Internett og på det lokale kjøpesenteret. Da bør vi begynne der.

I fortsettelsen skriver Kierkegaard da også at: «Hjelperen maa først ydmyge sig under Den, han vil hjelpe, og herved forstaae, at det at hjelpe er ikke det at herske, men det at tjene». Det handler om å være tilgjengelig både på det fysiske og det psykiske plan. Tilgjengelighet handler ikke bare om å gi et tilpasset tilbud til pasientene, men også om at du er tilgjengelig for deg selv. At når du begir deg inn på ukjent territorium, så blir du skjerpet. At du gir deg selv muligheten til å møte deg selv i døra heller enn å sitte i trygghet bak den. Og at «den Anden» merker at du er villig til dette.

Så mitt siste prosjekt i så måte er å flytte min privatpraksis inn i et nybygd kjøpesenter. Kjøpesenteret vil bli Trondheims største og inneholder en egen del med et Helse- og velværesenter. Kjøpesenteret kommer fordi trondheimskjøpmennene i dag erfarer at kundene strømmer ut av sentrum, og at ungdom nå har blitt en kjøpesterk gruppe. Det legges derfor til rette for lett tilgang både med buss og bil, et tilhørende pent parkanlegg og et ungdommelig underholdningstilbud. Man kan like eller mislike denne utviklingen, men slik er virkeligheten blitt. Navnet på kjøpesenteret er Sirkus Shopping, og på mitt neste visittkort skal jeg derfor gi meg selv tittelen Sirkuspsykolog!

Sirkus har aldri blitt regnet som høyverdig underholdning, men folk strømmer likevel dit når sirkuset kommer til byen. Sirkus slår aldri rot, blir aldri selvtilfredse – men flytter i stedet rundt og utvider tilbudet sitt for å gi publikum stadig nye opplevelser. Jeg regner med at mange vil mislike at psykologene skal flytte inn i kapitalismens høyborg for å ta del i dansen rundt gullkalven, men jeg tror at de fleste som misliker det, ikke er pasienter.

Jeg valgte å ikke forsvare meg selv mot den kloke kvinnens opplevelse av at jeg forsvarte meg selv. Jeg erkjente heller for meg selv at hun i hvert fall delvis hadde rett, men at min usikkerhet i

hovedsak skyldtes at diskusjonen skjedde på en noe uvant arena der jeg ikke kunne bruke mine vanlige forsvarsmekanismer. Og at jeg derfor skal fortsette med å utforske nye arenaer for å komme i kontakt med «den Anden».

svein@arkimedes.info <http://psykologivirkeligheten.blogspot.com/>